

natuvitaal homeopathie

Geschreven door Petra Metz gebaseerd op
de [Helios Homeopathische Kit / Huisapotheek](#)
en de vertaling van het bijbehorende boekje

© Natuvitaal, Bredasingel 219, Arnhem

Versie 2, 6 April 2013



Inhoudsopgave

Een introductie in homeopathie.....	3
1. Zoek de klacht en kijk welke middelen hier bij staan. De onderstreepte middelen zijn de belangrijkste d.w.z. als je twijfelt tussen 2 middelen, kies dan de belangrijkste.....	3
2. Lees in de Materia Medica de omschrijving van de homeopathische middel(en) die lijken te passen en bekijk welke het beste past bij de persoon en de omstandigheden.....	3
De regel van de minimale dosis.....	3
Andere belangrijke dingen die je moet weten:.....	4
Een homeopathisch middel innemen.....	4
Veiligheid voorop.....	4
Klachten opsomming:.....	4
Materia Medica.....	15

Een introductie in homeopathie

Hoewel homeopathie al beschreven werd door Hippocrates, 2500 jaar geleden, bestaat de homeopathie zoals we deze nu kennen sinds 200 jaar en is herontdekt door Samuel Hahnemann die nu als de grondlegger van de homeopathie wordt gezien.

Het woord homeopathie komt uit het Grieks en betekent: "gelijk lijden". Dit slaat op het idee dat een stofje ziektesymptomen kan opwekken bij een gezond persoon, deze zelfde symptomen kan verbeteren bij zieke personen. Iemand met hooikoorts bijvoorbeeld zou een homeopathisch middel kunnen nemen dat gemaakt is van ui, omdat ui bij een gezond persoon tranende ogen en irritatie veroorzaakt.

Bij homeopathie wordt de werkzame stof sterk verdund en op een bepaalde manier geschud. Dit bleek beter te werken en veiliger te zijn.

Voordat je begint met een middel te zoeken, er zijn 2 belangrijke regels bij homeopathie:

De regel van gelijkheid

Betekent dat de symptomen die je wilt verbeteren overeen moeten komen met de symptomen die bij het middel horen. Om je daarbij te helpen is dit boekje verdeeld in 2 gedeeltes met klachten die je kunt behandelen en een Mini Materia Medica achterin. Deze beschrijft alle middelen in het kort.

DUS:

- 1. Zoek de klacht en kijk welke middelen hier bij staan. De onderstreepte middelen zijn de belangrijkste d.w.z. als je twijfelt tussen 2 middelen, kies dan de belangrijkste.**
- 2. Lees in de Materia Medica de omschrijving van de homeopathische middel(en) die lijken te passen en bekijk welke het beste past bij de persoon en de omstandigheden**

De regel van de minimale dosis

Gebruik zo min mogelijk van het medicijn om het herstelmechanisme van het lichaam te stimuleren. Geef 1 dosis en wacht of er verlichting komt van de klachten.

- De situatie verbetert - Geef geen nieuwe dosis
- De situatie verslechtert – Geef geen nieuwe dosis
- Als de situatie stagneert of na verbetering verslechterd – geef nieuwe dosis
- Als er niets gebeurt – probeer een ander middel
- Als de klachten veranderen – zoek een nieuw passend middel

Door deze 2 regels toe te passen krijg je een op de persoon gerichte individuele behandeling. Je

ziet symptomen als een waarschuwing van een verstoring of disbalans van de zieke. Door deze balans te herstellen maakt homeopathie de symptomen overbodig en deze zullen verdwijnen.

Andere belangrijke dingen die je moet weten:

Sommige stoffen ontkrachten homeopathische middelen en kun je dus beter vermijden als je een homeopatisch middel neemt. Het gaat om: koffie (ook cafeïne-vrije), munt, kamfer, menthol, eucalyptus.

Bewaar de homeopathische middelen in een donkere koele plaats waar geen sterke geuren aanwezig zijn.

Een homeopatisch middel innemen

Homeopathische middelen zijn kwetsbaar en er moet voorzichtig mee om gegaan worden. Raak de korrels zo min mogelijk aan. Schud een korrel uit het busje op de palm van de hand van degene die het middel gaat nemen. Deze doet het direct in de mond en laat het smelten. Het beste is om voor en na het innemen een half uur niet te eten of drinken, tanden te poetsen of te roken.

In noodgevallen direct het middel geven

Veiligheid voorop

Raadpleeg altijd een (homeopatisch) arts bij ernstige ziektes en ongevallen. Gebruik je intuïtie en gezond verstand. Als de situatie ernstig is, regel dan eerst hulp en zoek een passend middel terwijl je wacht op hulp.

Raadpleeg ook een (homeopatisch) arts als minder ernstige klachten die steeds terugkomen of niet verbeteren. Een goede homeopaat of homeopatisch arts kan zwakheden in de constitutie (lichaamsgestel) verbeteren, waardoor symptomen verdwijnen.

Klachten opsomming:

Onthoud, als er meer dan 1 middel wordt genoemd, bekijk dan achterin deze folder de Mini Materia Medica en kijk welk middel het beste bij de persoon en de klachten past.

klachten	middelen bij klachten	potentie	opmerking
aambeien	<u>Nux vomica</u>	C30	bij zwangerschap
aanvallen	<u>Aconitum</u>	C30	van angst
aanvallen	<u>Arnica</u>	C30	shock
angst	<u>Aconitum</u>	C30	met koorts
angst	<u>Arsenicum</u>	C30	met koorts
angst	<u>Gelsemium</u>	C30	bekende angst, met diarree
angst	<u>Gelsemium</u>	C30	voor spreken in het openbaar
angst	<u>Gelsemium</u>	C30	met trillen en verlamd van angst zijn

klachten	middelen bij klachten	potentie	opmerking
angst	Arg nit	C30	bekende angst, met diarree
angst bij letsel	<u>Aconitum</u>	C30	
beten en steken	<u>Apis</u>	C30	rood, heet, gezwollen, beter met iets kouds er op
beten en steken	<u>Hypericum</u>	C30	beet van een beest, met stekende pijn
beten en steken	<u>Ledum</u>	C30	blauw, koud, opgezet, beter met iets kouds er op
beten en steken	Lachesis	C30	blaar om de beet
beten en steken	Staphisagria	C30	heel pijnlijk, erger bij aanraken
blaasontsteking	<u>Apis</u>	C30	brandende pijn tijdens plassen
blaasontsteking	<u>Cantharis</u>	C30	snijdende, brandende pijn voor en na plassen
blaasontsteking	<u>Pulsatilla</u>	C30	brandende pijn tijdens en na het plassen, erger bij liggen
blaasontsteking	Staphisagria	C30	na sex
blaren	<u>Belladonna</u>	C30	gebied is rood, heet en kloppend
blaren	<u>Cantharis</u>	C30	
blaren	<u>Merc viv</u>	C30	met bloeddoorlopen pus, kan bloedvergiftiging voorkomen
blaren	<u>Silicea</u>	C30	langzaam helend
blaren	Hepar sulph	C30	om in vroeg stadium te draineren
blaren in de mond	<u>Merc viv</u>	C30	stekende, kloppende pijn, meer speeksel, slechte adem
blauwe plekken	<u>Arnica</u>	C30	op zachte plekken
bloedblaren	<u>Arnica</u>	C30	
bof	<u>Merc viv</u>	C30	
bof	<u>Pulsatilla</u>	C30	
bof	<u>Rhus tox</u>	C30	
bof	<u>Silicea</u>	C30	
bof	Carbo vegetalis	C30	
bof	Lachesis	C30	
bof	Lycopodium	C30	
borstvoeding	<u>Belladonna</u>	C30	hard, overvol, heet, rood
borstvoeding	<u>Bryonia</u>	C30	hard, overvol, heet, bleek, erger bij bewegen
borstvoeding	<u>Dulcamara</u>	C30	te weinig melk
borstvoeding	<u>Merc viv</u>	C30	abces met stinkend, bijtend pus
borstvoeding	<u>Phytolacca</u>	C30	pijnlijke, gescheurde tepels, uitstralende pijn

klachten	middelen bij klachten	potentie	opmerking
borstvoeding	<u>Pulsatilla</u>	C30	te veel melk
borstvoeding	<u>Silicea</u>	C30	abces dat langzaam geneest
borstvoeding	<u>Silicea</u>	C30	baby spuugt melk
borstvoeding	<u>Urtica urens</u>	C30	als de melkproductie steeds wisselt
borstvoeding	Hepar sulph	C30	abces met pus, extreem pijnlijk
botletsel	<u>Ruta</u>	C30	
brandwonden	<u>Arnica</u>	C30	tegen de shock
brandwonden	<u>Arsenicum</u>	C30	als warme compressen helpen
brandwonden	<u>Cantharis</u>	C30	als koude compressen helpen
brandwonden	Kall bich	C30	bij diepe brandwonden die langzaam helen
brandwonden	Urtica urens zalf	C30	bij lichte brandwonden
breuken	<u>Arnica</u>	C30	voor het zetten
breuken	<u>Bryonia</u>	C30	erger bij de geringste beweging, stekende pijn
buikgriep	<u>Arsenicum</u>	C30	
buikgriep	<u>Bryonia</u>	C30	
buikgriep	<u>Gelsemium</u>	C30	
buikgriep	<u>Nux vomica</u>	C30	
buikgriep	Ipecac	C30	
buikpijn	<u>Belladonna</u>	C30	beter bij vooroverbuigen
buikpijn	<u>Bryonia</u>	C30	beter bij liggen met opgetrokken benen
buikpijn	<u>Carbo vegetalis</u>	C30	opgeblazen boven de navel
buikpijn	<u>China</u>	C30	opgeblazen boven de navel
buikpijn	<u>Nux vomica</u>	C30	met koorts en krampen
buikpijn	Colocynthis	C30	door ergernis/woede ontstaan
buikpijn	Mag Phos	C30	voor verlichting van de pijn
buikpijn	Staphisagria	C30	als de pijn na vernedering komt
cholera	<u>Veratrum Album</u>	C30	bij sterke verminderende levenskracht, instorting, flauwvallen, zweetaanvallen, diarree, uitputting
constipatie	<u>Bryonia</u>	C30	droogheid, dorst, soms met hoofdpijn
constipatie	<u>Nux vomica</u>	C30	constant loze aandrang, gevoel niet klaar te zijn
constipatie	<u>Nux vomica</u>	C30	bij zwangerschap
constipatie	<u>Silicea</u>	C30	ontlasting gaat weer terug
constipatie	Lycopodium	C30	harde, knobbelige ontlasting

klachten	middelen bij klachten	potentie	opmerking
constipatie	Natrium mur	C30	ontlasting bestaande uit kleine balletjes
constipatie	Sepia	C30	gevoel van prop, dat niet beter wordt na ontlasting
diarree	<u>Arg nit</u>	C30	bij bekende angst
diarree	<u>Arsenicum</u>	C30	met overgeven door voedselvergiftiging
diarree	<u>Gelsemium</u>	C30	bij bekende angst
diarree	China	C30	als uitgeput erna
diarree	Sulphur	C30	alleen bij het wakker worden
drige hoest	<u>Hyoscyamus</u>	C30	s nachts ontstaan, beter bij rechtop zitten
duizeligheid	<u>Cocculus</u>	C30	oorzaak te weinig slaap, trillen, gevoelig voor geluid
examenvrees	<u>Gelsemium</u>	C30	met diarree, trillen, verlamd gevoel
examenvrees	Arg nit	C30	met diarree, gejaagd gevoel
griep	<u>Arsenicum</u>	C30	
griep	<u>Bryonia</u>	C30	
griep	<u>Gelsemium</u>	C30	
griep	<u>Nux vomica</u>	C30	
griep	<u>Rhus tox</u>	C30	
griep	Eupatorium	C30	rood gezicht, spierpijn
griep	Ipecac	C30	
handletsel	<u>Ledum</u>	C30	aan handpalmen
hoest	<u>Aconitum</u>	C30	na droge, koude wind
hoest	<u>Bryonia</u>	C30	droge hoest met pijn op de borst en hoofdpijn
hoest	<u>Pulsatilla</u>	C30	s avonds droge hoest, 's morgens losse
hoest	Ant Tart	C30	luide, ratelende hoest met overgeven
hoest	Drosera	C30	met blauw gezicht, overgeven van slijm
hoest	Drosera	C30	met blauwheid, stijfheid, misselijkheid, overgeven met neusbloedingen
hoest	Hepar sulph	C30	met schorre, pijnlijke keel
hoest	Ipecac	C30	met blauwheid, stijfheid, misselijkheid, overgeven met neusbloedingen

klachten	middelen bij klachten	potentie	opmerking
hoofdlletsel	<u>Arnica</u>	C30	direct geven, bij aanblijven klachten arts raadplegen
hoofdpijn	<u>Aconitum</u>	C30	door kou
hoofdpijn	<u>Aconitum</u>	C30	door angst of shock
hoofdpijn	<u>Aconitum</u>	C30	met plotselinge woedeuitbarstingen
hoofdpijn	<u>Arsenicum</u>	C30	na overbelasting of te veel opwinding
hoofdpijn	<u>Belladonna</u>	C30	met plotselinge woedeuitbarstingen
hoofdpijn	<u>Belladonna</u>	C30	na wassen van het haar
hoofdpijn	<u>Bryonia</u>	C30	na weersverandering
hoofdpijn	<u>Iris</u>	C30	steeds in weekend
hoofdpijn	<u>Kall bich</u>	C30	op bepaalde plekken, door voorhoofdsholteontsteking
hoofdpijn	<u>Nux vomica</u>	C30	door teveel eten of drinken
hoofdpijn	<u>Rhus tox</u>	C30	bij weersveranderingen, vooral naar vochtig weer
hoofdpijn	<u>Rhus tox</u>	C30	bij nat geworden
hoofdpijn	<u>Silicea</u>	C30	van het werken bij kunstlicht
hoofdpijn	<u>Silicea</u>	C30	door reizen
hoofdpijn	<u>Silicea</u>	C30	door droogte
hoofdpijn	Lycopodium	C30	door vermoeide ogen
hoofdpijn	Natrium mur	C30	door vermoeide ogen
hoofdpijn	Phosphorus	C30	vóór onweer
hoofdpijn	Sepia	C30	van het werken bij kunstlicht
hooikoorts, allergie	<u>Luffa operculata</u>	C30	verkoudheidsverschijnselen
inenting	<u>Hypericum</u>	C30	vooraf, voorkomt plaatselijke reacties
inenting	<u>Hypericum</u>	C30	stekende pijn erna
inenting	<u>Ledum</u>	C30	vooraf, voorkomt plaatselijke reacties
inenting	<u>Ledum</u>	C30	om de wond van de naald te helen
jet-lag	<u>Arnica</u>	C30	
jet-lag	<u>Gelsemium</u>	C30	met gevoel van verlamming
kater	<u>Ignatia</u>	C30	mede veroorzaakt door sigarettenrook
kater	<u>Nux vomica</u>	C30	met misselijkheid, hoofdpijn
keelontsteking	Merc solubilis	D12	veel dorst
keelpijn	<u>Aconitum</u>	C30	droog, rood, brandend
keelpijn	<u>Apis</u>	C30	brandende, stekende pijn met veel zwelling

klachten	middelen bij klachten	potentie	opmerking
keelpijn	<u>Belladonna</u>	C30	droog, rood, heet, met (pijnlijk) neiging tot slikken
keelpijn	<u>Belladonna</u>	C30	met opgezwolle klieren
keelpijn	<u>Bryonia</u>	C30	droge keel en mond, met dorst
keelpijn	<u>Gelsemium</u>	C30	komt traag op, met zwakheid en griep verschijnselen
keelpijn	<u>Merc viv</u>	C30	met veel speeksel en slechte adem
keelpijn	<u>Silicea</u>	C30	met het gevoel van een haar achterin de keel
keelpijn	<u>Silicea</u>	C30	met opgezwolle klieren
keelpijn	Arg nit	C30	ook stem kwijt door overbelasting
keelpijn	Hepar sulph	C30	gevoel van graadje, splinter, korrel in keel
keelpijn	Kall bich	C30	ontstoken amandelen met draderig slijm
keelpijn	Lachesis	C30	erger door speeksel door te slikken, beter door vast voedsel te slikken
keelpijn	Lachesis	C30	links eerst, kan verschuiven naar rechts
keelpijn	Lycopodium	C30	rechts eerst, kan verschuiven naar links
keelpijn	Phytolacca	C30	opgezette klieren
koortsuitslag	<u>Rhus tox</u>	C30	op de lippen
koortsuitslag	Natrium mur	C30	op lippen en/of mond, door de zon
koortsuitslag	Sepia	C30	op de lippen
kriebel in keel/borst	<u>Rumex</u>	C30	gevoelig voor kou, droge keel
croep	<u>Aconitum</u>	C30	eerste keus, vermindert angst
croep	Hepar sulph	C30	aanvallen vroeg in de morgen
croep	Lachesis	C30	prop in de keel bij het wakker worden
croep	Spongia	C30	als Aconitum niet werkt en de aanvallen rond middernacht zijn
letsel	<u>Arnica</u>	C30	met langdurige effecten
letsel aan pezen	<u>Rhus tox</u>	C30	
letsel aan ruggewervel	<u>Hypericum</u>	C30	
letsel aan scheenbeen	<u>Ruta</u>	C30	
letsel aan stuitje	<u>Hypericum</u>	C30	
letsel aan voetzolen	<u>Ledum</u>	C30	
letsel aan zachte delen	<u>Arnica</u>	C30	
maag & darmproblemen	<u>Okoubaka</u>	D3	na eten bedorven voedsel

klachten	middelen bij klachten	potentie	opmerking
mazelen	<u>Aconitum</u>	C30	plotseling verschijnen met brandende, jeukende uitslag
mazelen	<u>Apis</u>	C30	langzaam verschijnen van uitslag met oogontsteking
mazelen	<u>Belladonna</u>	C30	plotseling verschijnen met brandende, jeukende uitslag
mazelen	<u>Bryonia</u>	C30	langzaam verschijnen van uitslag met hoofdpijn
mazelen	<u>Gelsemium</u>	C30	langzaam verschijnen van uitslag met hoofdpijn
mazelen	<u>Pulsatilla</u>	C30	langzaam verschijnen van uitslag met oogontsteking
menstruatieproblemen	<u>Belladonna</u>	C30	zwaar bloedverlies, heet
menstruatieproblemen	<u>Ipecac</u>	C30	misselijkheid voor en tijdens ongesteldheid
menstruatieproblemen	<u>Lachesis</u>	C30	
menstruatieproblemen	<u>Mag Phos</u>	C30	krampende pijn
menstruatieproblemen	<u>Natrium mur</u>	C30	
menstruatieproblemen	<u>Sepia</u>	C30	
misselijkheid	<u>Cocculus</u>	C30	oorzaak te weinig slaap, trillen, gevoelig voor geluid
na geboorte	<u>Aconitum</u>	C30	voor baby, na snelle heftige geboorte, schok
na geboorte	<u>Aconitum</u>	C30	bij niet kunnen plassen na bevalling
na geboorte	<u>Silicea</u>	C30	verstopt traanbuisje
na geboorte	Ant Tart	C30	bij benauwdheid
na geboorte	Arnica	C30	ter stimulering herstel moeder
na geboorte	Calendula	C30	bij beschadigingen en tranen
na geboorte	Carbo vegetalis	C30	bij benauwdheid
na geboorte	China	C30	verzwakking na veel bloedverlies
na geboorte	Hypericum	C30	bij stekende pijn in baarmoeder
na geboorte	Hypericum	C30	bij pijn aan stuitje
na geboorte	Ipecac	C30	als helder rood ,heet en overvloedig bloed
nerveus, pijngevoelig	Coffea	C30	oorzaak schok, te veel koffie
netelroos	<u>Apis</u>	C30	met koorts
netelroos	<u>Rhus tox</u>	C30	jeukend, met brandende en stekende pijn
neusbloedingen	<u>Arnica</u>	C30	na letsel of schok
neusbloedingen	Ipecac	C30	met hoest

klachten	middelen bij klachten	potentie	opmerking
ongelukken	<u>Arnica</u>	C30	geef direct
ontstekingen	<u>Ferrum Phosphoricum</u>	D12	bij beginnende ontstekingen
oogbeschadiging	<u>Aconitum</u>	C30	angst na
oogbeschadiging	<u>Arnica</u>	C30	blauw oog en/of shock
oogbeschadiging	<u>Ledum</u>	C30	zwart oog
oogbeschadiging	Staphisagria	C30	met gevoelens van boosheid
oogbeschadiging	Symphytum	C30	als Arnica faalt en de oogbal zelf is beschadigd
oogontsteking	<u>Apis</u>	C30	boven- en onderooglid rood en opgezet, hete tranen
oogontsteking	<u>Arg nit</u>	C30	rode ogen, stinkende gele afscheiding
oogontsteking	<u>Pulsatilla</u>	C30	met koude, dikke, gele stinkende afscheiding
oogontsteking	<u>Silicea</u>	C30	waterig, veroorzaakt door verstopt traanbuisje
oogontsteking	<u>Eupatorium</u>	C30	
oorpijn	<u>Aconitum</u>	C30	door kou, met ernstige pijn, rusteloosheid, angst
oorpijn	<u>Apis</u>	C30	stekende pijn, erger bij slikken
oorpijn	<u>Belladonna</u>	C30	kloppende pijn, met roodheid en hoge temperatuur
oorpijn	<u>Calc carb</u>	C30	kloppende pijn bij kinderen waarbij tanden langzaam doorkomen
oorpijn	<u>Chamomilla</u>	C30	ondraaglijke pijn, erger bij winderig weer
oorpijn	<u>Chamomilla</u>	C30	na zwemmen
oorpijn	<u>Hepar sulph</u>	C30	stekende pijn en stinkend oorsmeer
oorpijn	<u>Kall bich</u>	C30	stekende pijn, links erger
oorpijn	<u>Lachesis</u>	C30	met schorre stem, links erger
oorpijn	<u>Mag Phos</u>	C30	krampende pijnscheuten
oorpijn	<u>Merc viv</u>	C30	met stinkend oorsmeer met bloedsporen
oorpijn	<u>Nux vomica</u>	C30	met jeuk in het oor, meer slikken
oorpijn	<u>Pulsatilla</u>	C30	oor aan de buitenkant rood, gevoel van druk achter trommelvlies
oorpijn	<u>Pulsatilla</u>	C30	na de mazelen
oorpijn	<u>Silicea</u>	C30	als oor geblokkeerd met hard oorsmeer

klachten	middelen bij klachten	potentie	opmerking
oorpijn	<u>Sulphur</u>	C30	met pijnlijke geluiden in het oor
oorpijn	Phytolacca	C30	opgezette klieren
operaties	<u>Arnica</u>	C30	ter voorbereiding
operaties	<u>Arnica</u>	C30	om effecten erna te stoppen
operaties	<u>Hypericum</u>	C30	bij wonden/amputaties met zenuwpijn
operaties	Calendula	C30	ter genezing van wonden
operaties	Phosphorus	C30	bij slechte reactie op narcose
operaties	Staphisagria	C30	ter genezing van wonden
operaties	Staphisagria	C30	na catheters, klisma's
overgeven	<u>Arsenicum</u>	C30	met diarree
overgeven	<u>Nux vomica</u>	C30	door teveel eten of drinken
overgeven	Ant Tart	C30	met hoest
overgeven	China	C30	bij uitputting na overgeven
overgeven	Drosera	C30	met hoest
overgeven	Ipecac	C30	met hoest
overgeven	Ipecac	C30	met constant misselijk, niet minder door overgeven
overgeven	Phosphorus	C30	als ongeveer 15 m. na koud drankje
pijnlijke menstruatie	Colocynthis	C30	krampachtige pijn
plankenkoorts	<u>Gelsemium</u>	C30	met gevoel van verlamming
plankenkoorts	Arg nit	C30	
plankenkoorts	Lycopodium	C30	
reisziekte	<u>Cocculus</u>	C30	oorzaak te weinig slaap, trillen, gevoelig voor geluid
reisziekte	<u>Nux vomica</u>	C30	beter door overgeven, maar vind dit moeilijk
schok	<u>Arnica</u>	C30	na ongeluk
schok	<u>Gelsemium</u>	C30	door slecht nieuws
schok	<u>Ignatia</u>	C30	angstig zijn
shock	<u>Arnica</u>	C30	
slapeloosheid	Coffea	C30	oorzaak schok, te veel koffie
spierletsel	<u>Arnica</u>	C30	
spierpijn	<u>Ferrum Phosphoricum</u>	D12	geeft snel verlichting
splinters	<u>Silicea</u>	C30	
splinters	<u>Silicea</u>	C30	om ze er makkelijker uit te krijgen
steenpuist	<u>Arnica</u>	C30	klein, veel en pijnlijk
steenpuist	<u>Arsenicum</u>	C30	brandend

klachten	middelen bij klachten	potentie	opmerking
steenpuist	<u>Belladonna</u>	C30	heet en kloppend
steenpuist	<u>Silicea</u>	C30	geneest langzaam
steenpuist	Hepar sulph	C30	pijnlijk, ontstoken, met pus
steenpuist	Sulphur	C30	jeukend
stijve nek	<u>Rhus tox</u>	C30	met koorts arts raadplegen
strontje	<u>Apis</u>	C30	rood oog en ooglid is pijnlijk en gezwollen
strontje	<u>Pulsatilla</u>	C30	oog jeukt, oogleden plakken aan elkaar, geel groene etterige afscheiding
tandartsbezoek	<u>Aconitum</u>	C30	vóór bezoek bij angst
tandartsbezoek	<u>Arnica</u>	C30	vóór dat er gevuld of getrokken gaat worden
tandartsbezoek	<u>Arnica</u>	C30	na, bij effecten door tandartsbezoek
tandartsbezoek	<u>Arnica</u>	C30	na, bij bloedend tandvlees
tandartsbezoek	<u>Hypericum</u>	C30	na, bij pijnscheuten
tandartsbezoek	<u>Merc viv</u>	C30	griep en verkoudheidssymptomen na kwikvullingen
tandartsbezoek	Calendula	C30	bij beschadigd en pijnlijk tandvlees
tandartsbezoek	Staphisagria	C30	bij beschadigd en pijnlijk tandvlees
tanden krijgen	<u>Aconitum</u>	C30	
tanden krijgen	<u>Belladonna</u>	C30	
tanden krijgen	<u>Chamomilla</u>	C30	
tanden krijgen	<u>Pulsatilla</u>	C30	
tanden krijgen	Calc carb	C30	bij langzame/vertraagd
tanden krijgen	Mag Phos	C30	om de pijn te verzachten
tandvleesontsteking	<u>Merc solubilis</u>	D12	slechte adem, veel speeksel, gevoelig warm en koud
uitputting	<u>Arnica</u>	C30	volgend op fysieke overbelasting
uitputting	China	C30	na uitdroging
uitputting	Kali phos	C30	bij zenuwzinking
verkoudheid	<u>Aconitum</u>	C30	bij beginnende verkoudheid
verkoudheid	<u>Arsenicum</u>	C30	dun, waterig, brandend vocht bij loopneus
verkoudheid	<u>Gelsemium</u>	C30	met griep-achtige pijn
verkoudheid	<u>Pulsatilla</u>	C30	dik, zacht, overvloedig snot
verkoudheid	<u>Silicea</u>	C30	langzaam genezende verkoudheid
vermoeide ogen	<u>Ruta</u>	C30	
verstuikingen	<u>Arnica</u>	C30	om de zwelling te verminderen

klachten	middelen bij klachten	potentie	opmerking
verstuikingen	<u>Bryonia</u>	C30	als slechter door de geringste beweging
verstuikingen	<u>Hypericum</u>	C30	bij zenuwrijke ledematen zoals vingers, tenen
verstuikingen	<u>Rhus tox</u>	C30	erger bij eerste beweging, bij verdere beweging beter
verstuikingen	<u>Ruta</u>	C30	erger door op het verstuikte deel te liggen
voedselvergiftiging	<u>Arsenicum</u>	C30	vooral bij vlees
voedselvergiftiging	<u>Lycopodium</u>	C30	bij schelpdieren
voedselvergiftiging	<u>Pulsatilla</u>	C30	vooral bij vis
waterpokken	<u>Aconitum</u>	C30	koortsig en angstig
waterpokken	<u>Belladonna</u>	C30	met koorts en kloppend hoofd
waterpokken	<u>Merc viv</u>	C30	als pokken met stinkend pus
waterpokken	<u>Pulsatilla</u>	C30	met hoest, geen dorst, claimend
waterpokken	<u>Rhus tox</u>	C30	sterk jeukende pokken, extreme rusteloosheid
waterpokken	Ant Tart	C30	als pokken langzaam komen, hoest
waterpokken	Calendula zalf	C30	
weëen	<u>Aconitum</u>	C30	bij angst om te sterven tijdens bevalling
weëen	<u>Chamomilla</u>	C30	ondraaglijk, ergernis
weëen	<u>Gelsemium</u>	C30	zwak, met rugpijn
weëen	<u>Kali carb</u>	C30	zwak, met rugpijn
weëen	<u>Pulsatilla</u>	C30	doen niets, "help me" houding
whiplash	<u>Hypericum</u>	C30	met pijnscheuten
whiplash	<u>Ruta</u>	C30	diepe beschadiging aan banden en pezen, mogelijk gescheurd
wintertenen	<u>Pulsatilla</u>	C30	heet, jeuk, erger bij warmte
wintertenen	<u>Rhus tox</u>	C30	donkerrode ontsteking, erger bij kou, vocht
wonden	<u>Calendula</u>	C30	snijwonden, schaafwonden en pijnlijke plekken
wonden	<u>Hypericum</u>	C30	schone regelmatige snijwond
wonden	<u>Hypericum</u>	C30	scheuren
wonden	Staphisagria	C30	na operatie
zonnebrand	<u>Belladonna</u>	C30	als de huid droog, heet, rood, kloppend en pijnlijk is
zonnebrand	<u>Cantharis</u>	C30	als ernstige zonnebrand z.s.m. innemen

klachten	middelen bij klachten	potentie	opmerking
zonnesteek	<u>Belladonna</u>	C30	met koorts en/of hoofdpijn
zonnesteek	<u>Bryonia</u>	C30	als symptomen verergeren door beweging

Materia Medica

In deze Materia Medica worden de homeopathische middelen op alfabetische volgorde weergegeven.

Afkorting	Naam	Omschrijving	Opmerking
Ac.	Aconitum	Nr. 1 remedie bij beginnende venijnige verkoudheid Heel nuttig middel bij beginnende verkoudheden, koorts en ontstekingen. Past bij gezonde mensen waarbij de klachten plotseling verschijnen. Mogelijke oorzaken: koude/droge wind: angst/schok. Karakteriserend is de extreme rusteloosheid en angst. Kan een ongegronde angst hebben voor de dood. Droge, hete huid. Symptomen zijn erger: 's avonds/rond middernacht en bij aanraken. Dorst naar koude drankjes. Alles kan bitter smaken behalve water. Beter door frisse lucht.	Nr. 1 remedie bij beginnende venijnige verkoudheid
Ant tart	Ant tart	Belangrijk (ratelende) hoestmiddel, waarbij de patiënt slijm niet kan ophoesten (vergelijk Ipecac) en "verdrinkt in het slijm". Heeft het gevoel dat hij/zij stikt, voelt zich zwak, suf en slap. De patiënt kan geïrriteerd. Veel gapen en zweten. Wit beslagen tong. Beter: bij slijm kunnen uitspugen, recht op zitten, koude drankjes. Erger: warmte, liggend, 4 uur 's middags, bij gezelschap.	
Apis	Apis	Nr. 1 remedie voor beten en steken Om effectief te zijn moeten de symptomen passen bij het volgende plaatje: Zwellingen met vocht er in. Roodheid. Brandende en stekende pijn. Rusteloosheid. Geen dorst. Beter: iets kouds er op. Erger: warmte, en tussen 4 en 6 's middags.	Nr. 1 remedie voor beten en steken
Arg nit	Arg nit	Nr. 1 remedie bij angst voor vliegen Nuttig bij bekende angsten en gasproblemen (overmatig boeren en winden). Past bij warmbloedige types die de neiging hebben om impulsief te handelen en zich gejaagd te voelen. Ze kunnen faalangst hebben als ze voor een publiek iets moeten doen. Doen vaak dingen gehaast en kunnen daardoor in de problemen komen (vergelijk Gelsemium en Lycopodium). Pijn alsof er een splinter zit. Beter: frisse lucht, snel lopen. Erger: in menigte mensen, snoep (krijgt er diarree van).	Nr. 1 remedie bij angst voor vliegen

Afkorting	Naam	Omschrijving	Opmerking
Arnica	Arnica	Nr. 1 remedie bij ongelukken / schok / fysieke afmatting Eerste keus na de meeste ongelukken, blessures, letsel of fysieke beproevingen. Als het vroeg gegeven wordt reduceert het de zwelling en blauwe plekken. De patiënt is bang om aangeraakt te worden vanwege de pijn en wil soms alleen gelaten worden. Kan claimen geen verwondingen te hebben terwijl ze die wel hebben. Klassieke teken dat iemand in shock is. Bovenlichaam is heet, onderlichaam koud. Slecht geheugen. Erger: bij onenigheid bij liggen op gewonde deel	Nr. 1 remedie bij ongelukken / schok / fysieke afmatting
Arsenicum	Arsenicum	Nr. 1 remedie bij voedselvergiftiging Gekenmerkt door grote uitputting en mentale rusteloosheid. Patiënt wil niet alleen gelaten worden. Kan angst voor de dood hebben. Pijn en afscheidingen van het lichaam zijn brandend terwijl de patiënt zich koud voelt. Alle symptomen, behalve hoofdpijn, zijn beter bij warmte. Behoeftte aan vaak een slokje van meestal hete dranken. Beter: warmte en liggen. Erger: van middernacht tot 3 uur 's nachts.	Nr. 1 remedie bij voedselvergiftiging
Belladonna	Belladonna	Nr. 1 remedie bij hele hoge koorts Ontstoken gebied van de gehele patiënt is branderig, rood en heet. Glazige ogen en vergrote pupillen. Klachten komen plotseling op. Mogelijke oorzaak: kou op het hoofd. Pijn is kloppend en heftig. Snelle pols. Patiënt is boos en kan ijlen. Dorstig, snakt naar limonade. Beter: liggend. Erger: aanraking of onenigheid, beweging en om 3 uur 's middags.	Nr. 1 remedie bij hele hoge koorts
Bryonia	Bryonia	Nr. 1 remedie bij droge, pijnlijke hoest Droogheid van alle slijmvliezen. Veel dorst en af en toe (i.t.t. Arsenicum) behoefte aan grote hoeveelheden vocht. De patiënt ligt heel stil: alle symptomen verergeren bij de lichtste beweging. Pijn is stekend. Patiënt klaagt veel, is geïrriteerd en heeft geen zin om vragen te beantwoorden of dingen te doen op verzoek van anderen. Beter: flinke druk. Erger: 9 uur 's avonds: na het eten van kool en/of bonen.	Nr. 1 remedie bij droge, pijnlijke hoest

Afkorting	Naam	Omschrijving	Opmerking
Calc carb	Calcium carbonicum	Nr. 1 remedie bij langzaam en moeizaam doorkomen van tanden Vaak gebruikt bij het opgroeien of het doorstaan van belangrijke veranderingen. Beetje dik, blond en pafferig. Kouwelijk. Snel moe bij inspanning en erg zweterig (vooral achterkant hoofd). Ruikt zuur. Kan angst hebben voor veel dingen (donker, monster, dieren, insecten). Ontwikkelen zich langzaam, vooral slechte voedselvertering, wat problemen met botten en tanden kan veroorzaken. Behoeftte aan gekookt ei. Beter: constipatie, droog weer. Erger: hoogtes, nat of koud worden, tanden krijgen, melk.	Nr. 1 remedie bij langzaam en moeizaam doorkomen van tanden
Calendula	Calendula	Nr. 1 remedie bij het helen van wonden Heel nuttig eerste hulp middel bij snijwonden, oppervlakkige brandwonden, blaren, hoofdwonden, na tanden trekken of bij geboortes. Het stimuleert de aanmaak van regelmatig littekenweefsel (zonder bobbel). Gebruik uitwendig in zalf, crème of tinctuur. Of inwendig als er veel ongemak en ettervorming is (vergelijk Hepar sulph). Beter: warmte, lopen . stil liggen. Erger: vochtig saai weer, in de avond.	Nr. 1 remedie bij het helen van wonden
Cantharis	Cantharis	Nr. 1 remedie bij de intense pijn van brandwonden Vaan een effectief middel bij de behandeling van blaasontsteking als er brandende pijn is vóór, na en tijdens het plassen. Intense mentale en fysieke irritatie. Klachten komen plotseling en heftig op. Pijn is snijdend en brandend. Patiënten hebben enorme dorst maar na (vooral koude) dranken worden de klachten erger. Beter: iets koude op de plek. Erger: aanraking.	Nr. 1 remedie bij de intense pijn van brandwonden
Carbo veg	Carbo vegetalis	Nr. 1 remedie bij reanimatie De "homeopathische lichaam weer tot leven brenger". Deze remedie heeft veel levens gered. De meeste extreme symptoom is instorting door zuurstofgebrek. Lichaam (zelfs adem) is koud, slap, bleek of blauw. Minder ernstige gevallen vertonen extreme traagheid. Veel spijsverteringsstoornissen, winderigheid (vergelijk Lycopodium). Bovenkant buik erg opgeblazen. Kan veroorzaakt zijn door overeten. Beter: frisse	Nr. 1 remedie bij reanimatie

Afkorting	Naam	Omschrijving	Opmerking
		lucht, gewaaierd worden, boeren. Erger: warmte, uitdroging, vóór slapen gaan, strakke kleding.	
Chamomilla	Chamomilla	Nr. 1 remedie bij kinderen die tanden krijgen Vooral als het kind één rode wang heeft. Overgevoeligheid is een sterk kenmerk. Pijn is ondraaglijk en en uit proportie ten opzichte van de ziekte of verwonding. Past bij kinderen met een slecht humeur die alleen stil te krijgen zijn door ze te rond te dragen. Ze vragen iets en wijzen het gelijk weer af. Ze zijn heet en zweterig (vooral het hoofd). Beter: niet bedekt. Erger: van 9 uur 's avonds tot middernacht.	Nr. 1 remedie bij kinderen die tanden krijgen
China	China	Nr. 1 remedie bij uitdroging Kwetsbare types met overgevoelige zintuigen. Klachten verschijnen vaak na verlies van vloeistoffen/ ernstige uitdroging (bijvoorbeeld na diarree of koorts). Opgeblazen buik, maar boeren helpt niet (vergelijk Carbo veg). Beter: harde druk, liggen, niet eten, losse kleding. Erger: lichte aanraking.	Nr. 1 remedie bij uitdroging
Drosera	Drosera	Nr. 1 remedie bij kinkhoest Hele goede remedie tegen kinkhoest (zie ook Ant tart & Ipecac). Bij heftige, krampachtige hoest die leidt tot kokhalzen, overgeven of bloedneus (vergelijk Ipecac). Beter bij het vasthouden van de borstkas. Gevoel dat er een veertje in de keel zit. Rusteloosheid. Koppig en wantrouwend. Alle symptomen verbeteren na middernacht. Beter: bij rechtop zitten, frisse lucht. Erger: bij liggen, praten en warmte.	Nr. 1 remedie bij kinkhoest
Gelsemium	Gelsemium	Nr. 1 griep remedie Zeker als er eerst rillingen bij de ruggenwervel op en neer gaan. Verlamd gevoel. Het middel staat bekend als "glazen kist" zoals bij Sneeuwwitje, mentale alerte staat maar je fysiek verlamd voelen. De patiënt beeft, heeft pijnlijke spieren en het hoofd en de ogen voelen zwaar. De oogleden hangen.	Nr. 1 griep remedie
Hepar sulph	Hepar Sulphuris	Nr. 1 remedie bij pijnlijke, geïnfecteerde wonden Een belangrijk kenmerk is overgevoeligheid voor alles: pijn, aanraking,	Nr. 1 remedie bij pijnlijke, geïnfecteerde

Afkorting	Naam	Omschrijving	Opmerking
		kou, geluid, inspanning. Belangrijk kenmerk is ook de kou. Emoties kunnen heftig en intens zijn. Neiging tot pusvorming. Stekende pijn alsof er een splinter zit. (vergelijk Arg nit). Beter: hitte, vocht, in warm bed liggen. Erger: onbedekt zijn, kou.	wonden
Hypericum	Hypericum	Nr. 1 remedie bij verwondingen aan de zenuwen. Nuttig als eerste hulpmiddel bij steek- of diepe wonden met gescheurde randen in ledematen met veel zenuwen zoals vingers of vallen op stuitje. De pijn is heftig en schietend langs de zenuwen. Het middel heeft een anti-tetanus reputatie.	Nr. 1 remedie bij verwondingen aan de zenuwen.
Ignatia	Ignatia	Nr. 1 remedie bij emotionele schok of sterfgeval Nuttig bij het behandelen van symptomen die veroorzaakt worden door acuut verlies, verdriet of liefdesverdriet. De patiënt kan de gebeurtenis ontkennen en ongeloof hebben. Andere tekens kunnen zijn: hik, onbewust gapen of zuchten. Kan gebruikt worden om flauwvallen en hysterie te behandelen. Beter: warmte. Slechter: tabak, frisse lucht.	Nr. 1 remedie bij emotionele schok of sterfgeval
Ipecac	Ipecac	Nr. 1 remedie bij constante heftige misselijkheid Overgeven verlicht niet. Plotselinge helder rode bloedingen (bloedneus, ongesteld, aambeien). Krampachtige ademhalingsklachten, droge hoest met kokhalzen, gevoel van stikken. Moeite om slijm op te hoesten (vergelijk Ant tart). Geen dorst. Constante speekselvorming en schone tong. Beter: frisse lucht. Erger: te veel eten.	Nr. 1 remedie bij constante heftige misselijkheid
Kali bich	Kali bich	Nr. 1 remedie bij pijnlijke verkoudheid Prima middel tegen verkoudheid en voorhoofdsholteontsteking. Belangrijkste kenmerk is een kleverig, draderig, dik geelgroen snot, dat stinkt (vergelijk Pulsatilla). Past bij mensen die ziek worden door snelle afkoeling en het koud hebben als ze ziek zijn. Ondanks dat ze het koud hebben voelen ze zich slechter in de zomer. De pijn is vaak op één specifieke plek, maar deze kan zich verplaatsen. Erger: bij het wakker worden, 's avonds, na het eten.	Nr. 1 remedie bij pijnlijke verkoudheid

Afkorting	Naam	Omschrijving	Opmerking
Lachesis	Lachesis	Linkerkant klachten of links beginnend en zich bewegend naar de rechterkant (vooral bij keelpijn). Warmbloedig. Spraakzaam, onderhoudend, maar met een overactieve geest. Kan wantrouwend en jaloers zijn. Heftig. Beter: frisse lucht,, koude dranken, tijdens of na menstruatie. Erger: tijdens overgang, alcohol, strakke kleding of sjaal om de nek, na slaap, hitte, heftig weer.	
Ledum	Ledum	Nr. 1 remedie bij diepe steekwonden en zwarte ogen Net zoals Hypericum heeft Ledum anti-tetanus eigenschappen. Wordt gebruikt om diepe wonden (bijvoorbeeld ontstaan door nagels) en dieren- en insectenbeten te behandelen. De plek is plakkerig, er komt wondvocht uit en de pijn is kloppend. Het gebied eromheen is gezwollen, blauw en koud, maar voelt vreemd genoeg voor de betroffene als heet. Beter: iets kouds er op. Erger: hitte.	Nr. 1 remedie bij diepe steekwonden en zwarte ogen
Lycopodium	Lycopodium	Angstig. Gebrek aan zelfvertrouwen, vooral bij spreken in het openbaar. Komt echter goed als ze eenmaal begonnen zijn (vergelijk Arg. Nit die te haast is en faalt). Kan charmant zijn, maar kan thuis de baas spelen. Klachten rechts, of bewegend van rechts naar links (Lachesis andersom). Veel flatulentie, opgeblazen buik. Beter: warme dranken, snoep, beweging, frisse lucht, winderig weer. Erger: van 4 tot 8 's middags.	
Mag phos	Mag phos	Bekend als homeopathische aspirine. Heel effectief als je het oplost in water en steeds kleine slokjes neemt. Nuttig bij migraine en aangezichtspijn, krampende pijn en pijnscheuten. Verlicht hoofdpijn, kiespijn en menstratiepijn. Personen die goed op dit middel reageren zijn gevoelige of nerveuze types die vaak over hun klachten praten. Beter: hitte, stevige druk. Erger: kou, onbedekt, aanraking.	
Merc viv	Mercurius viv	Nr. 1 remedie bij blaren in de mond Past bij mensen die ongelooflijk gevoelig zijn voor warmte en kou en zich alleen goed voelen bij een middelmatige temperatuur. Ze ruiken uit hun mond en er kan vocht uit de blaren komen met sporen van bloed. Ze zijn vatbaar	Nr. 1 remedie bij blaren in de mond

Afkorting	Naam	Omschrijving	Opmerking
		voor opgezette klieren en zweten snel. Erg veel speeksel, vooral 's nachts, maar ze ze hebben extreme dorst. Erger: 's nachts.	
Natrium mur	Natrium muriaticum	Nr. 1 remedie bij koortslip Als op de lippen (en geen andere symptomen). Erg gevoelige personen die zich de kleinste dingen van lang geleden herinneren. Ze voelen alles zo heftig dat ze zichzelf proberen te beschermen door zich af te sluiten. Belangrijk middel voor verborgen verdriet (stijve bovenlip). Midden van onderlip kan gebarsten zijn. Vloeistof uit koortslip als eiwit. Behoefte aan zout. Erger: hitte, zon.	Nr. 1 remedie bij koortslip
Nux vomica	Nux vomica	Nr. 1 remedie tegen kater .. overmatig eten van zware maaltijd. Mensen die dit middel nodig hebben zijn kouwelijk. Emotioneel zijn ze gespannen, snel geïrriteerd en overgevoelig. Ze lijden aan spijsverteringsklachten en hoewel ze zich beter voelen na overgeven, lukt het ze vaak niet. Het zijn vaak harde werkers die leven op een dieet van koffie, alcohol en tabak, ondanks het effect dat deze stoffen op hen heeft. Voor goede resultaten kan het middel het beste een paar uur voor het naar bed gaan genomen worden. Beter: warmte, rust, hete dranken. Erger: 's morgens.	Nr. 1 remedie tegen kater
Phosphor	Phosphorus	Lieve, vriendelijke, sympathieke en knuffelachtige types. Helaas kunnen ze doordat ze slecht hun grenzen aangeven, snel uitgeput raken door de problemen van anderen. Beïnvloedbaar. Ze zitten vol met angsten en zorgen. Brandende hitte en pijn. Bloeden snel. Hebben behoefte aan pittig gekruid voedsel, ijs. Beter: koude dranken, eten, slaap (zelfs een dutje). Erger: plotselinge weersveranderingen (bijv. storm), een maaltijd overslaan, liggen op de linkerkant.	
Pulsatilla	Pulsatilla	Nr. 1 remedie voor oorinfecties bij kinderen Bij deze remedie zijn de symptomen en degenen die het middel nodig hebben zeer veranderlijk. Emotioneel zijn ze humeurig, huilen snel en kunnen niet alleen zijn. Kinderen dreinen en drammen. Pulstilla types hebben nooit dorst en gedragen zich nog	Nr. 1 remedie voor oorinfecties bij kinderen

Afkorting	Naam	Omschrijving	Opmerking
		vervelender in benauwde kamers. Hun humeur verbetert direct in de frisse lucht. Lichaamsafscheidingen zijn dik, zacht en geel-groen. Klachten komen na nat worden, koude voeten. Beter: in bad, huilen, beweging, druk. Erger: schemer, nat, winderig weer	
Sepia	Sepia	Nuttig middel klachten door hormonale schommelingen bij vrouwen. Past bij personen die doodmoe zijn, en zich heel zwaar voelen. Onverschillig tegenover naasten. Kouwelijk, huilt snel. Afkeer voor sympathie, willen liever alleen zijn. Verlangt chocola en verslavende dingen. Beter: flinke lichamelijke oefening, eten, warmte, frisse lucht. Erger: tijdens menstruatie, een maaltijd overslaan, zwangerschap.	
Rhus tox	Rhus toxeron	Nr. 1 remedie voor verstuikingen en verrekkingen Stijfheid, gecombineerd met vreselijke rusteloosheid. Pijn meestal rond gewrichten, doen zeer, voelen pijnlijk en beurs. De pijn wordt erger bij de eerste beweging, met een scheurend, stekend gevoel, maar het wordt beter naarmate de (niet al te krachtige) inspanning langer duurt. Patiënten die dit middel nodig hebben, haten vochtig, koud weer. Tijdens verkoudheden, koorts hebben ze een driehoekig rood plekje op de punt van de tong, wat een goede check is of dit middel goed past. Kinderen die dit middel nodig hebben verlangen naar koude melk.	Nr. 1 remedie voor verstuikingen en verrekkingen
Ruta	Ruta	Nr. 1 remedie voor verwondingen aan pezen en oppervlakkig aan de botten Ruta's werking is dieper, maar heeft een minder karakteristiek beeld als Rhus tox. Het is minder rusteloos. Bot voelt beschadigd. Het heeft verband met banden, pezen en het beenvlies. (bijvoorbeeld tenniselleboog en beschadigd scheenbeen). Slechter door rust en beter door lichte beweging.	Nr. 1 remedie voor verwondingen aan pezen en oppervlakkig aan de botten
Silicea	Silicea	Nr. 1 remedie om splinters uit te drijven Bij eerste hulp is het een prima middel om vreemde objecten (splinters o.i.d.) uit het lichaam te krijgen. Kijk uit als men stalen pinnen of pacemaker heeft. Bij acute ziektes	Nr. 1 remedie om splinters uit te drijven

Afkorting	Naam	Omschrijving	Opmerking
		past het bij kouwelijke types, die herhaaldelijk infecties krijgen die langzaam genezen. Dorstig. Transpireren snel. Beter: hitte. Erger: koud, vochtig, nat weer.	
Staphisagria	Staphisagria	Nr. 1 remedie na inknippen bij geboorte Lijken kalm en aardig, maar voelen zich boos, verontwaardigd en vernederd. Hebben het gevoel dat hun grenzen zijn overschreden. Erg nuttig na snijwonden met scherpe instrumenten. Wil niet aangeraakt worden. Beter: warmte, rust, ontbijt. Erger: maaltijd overslaan, tabak, bad, tussen 10 en 11 's morgens.	Nr. 1 remedie na inknippen bij geboorte
Suphur	Sulphur	Warmbloedige types, willen ramen en deuren open. Leeg, zinkend gevoel in de maag om 11 uur 's morgens. Verlangd naar zoetheit en kruidig eten. Brandende pijn. Brandende, bijtende, jeukende lichaamsvloeistoffen. Beter: frisse lucht. Erger warmte, bad nemen, 's morgens 10-11.	

Let op:

Het betreft hier homeopathische geneesmiddelen zonder goedgekeurde therapeutische indicaties bedoeld voor lichte klachten. Bij aanhoudende of ernstige klachten dient men een (homeopathisch) arts te raadplegen.

Deze gids wordt u aangeboden door Natuvitaal en is gebaseerd op de Helios Homeopathische kit die in onze winkel te koop is. Kijk op www.natuvitaal.nl

De prijs op dit moment is € 66,- Veel enkelvoudige middelen kosten bij de drogist of apotheek tussen de €8 en €14,-, dus voor de prijs van ongeveer 8 middelen heb je nu 36 homeopathische middelen en je hebt alles in huis om de huis, tuin en keukenklachten homeopathisch te behandelen.

De middelen zijn ook uitstekend te gebruiken voor huisdieren!



