



Egenvård

Egenvård vid akuta behandlingar -

Enklare akuta behandlingar vid skador är det bästa sättet att hjälpa både sig själv och sin familj när olyckan är framme, men även ett utmärkt sätt att testa homeopati. Några exempel på användbara homeopatiska medel är:

- Det homeopatiska medlet **Arnica** är svårt att klara sig utan. Medlet tar bort smärta, minskar svullnad och påskyndar läkningen. Arnica är homeopatins ledande skademedel och kan användas för bland annat följande problem:
 - Mjukdelsskador med blåmärken, svullnad och ömhet. Ont så att man är rädd att bli tagen på. Hjälper efter både stora och små olyckor.
 - Från djursidan vet vi att medlet är underbart för både mor och barn efter en hårdare förlossning.

- **Hypericum** är Johannesört. I homeopatisk form fungerar det inte som hjälp vid depressioner, men är ett fantastiskt medel när det handlar om att få bort smärtan från skadade nervbanor. Prova exempelvis Hypericum vid:
 - Klämda fingrar eller tår.

Du finner också några exempel under knappen ”Djurhomeopati”.

För egenvård är det bäst att börja med en låg potens (mer materiell dos), min rekommendation är D-30. Ta 2 – 4 doser med en timmes mellanrum. Upprepa vid behov.

Eftersom homeopatiska läkemedel är kraftfulla mediciner skall man alltid ha respekt för medlen och inte ta doser utan att det är befogat.

Homeopatiska medel kan bl.a. köpas hos:

- Biosan 0270-42 58 30 eller www.biosan.se
- DCG Tfn: 031-734 22 40 * Kundtjänst: 031-734 22 30 / www.dcg.se
Driver butiken Homeopatika i Stockholm, Norrtullsgatan 13 Tfn: 08-34 73 69
- Scanfarma 08-32 72 72 eller www.scanfarma.se Har butiker i Stockholm, Göteborg och Östersund.