

Naturlíg homøopatísk hjælp til allergí



Høfeber
Allergísk snue
Astma
Soleksem
Eksemer
Allergíske reaktióner på ínssekter
Nældefeber
Fødevareallergí - Intolerance



Alma

Hvad er allergi?

Det var den østrigske børnelæge Clements von Pirquet, som i 1906 definerede begrebet allergi. I dag forstår man ved allergi en uhensigtsmæssig overreaktion. Von Pirquet forstod ved allergi både en underreaktion og en overreaktion, og han sagde at den sunde reaktion var midt i mellem overreaktionen og underreaktionen.

I fagsproget taler man om:

Hypergi	overreaktion
Normergi	den normale reaktion
Anergi	den manglende reaktion

Hypergien (overreaktion) er, når kroppen reagerer kraftigt på f.eks. indtrængende pollen, insektstik eller fødevarer. Reaktionen på pollen er typisk høfebersymptomer. Ved insektstik kan der meget hurtigt opstå betydelige hævelser omkring stikstedet, og der kan opstå mere alvorlige symptomer, som vejrtrækningsproblemer og evt. blodtryksskud. Reaktionen på fødevarer kan også være allergiske hævelser, høfeber, mavesmerter, stærk hudkløe m.m.

Anergi (underreaktion) – desværre har lægevidenskaben i dag helt glemt, at der er noget som hedder underreaktioner/manglende reaktioner. Anergien – de manglende eller svage reaktioner – optræder især når man bliver ældre; når immunsystemet med tiden svækkes, og ikke længere har kræfter til at reagere på f.eks. indtrængende fremmedstoffer. Overgangen fra stærke reaktioner til manglende reaktioner fremmes i dag også, når patienten typisk gennem lang tid får immunundertrykkende midler, f.eks. antihistaminer. Disse hører til gruppen af immunsuppressive (immunundertrykkende) midler. I længden er det ikke smart at

undertrykke immunsystemet. Det medfører nemlig, at fremmedstoffer trænger uhindret ind i organismen, og det fører med tiden til udviklingen af mere eller mindre alvorlige og kroniske sygdomme. I lang tid ser man ingen symptomer eller tegn på sygdom. Men i det skjulte, og uden symptomer, kan en mere alvorlig sygdom udvikle sig.

Von Pirquet så dette problem. Den sidste bog han skrev, hed: "Allergi i alderdommen – de ondartede svulster". Han beskriver heri, at anergien med tiden kan føre til udvikling af kræft. Den manglende reaktion kan dog også medføre mindre farlige sygdomme, såsom kroniske infektioner, lungesygdomme, kredsløbssvækkelser, dårlig søvnkvalitet, fordøjelsesforstyrrelser m.m.

Ved anergi har organismen brug for midler og metoder som styrker immunsystemet – og der er slet ikke brug for immunundertrykkende midler.

Normergi er den sunde reaktion, som ligger mellem hypergien og anergien. En sund reaktion er f.eks., når kroppen reagerer med feber på sygdomsfremkaldende bakterier, svampe eller vira. Det er også en sund og normal reaktion, når f.eks. næseslimhinderne er stærke og afviser pollen allerede "ved grænsen", inden de er trængt ind i blodet. Allergi er meget ofte forårsaget af kroniske infektioner, som kroppen ikke har fået ordentligt ud af organismen. Man ser

f.eks. ofte, at astma kan starte i kølvandet på f.eks. en lungebetændelse, bronkitis eller influenza.

Med homøopati forsøger man ikke at

undertrykke immunsystemet. Man forsøger i stedet på at styrke immunsystemet, så det får kræfter og overskud til at reagere normalt (normergi).



Høfeber og allergisk snue

Symptomerne på høfeber kan være nyseanfald, rindende øjne, kløe og irritation i øjne og næse.

Symptomerne kan blive så kraftige, at patienten bliver varm, utilpas og får feber (heraf navnet høfeber). Høfeber tager ofte sin begyndelse i puberteten, og der er flere drenge end piger, som får denne lidelse.

Der er pt. ca. 500.000 mennesker, som har høfeber i Danmark, og tallet stiger og stiger. På grund af klimaændringerne er pollensæsonen blevet meget udvidet de sidste år.

Høfeber (pollenallergi) udløses f.eks., når pollen fra træer, buske og græs om foråret og i løbet af sommeren frigives, og i perioder fylder luften vi indånder. Af en eller anden grund har flere og flere menneskers slimhinder svært ved at afvise "angreb" fra disse pollen. Når pollen uhindret via slimhinderne trænger ind i blodet, forsøger organismen at bekæmpe dem ved at producere histamin. Det udløser så de kendte høfebersymptomer. Høfeber og allergisk snue kan også udløses af dyrehår, støvmider, svampesporer, bestemte fødevarer m.m.

Den homøopatiske behandling går ud på at styrke slimhinderne og immunsystemet, så det ikke længere overreagerer – men heller ikke holder op med at reagere. Imellem overreaktionen og den manglende reaktion findes den sunde afbalancerede reaktion. Det er den reaktion som raske mennesker foretager, og de er derfor i stand til at afvise pollen "ved grænsen" (slimhinderne), så f.eks. pollen ikke får mulighed for at trænge ind i organismen.



Denne sunde "grænseafvisning" udløser ingen symptomer.

Høron er et dansk udviklet homøopatisk lægemiddel, som har været på markedet siden 1984. Det har hjulpet utallige allergikere i de 25 år. Høron har i reglen en lige så hurtig og sikker effekt som antihistaminer, men er helt uden bivirkninger/risiko. Høron virker fortrinsvis ind i 2 områder:

- 1) Det styrker slimhinderne. Det indeholder f.eks. homøopatisk udtræk fra løg. Løg styrker og opbygger slimhinderne, bl.a. fordi det styrker kalium- og svovlprocesserne, som virker ernærende og opbyggende på slimhinderne, og derved frem-

Den homøopatiske behandling går ud på at styrke slimhinderne og immunsystemet, så det ikke længere overreagerer – men heller ikke holder op med at reagere. Imellem overreaktionen og den manglende reaktion findes den sunde afbalancerede reaktion.



mer en sund sekretion fra slimhinderne i øjne og næse. Det er også velkendt, at man let får rindende øjne og løbende næse, hvis man står og snitter løg. I homøopatiske (stærkt fortyndede) doser kan løg virke helbredende på de symptomer, som det kan udløse i en stærk dosis. Det er et princip, som kendes fra vaccinationer.

- 2) Det styrker nyrer og binyrer. Høron indeholder bl.a. homøopatisk kobber, som virker meget opbyggende på både nyrer og binyrer. Kobberet kaldes også "det homøopatiske kortison". Kobberet stimulerer kroppens egen produktion af binyrebarkhormoner.

Høron indeholder også planten hjertefrø (Cardiospermum), som stimulerer binyrerne til at producere mere binyrebarkhormon.

Gennem denne dobbeltvirkning bliver organismen ofte i stand til at reagere normalt på "pollenangreb". Høron virker bedst, hvis den i de første par år tages forebyggende, inden høfeberen starter (ca. to måneder før, alt efter hvad der udløser høfeberen). Dosering til voksne og større børn: 10 dråber 3 x dagligt, til små børn ca. 5 dråber 3 x dagligt i lidt vand (vedrørende indtagelse se side 27-28) Høron tages på samme måde i hele perioden hvor høfeberen er mærkbar.

Ved akut høfeber tages Høron i akut dosering: 30-50 dråber i et glas vand drikkes slurkvist over 1-2 timer. Små børn: 10-30 dråber som drikkes over 2 timer. Kan gentages op til 3 gange dagligt



Selvom man ikke har taget Høron forebyggende, kan man godt indtage det, selvom høfeberen er startet. Uanset om man har taget Høron forebyggende eller ej, er det vigtigt at tage Høron i en akut dosering, hvis et høfeberanfald er undervejs. Hvis man på den måde kan holde anfaldene væk, ser man ofte, at de aftager med tiden.

Andre råd

Hvis du er allergisk overfor pollen, dyrehår eller bestemte fødevarer, betaler det sig at tage nogle forholdsregler. F.eks. kan det være en god ide at skylle næsen med en saltvandsspray flere gange dagligt i pollensæsonen, hvis du har været i nærheden af noget du ikke kan tåle. Her kan f.eks. anvendes Weledas Rhinodoron, som fås i helsekostbutikker. Til at skylle øjnene med kan f.eks. anvendes Oculo-Heel øjendråber. Tænk også over hvilke planter og træer du har i din have, og skift dem evt. ud med andre du kan tåle. Tænk også på dit indeklima – sørg for god udluftning flere gange dagligt, hold huset godt rent og støvfrit, fjern støvsamlere m.m. Selvom det kan lyde lidt mærkeligt, så hjælper et varmt fodbad ofte på høfeber.

Andre homøopatiske tillægsmidler

En større undersøgelse på Glasgows homøopatiske hospital har påvist, at homøopatiske udtræk fra de pollen m.m., som man ikke tåler, kan have en særdeles gavnlige effekt på høfebersymptomer. På markedet findes bl.a. de homøopatiske lægemidler: Quattroplex 1 (Vala Pharma, Sverige), som indeholder pollen fra "forårsplanterne" ;El, Elm, Birk, hassel, almindelig Hæg og Sejle Pil. Quattroplex 2, som indeholder forårs- og sommerpollen; Rajgræs, Fløjsgræs, Mælkebøtte, Hvid okseøjede samt græsserne; Rottehale, Eng rævehale og Engsvingel. Quattroplex 5 mod dyreskæl. Det indeholder homøopatiske hårskæl fra hund, kat og hest samt støvmide.

Med disse midler kan man foretage det,

som kaldes en "desensibilisering". Desensibilisering går ud på at give det stof, som man ikke tåler, over en længere tid og i en fortyndet form. Efterhånden giver man det i stærkere doser. Erfaringerne har vist, at man med et homøopatisk middel fra det man reagerer allergisk på, på nogle få måneder kan foretage en helt ufarlig desensibilisering. Den tidligere omtalte skotske undersøgelse har videnskabeligt påvist, at man på den måde kan opnå en betydelig effekt.

I lægesystemet foretages disse desensibiliseringer på sygehuset, og stoffet man ikke tåler, gives som indsprøjtninger. Når man sprøjter disse stoffer direkte ind i blodet, kan det medføre en chokreaktion (anafylaktisk chok), og derfor foretages de-



sensibiliseringen på et sygehus. Den type desensibilisering foregår ofte over flere år. Quattroplex 1, 2 eller 5 indtages over ca. 3 måneder. Følg doseringen på lægemidlet. Vigtigt at indtage Høron sammen med Quattroplex-tabletterne.

Hvis høfeberpatienten er tynd og lidt svagelig kan man supplere Høron-behandlingen ved at give det homøopatiske celledsalt nr. 14 – Cuprum arsenicosum i D12.

Til buttede, væskefyldte typer kan som tillægsmiddel til Høron anvende Exuda comp.

I mere end 100 år har lægerne vidst at kalk kan have en stærk antiallergisk virkning. Det er f.eks. blevet brugt til behandling af allergiske reaktioner ved bi- og hvepsestik. Også ved høfeber og allergisk snue kan man med kalkpræparater opnå en antiallergisk effekt. (Her kan f.eks. anvendes Calcium complex, eller Vogels UrtiCalcin.)

I nogle tilfælde betaler det sig at give et præparat, som støtter skjoldbruskkirtlen ved høfeber og allergisk snue. Det kan være vanskeligt for menigmand at afgøre, om skjoldbruskkirtlen har noget af skylden for høfeberen eller den allergiske snue. Nogle tegn kan være; hævet eller hård skjoldbruskkirtel (se og mærk på halsen), det ene øje står lidt frem for det andet (og når man trykker på øjet føles det hårdt), skjoldbruskkirtelproblemer i familien, svingende menstruationer, næsen løber meget med tyndt og vandigt væske – eller det modsatte; den er helt

stoppet til). Til at understøtte skjoldbruskkirtlen kan man anvende Spongia comp.

Ved kraftige høfeberanfald, som Høron ikke er i stand til at standse, kan anvendes homøopatisk binyre (Glandula suprarenalis D6, Vala Pharma).

Krydsallergi

Hvis man reagerer med høfebersymptomer på f.eks. birkepollen, er der stor chance for, at man også reagerer på bestemte fødevarer. På internettet kan du finde information om, hvilke fødevarer man typisk også reagerer på, ved allergi overfor pollen, dyrehår, latex m.m.

Allergisk snue

Ved allergisk snue har man nogenlunde de samme symptomer som ved høfeber. Symptomerne er dog ikke årstidsbestemte. De kan komme ved kuldepåvirkninger, bestemte fødevarer, perioder med svækkelse og belastninger, seksuel over- eller underaktivitet, mangel på vitaminer og mineraler m.m. Ved høfeber ser man ofte at årsagerne skal findes i nyresystemet. Ved allergisk snue findes årsagerne ofte i leveren og lymfesystemet.

Allergisk snue starter ofte efter, at patienten har haft en eller anden infektion, som ikke er kommet ordentligt ud af kroppen.

Til allergisk snue har Allergica udviklet lægemidlet Ceca comp., som styrker slimhinderne og leveren. Hvis der ligger ”gamle infektioner” i lymfesystemet, kan anvendes Ceca/Sulfur comp.

Astma

Astma er en af de kroniske lidelser i Danmark, med den største hyppighed. Astma kan udvikle sig alvorligt, og akutte symptomer kan i sjældne tilfælde medføre døden. Derfor er det ikke en lidelse, man skal tage let på, og man bør aldrig ophøre med lægemedicin uden samråd med lægen. Akutte astmaanfald kan kræve akut lægehjælp

Når det er sagt, kan en homøopatisk behandling meget ofte forebygge eller behandle astma dybtgående. Det anbefales dog, at astmapatienter søger råd og behandling hos en erfaren homøopatisk behandler. Foreningen Alma kan evt. henvise til en behandler.

Her skal blot nævnes nogle få homøopatiske lægemidler, som astmapatienten kan indtage. Hvis midlerne hjælper på astmaen, kan lægemedicinen evt. langsomt aftrappes i samråd med lægen.

Hvis de ikke hjælper, bør man ikke gå videre på egen hånd, men ubetinget søge hjælp hos en erfaren homøopatisk behandler.

Homøopatiske lægemidler

Allergica har udviklet to lægemidler til astmabehandling:

Cuprum aceticum comp, som fortrinsvist anvendes til voksne med astma. Til børn er der udviklet et lignende lægemiddel, Drosera comp. Begge virker opbyggende på nyre-/binyresystemet, og herfra virker de regulerende på lungernes styring af vejtrækningen.



Ved astma uden andre symptomer, kan man tage Cuprum aceticum comp, 10 dråber 3 – 5 gange dagligt over f.eks. 2 måneder. I nogle tilfælde mærkes en hurtig effekt – i andre tilfælde kan virkningen først registreres efter nogle uger. Til børn giver man tilsvarende Drosera comp, 5 – 10 dråber 3 x dagligt.

Hvis astmaen har udviklet sig fra en høfeber (eller patienten har både astma og høfeber), tages både Høron og Cuprum aceticum comp, henholdsvis Drosera comp.

Ved tynde astmatikere med ringe appetit, eller astmatikere som længe har fået astmamedicin ordineret fra lægen (herunder medicin med binyrebarkhormoner) virker det homøopatiske celledselt nr. 14, Cuprum arsenicosum, styrkende på nyrerne og lungerne og stimulerer appetitten.

Ved astma som ikke er der hele tiden, men som kommer i forbindelse med infektioner (typisk forkølelse), tages samtidig med Cuprum aceticum comp. eller Drosera comp, cellesaltet Ferrum phosphoricum D12. Dette lægemiddel bekæmper infektioner i lunger og bronkier, og når infektionen går væk, aftager astmaen ofte i samme takt. Denne type astma kaldes ”infektionsastma”.

En større retrospektiv engelsk undersøgelse, omfattende mere end 50.000 mennesker, har vist at antibiotika-behandlede børn har mere end 20 % større chance for at udvikle astma 15 – 20 år senere i livet, i forhold til børn som ikke har fået antibiotika. Årsagen kan bl.a. være, at antibiotika ikke får en infektion helt ud af kroppen, men i stedet indkapsler den. Oven på denne indkapslede infektion kan astmaen udvikle sig. Nyere undersøgelser har vist, at antibiotika (oversat: noget som virker imod (anti) livet (biotika)) ikke nødvendigvis dræber alle bakterier. I stedet omdanner nogen af dem sig til såkaldte ”cellevævsfrie bakterier”. De cellevævsfrie bakterier er farlige for organismen, fordi immunsystemet ikke kan genkende dem. Immunsystemet genkender bakterier ud fra deres cellevægge. Når cellevæggen ikke længere er der, kan immunsystemet ikke få øje på bakterien, og reagerer derfor ikke på den. Den cellevævsfrie bakterie kan derved uhindret vandre ind i celler overalt i organismen, og nedbryde dem indefra. Af ovenstående grunde er det vigtigt ikke uhæmmet at anvende antibiotika ved infektioner. Det er muligt bl.a. med homøopatiske lægemidler, at understøtte

immunsystemet, så det selv kan bekæmpe de fleste infektioner.

Andre råd

Varme pakninger på huden over nyrerne virker ofte gunstigt ved astma. Man kan f.eks. bruge et afkog af padderokke. Opskrift: 2 skefulde padderokke tilsættes ca. 1 liter vand, og koges i 15 minutter. Et viskestykke vrides op i det varme afkog og lægges på huden over nyrerne. Oven på det våde viskestykke lægges et tørt håndklæde som kan dække viskestykket, og til sidst evt. en varmedunk. Varighed af omslaget: ca. 10 minutter. Man kan evt. nøjes med bare at lægge sig på en varmedunk med tilpas varmt vand i, så der kommer varme til nyrerne. Salvie te har også en god virkning på astma. Hvis astmaen er forbundet med forkølelse er det godt at tilsætte salvieteen timian og evt. honning.



Padderokke (Equisetum)

Soleksem

Ikke bare øjnene, men også huden optager solens lys. Lyset omdannes i mennesket til bl.a. varme, godt humør og energi, og sætter kemiske processer i gang som bl.a. medfører forøget hormon-produktion og dannelsen af vitamin D.

Hvis man rammes af soleksem, er årsagen ofte den, at huden har en manglende evne til at optage solens lys. Den dybere-liggende årsag til hudens allergiske reaktioner på sollys, skal dog søges i de indre organer – specielt nyrer/binyrer og leveren. Disse organer har til opgave at optage og omdanne det ydre lys. Hvis huden ikke (i samarbejde med de indre organer) formår at optage og forvandle lyset, kan det føre til bl.a. soleksem, hormonelle forstyrrelser, manglende dannelse af vitamin D, og det kan også medføre depressioner.

Det homøopatiske lægemiddel Helioron hjælper huden til bedre at optage det ydre lys, og samspillet mellem huden og de indre organer styrkes. Helioron indeholder bl.a. Quarz (krystallinsk kisel). Et kvartskrystal er i stand til både at optage lyset, og sende det videre. På samme måde styrker det i homøopatisk form, hudens lysoptagelse, og i det hele taget lysstofskiftet og alle kiselprocesserne i mennesket. Helioron indeholder også en vigtig ”lysplante”; Prikbladet perikon/Hypericum.

De seneste år er perikon blevet godkendt/ anerkendt som en plante, der kan hjælpe ved depressioner. Perikon har en særlig forbindelse til lyset. I blomstens indre samt i bladene, danner den et lysfølsomt stof; hypericin. Når hypericin kommer i kontakt med lyset, bliver det øjeblikkeligt farvet



Prikbladet perikon (Hypericum perforatum)

rødt. Hypericin hjælper mennesket til bedre at optage sollyset.

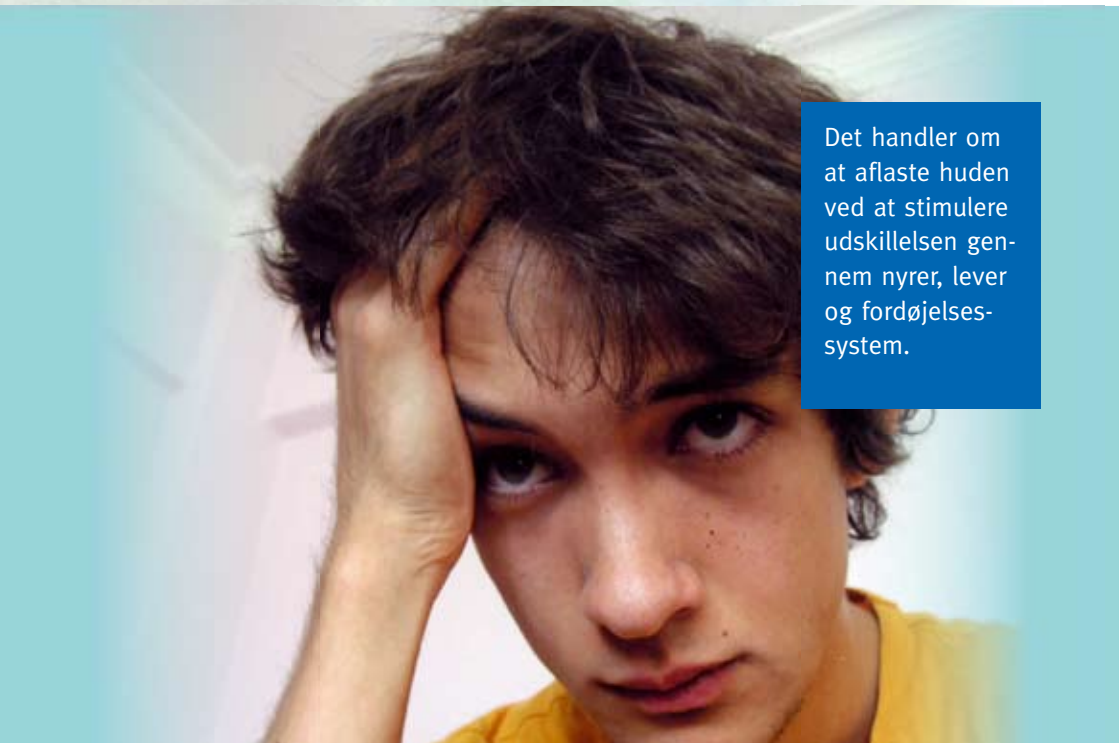
I afmålte doser hjælper perikon ved depressioner. I stærke doser udløser perikon hududslet, som ligner soleksem. Perikon i homøopatiske doser hjælper kroppen, så den bedre bliver i stand til at harmonisere optagelsen af det ydre lys. Helioron indeholder desuden cikorie, som styrker leveren og ernæringssystemet samt birkebark, indeholdende mange salte (bl.a. kalium-salte), som ernærer huden.

Helioron virker bedst hvis den tages forebyggende, ca. 1-2 måneder før huden udsættes for stærkt sollys, 10 dråber 3 x dagligt. Når man begynder at opholde sig i solen, fortsætter man med Helioron ca. 1 måned. Selvom man tager Helioron, bør man stadig beskytte huden med solcremer, og være forsigtig med at få sol direkte på huden i timerne omkring middagstid (kl. 12-15).

Husk at sund fysisk aktivitet også styrker fysikken og udvikler sunde kræfter, som gør at kroppen kan gå lyset i møde og optage det med sympati.



Eksem – hudallergi



Det handler om at aflaste huden ved at stimulere udskillelsen gennem nyrer, lever og fordøjelsessystem.

Eksem kan være meget forskellig; f.eks. astmaeksem, som typisk sidder i armhuler, knæhaser, ved ørerne, på arme og ben. Eller hånd- og fodeksem, som typisk danner kløende væskeblæner på fingre og tæer samt evt. smertefulde revner på hånd- og fodflader(fodsåler), hårbundseksem m.m. Ved alvorlige og langvarige eksemtilfælde som i længere perioder har været behandlet med kortisonsalver, bør man søge professionel hjælp hos en erfaren behandler. Homøopati virker ofte gunstigt på eksemmer – gerne sammen med plantemidler og evt. anden alternativ behandling, f.eks. zoneterapi.

I det følgende nævnes kort nogle vigtige lægemidler til hudallergier.

For det første handler det om at aflaste huden ved at stimulere udskillelsen gennem nyrer, lever og fordøjelsessystem. Renoron er et plantemiddel, som stimulerer udskillelsen/blodrensningen gennem nyrerne (dosering: voksne 15 dråber 2 x dagligt, børn ca. 7 dråber 2 x dagligt i lidt vand). Dette middel virker ofte gunstigt på typiske børneeksemmer.

Heparon stimulerer på tilsvarende måde leveren og udskillelsen gennem fordøjelsessystemet (dosering: voksne 10-15 dråber 3 x dagligt i lidt vand, lige efter maden, børn

5-10 dråber 2-3 gange dagligt i lidt vand, lige efter maden).

Renoron og Heparon bør suppleres med homøopatiske lægemidler, alt efter en nøjere undersøgelse af de præcise hudsymptomer:

Hvis det er karakteristisk for eksem, at den bliver rød og hævet – altså at det ligner de symptomer som et bistik giver, gives Biron, som indeholder udtræk fra bier samt kalk fra østersskaller i homøopatisk form.

Hvis eksem er karakteriseret ved at den danner revner, hjælper det at give Quarz D12 (cellesalt nr. 11). Hvis man erfarer, at eksem er meget svingende i graden af udbrud på grund af et ustabil/svækket immunsystem, hjælper det ofte at give Argentit comp. Det er et homøopatisk middel som indenfor få timer giver immunsystemet et massivt ”boost”. Det virker bedst hvis det gives ved sengetid (voksne:20-30 dråber i lidt vand, børn: 5-10 dråber i lidt vand).

Et homøopatisk middel som helt overordnet virker gunstigt på allergier og eksem, er kobber (Cuprum). Kobber virker stærkt opbyggende på nyrer og binyrer, og herfra virker det ligeledes meget regulerende på fordøjelsen. Cuprum kaldes ”det homøopatiske kortison”.

Til tynde mennesker anvendes Cuprum sulfuricum D6, og til alle andre anvendes Cuprum metallicum D12.

Som nævnt under beskrivelsen af høfeber, har kalk en stærk antiallergisk virkning. Kalk er i stand til at lægge en ”dæmper”



Cuprum sulf.



Kalk fra østersskaller



Zoneterapi

på mange former for allergi, herunder eksem. Tag f.eks. Calcium complex (Urtica) eller Urtilcalcin (Vogel) gennem en længere periode, hvis du har allergi/eksem.

Til en typisk hånd- og fodeksem, som både danner revner og væskeblæner (evt. med materie), har Allergica udviklet et specielt lægemiddel; Quarz comp. Det er i reglen meget effektivt, og udløser næsten altid i starten en "førsteforværring". Hvis eksem men meget hurtigt blusser op når Quarz comp. indtages, er det vigtigt straks at stoppe indtagelsen, og ikke starte igen før symptomerne er klinget af. Doseringen af Quarz comp. er 10 dråber 2 x dagligt i lidt vand. Efter en opblussen og en evt. pause i indtagelsen, starter man med 10 dråber 1 x dagligt, og efter 1 uge går man igen op til 10 dråber 2 x dagligt (børn ca. ½ dosering). Sammen med Quarz comp. er det vigtigt at supplere med et plantemiddel, som renser ud. Her tages enten Renoron (som renser ud via nyrerne), eller Heparon (som renser ud via leveren og tarmkanalen).

Et omslag med afkog af egebark (1 spiseskefuld egebark tilsættes ½ liter vand og koges 3 minutter trækker efterfølgende i 5 minutter), virker yderst beroligende på stærkt kløende hånd- og fodeksem. Afkoget anvendes varmt/lunkent.

Ved kroniske og arvelige allergier/eksem, skal lymfen altid renses ud. Det kan gøres med det homøopatiske lægemiddel Mercurius bijodatus comp. Her skal man dog være meget forsigtig, da det kan udløse betydelige "førsteforværringer". Start derfor altid meget forsigtigt med dette lægemiddel, f.eks. 5 dråber 2 x ugentligt i lidt vand.

Hvis denne dosis ikke udløser forværringer, kan man optrappe dosis og tage 5 dråber 1 x dagligt i lidt vand. Ved "førsteforværring" stopper man straks med indtagelsen, og øger evt. indtagelsen af de udskillende plantemidler (Heparon/Renoron).

En kronisk eksem langs med hårgrænsen kan behandles med cellesalt nr. 8, Natrium chloratum D6 eller D12.

Ved eksem er kosten meget vigtig. Det virker gunstigt på de fleste eksem at spise meget råkost. Dette bl.a. fordi råkost indeholder mange mineralstoffer som ernærer huden, og fordi råkost i forhold til kogte fødevarer lettere når helt ud og ernærer huden. Dog skal man være opmærksom på, at man kan være allergisk overfor bestemte grøntsager, f.eks. tomater og gulerødder.

Paradoksalt nok hjælper det at koge de grøntsager, man er allergisk overfor i rå form. Grønne blade er i reglen lette at fordøje, og virker gunstigt på lunger og åndedræt. Spis mindre mængder brød og mere grød, ris, boghvede og hirse. Begræns indtagelsen af proteiner (kød, æg) i en periode. Begræns indtagelsen af mælkeprodukter, og indtag hellere mælkesyreprodukter end mælk.

Pas på med farvestoffer og andre tilsætningsstoffer. Kvaliteten af fødevarerne kan spille en rolle. Derfor anbefales det at spise økologisk, eller endnu bedre biodynamisk.

En sund livsstil med indtag/optag af lys, luft, (salt)vand og varme, virker i reglen meget gunstigt på hudallergier.



Bjergkrystal (Quarz)



Allergiske hævelser – insektstikallergi,

Hævelser og rødme i hud og slimhinder er en typisk allergisk reaktion. Diagnosen kan være nældefeber, insektstikallergi, eksem, duftallergi, Quinckes ødem (allergiske ødemer), dermatitis geografica m.m.

Ved alle allergiske reaktioner, som er karakteriseret ved rødme, hævelser/ødemer og evt. varmedannelse, virker frem for alt homøopatiske lægemidler med udtræk fra bier (apis) samt kalkpræparater.

De vigtigste homøopatiske lægemidler til disse lidelser er Apisinum comp, og Biron samt Calcium complex (Urtica).

Apisinum comp. findes i 3 styrker; D6, D12 og D30. Apisinum comp. indeholder bigift (apisinum), og kalk fra østersskaller (calcium carbonicum). Biron indeholder Apis D6/D30, Calcium carbonicum D10, Cardiospermum D4. Cardiospermum er en plante, som stimulerer kroppens egen binyrebarkproduktion.

Insektstik-allergi

Mennesker reagerer på insektstik – det kender vi alle. Myg, hvepse og bier efterlader alle en lille smule gift, når de stikker eller bider os. Vores krop reagerer på de fremmede gifte/stoffer med smerte, hævelser, rødme, kløe – reaktioner som kan være små eller voldsomme, og som kan ændre sig i tidens løb.

Allergi overfor insektstik kan være livstruende, og bør altid tages meget alvorligt. Oplever man, at et stik giver alvorlige reaktioner, bør man altid søge læge. Anven-



nældefeber

der man lægeordineret allergimedisin, bør man kun ophøre med denne medicin efter samråd med lægen.

Bi- og hvepsestik

Hvert år stikkes ca. hver tiende dansker af en bi eller en hveps, og mange reagerer allergisk på disse stik (overreaktion). Når man reagerer allergisk, skyldes det at kroppen danner specielle antistoffer; IgE (Immunglobulin E), der reagerer imod de stoffer, insekterne afgiver. De allergiske reaktioner kan vise sig som kraftige hævelser ved stikket, hjertebanken, problemer med vejrtrækningen, angst, blodtryksfald, kvalme, diarré, nældefeber og astma. Ved de beskrevne reaktioner skal man straks søge læge.

Konventionel behandling

Lægelig behandling af en akut allergisk reaktion sker med antihistaminer, som dæmper symptomerne. Ved livstruende allergiske reaktioner på insektstik tilbydes man en form for allergivaccination; ”desensibilisering”. Her modtager man over 3 – 5 år indsprøjtninger af ekstrakt af den gift, som man ikke kan tåle. Først i fortyndede doser med kort interval, senere i højere doser hver 6 – 8 uge. Behandlingen foregår altid på et sygehus, fordi den kan udløse akutte livstruende reaktioner (anafylaktisk chok). Behandlingen hjælper i langt de fleste tilfælde, men er tidskrævende og kostbar.

Homøopatisk behandling

Det er muligt at gennemføre en desensibilisering med homøopatiske doser af bigift. Denne medicin tages gennem munden og

behandlingen varer højst 3 – 4 måneder, (dyregifte er kun farlige, hvis de sprøjtes direkte ind i blodet. Indtaget gennem munden er de ufarlige, eneste undtagelse er hundegalskab).

Det er altså muligt at gennemføre en helt ufarlig desensibilisering i løbet af nogle få måneder, og der er absolut ingen fare for livstruende allergiske reaktioner i forbindelse med behandlingen.

Behandling:

- 1. trin:** Apisinum D30 comp. – 10 dråber 1 x dagligt i 1 måned + kalktilskud
- 2. trin:** Apisinum D12 comp. – 10 dråber 2 x dagligt i 1 måned + kalktilskud
- 3. trin:** Apisinum D6 comp. – 10 dråber 2 x dagligt i 1 måned + kalktilskud

Man giver altså først giften i en uendelig stor fortynding, D30 svarende til 1/100.000.000.000.000.000.000.000.000 del. Dernæst giver man giften fortyndet til D12, altså 1/1.000.000.000.000 del. Til sidst er giften kun fortyndet til D6, altså en milliontedel. Man benytter altså samme metode som ved konventionel desensibilisering, blot er giften laaaangt mere fortyndet ved den homøopatiske behandling. Særligt af den grund er allergiske reaktioner på giften helt utænkelig.

Ved allergi overfor hvepse kan man anvende et tilsvarende lægemiddel, hvor bigiften er skiftet ud med hvepsegift.

Ovenstående behandling holder i reglen allergien væk i en årrække, men man skal være opmærksom på, at den kan komme igen. Derfor må en insektstikallergiker med fare for alvorlige reaktioner under ingen

omstændigheder undlade at bære lægemedicin på sig, på tidspunkter og steder, hvor der er mulighed for at få insektstik.

Den homøopatiske behandling bør gentages efter 4 – 5 år.

Myggestik

Folk reagerer meget forskelligt på myggestik – nogle mennesker får kun små hævselser og irritation, mens huden ved et myggestik hos andre hæver meget op og klør meget.

Erfaringer gennem ca. 25 år har vist, at homøopatisk behandling med lægemidlet Biron i næsten alle tilfælde kan fjerne hudens overreaktioner ved myggestik. Det har desuden den gunstige sideeffekt, at de fleste af os ikke længere virker særlig "tiltrækkende" på myg. Man behøver blot at tage Biron 1 – 2 måneder, allerede få dage efter start på indtagelsen vil man mærke og se en effekt.

Nældefeber

Nældefeber viser sig som pludselige røde og hævede plamager bestemte steder på kroppen. Bestemte fødevarer kan udløse nældefeber, men også blot tryk bestemte steder eller berøring med bestemte stoffer. Nældefeber kan behandles med to homøopatiske midler; Apisinum D6 comp. og Urtica urens D4 (Urtica) samt et kalktilskud, f.eks. UrtiCalcin (Vogel). I kroniske tilfælde erstattes Apisinum D6 comp. med Natrium chloratum D6 (cellesalt nr. 8).





Fødevareallergier



Fødevareallergier kan give mere eller mindre alvorlige symptomer, og undertiden være meget belastende. Symptomerne kan bl.a. være: ondt i maven efter madindtagelse, oppustethed, slim i afføringen, mavekramper, og stor træthed som melder sig hurtigt efter indtagelse af bestemte fødevarer. Fra tarmene spredes en svækkelse ud i resten af organismen. Mange unge mennesker får i dag tyktarmsbetændelser, som skyldes allergiske reaktioner i tarmen.

De allergiske reaktioner kan være mere voldsomme, f.eks. kan indtag af jordnødder hos nogle udløse hurtig puls, blodtryksfald, allergiske hævelser m.m. Disse akutte reaktioner kræver hurtig lægebehandling.

Indtagelse af fødevarer man ikke tåler, kan også resultere i anfald af allergisk

snue, eller at en eksem blusser op og hurtigt giver kløe og irritation. Allergiske reaktioner medfører generelt en svækkelse af immunsystemet, og kan bevirke at man bliver mere modtagelig for infektioner.

Det er bl.a. vigtigt at få styr på fødevareallergier, fordi de kan udløse og vedligeholde andre allergier. Hvis man kan undgå de allergiske reaktioner på fødevarer, er det lettere at få styr på mange andre former for allergi.

Allergi og intolerance

Lægevidenskaben skelner mellem ægte allergi og intolerance. Den ægte allergi er karakteriseret ved, at allergien bliver ved med at være der, når den først er kommet.

De allergiske reaktioner kommer hurtigt



og er tydelige; f.eks. ved allergi overfor tomater begynder det hurtigt at klø og hæve op i munden og på læberne. Det kan hos nogen evt. også udløse allergisk snue eller astma, og evt. tynd mave og mavesmerter.

Ved de reaktioner som lægerne kalder intolerance, er symptomerne mindre tydelige. De kommer i reglen ikke straks, og de kommer måske også først efter indtagelse af større mængder som ikke tåles, eller ved indtagelse gennem flere dage/længere tid.

Ved intolerance kan man f.eks. opleve, at der ikke kommer nogen reaktioner, hvis man er på ferie og slapper af, selvom man spiser noget man normalt får symptomer af i dagligdagen. Intolerance overfor bestemte fødevarer er noget man kan slippe af med igen, hvorimod det er vanskeligere ved en

allergi. Rent biokemisk medfører kontakt med noget man er allergisk overfor, en produktion af immunglobuliner (IgE), mens der ved intolerance ikke kan måles en produktion af IgE.

Hvedemel og mælkeprodukter er de fødevarer, som de fleste allergikere ikke så godt tåler, og som svækker deres immunsystem hvis de indtager det. Indtag af disse fødevarer kan få andre allergier til at blusse op, f.eks. høfeber, allergisk snue, astma og allergiske hævelser.

Allergi overfor bestemte pollen, medfører ofte det som kaldes krydsallergi. Det betyder, at hvis man er allergisk overfor et bestemt pollen, er man typisk også allergisk overfor bestemte fødevarer.

Her skal kort nævnes nogle homøopatiske midler, som ofte kan hjælpe ved fødevarer-allergier:

Hvis man hurtigt reagerer allergisk på en fødevarer (ondt i maven, kløe i ganen, evt. hævelse) medfører det, at dele af tyndtarmen hæver op, bliver rød og irriteret. Dernæst begynder en proces, hvor kroppen begynder at angribe sig selv (sin egen tyndtarm), dette kaldes i fagsproget en "auto-aggressiv proces". Det medfører, at der kommer små huller i tyndtarmen, og det bevirker igen, at ufordøjet mad og fremmedstoffer fra tarmen uhindret kan trænge ind i blodet, inden det er helt nedbrudt og omdannet, hvilket vil udløse allergiske reaktioner eller stor træthed.

Ved denne type allergi, hvor immunsystemet uhensigtsmæssig angriber menneskets eget tarmsystem/tarmvæg, kan det ofte hjælpe at give Apisinum D6 comp. Dette lægemiddel indeholder homøopatisk udtræk fra bigift, og kalk fra østersskaller.

Den allergiske reaktion i tyndtarmen, med hævelser og rødme, ligner til forveksling reaktioner på bistik. Derfor hjælper bigift i homøopatiske doser på de allergiske reaktioner. Dertil kommer, at bigift har en styrkende virkning på nyrene, og nyrene virker igen regulerende på tyndtarmens gennemtrængelighed, først og fremmest overfor proteinstoffer. Kalken i Apisinum comp. D6 virker generelt dæmpende på allergiske reaktioner.

Ved pollenallergi, som også udløser allergi overfor bestemte fødevarer (krydsallergi), hjælper det homøopatiske lægemiddel til høfeber; Høron.



Artiskok (*Cynara*) indholdsstof i "Heparon"

Ved intolerance gælder det først og fremmest om at styrke fordøjelsen og berolige nervesystemet. Frisk luft og sund bevægelse i længere tid hver dag er helt grundlæggende.

Det samme gælder en god lang søvn. Det er netop disse ting man får mere af på en ferie, og derfor tåles fødevarer, man er intolerant overfor, bedre på en ferie. Af fordøjelsesstyrkende midler kan nævnes Heparon, et plantemiddel til at stimulere mavesyre-dannelsen; sekretionen af fordøjelsessaft fra leveren og bugspytkirtlen. Heparon er ikke velegnet til børn under 5 år.

Et mildere homøopatisk præparat er Cichorium cum stanno. Det indeholder spe-



Cichorie (Cichorium intybus)

cialdyrket og specialfremstillet cikorie, som både styrker nedbrydningen af fødevarer i tarmen, og på den anden side styrker kroppens evne til at opbygge og udnytte næringsstofferne, når disse er kommet ind i blodet.



Marietidse (Silybum marianum)– indholdsstof i "Heparon"

Homøopatisk kobber virker særdeles opbyggende på hele ernæringsystemet. Til tynde mennesker anvendes Cuprum sulfuricum D6, og til alle andre anvendes Cuprum metallicum D12. Ofte er det en god idé at indtage mælkesyrebakterier i en periode, f.eks. et par måneder.

I starten skal personer med en intolerance holde sig fra de fødevarer, som de ikke kan tåle. Men efterhånden kan de (i forbindelse med den foreslåede behandling) begynde at indtage de fødevarer i

små doser, som de ellers ikke kan tåle. I reglen kan de med tiden bedre tåle det, de ellers var intolerante overfor. De vil dog i reglen støde på en grænse, som de bør holde sig indenfor. Behandlingen kan altså betyde, at de f.eks. godt kan tåle lidt mælkeprodukter, uden at få belastende reaktioner, men i reglen skal de lade være med at begynde at indtage store mængder af mælkeprodukter.



Kobber – Cuprum sulf. krystal



Kobber (Cuprum arsenicosum)



Efter homøopatisk behandling kan man begynde – i det små – med at indtage de fødevarer der førhen var problematiske.

Homøopatiske lægemidler

Den alternativ behandlingsform – homøopati – bliver mere og mere anvendt i allergibehandling i lande som Tyskland, Frankrig, Østrig, Italien, England, Sverige, U.S.A., Indien, Brasilien og Argentina. Allerede i slutningen af 1980'erne dokumenterede skotske undersøgelser, at en række homøopatiske lægemidler havde en betydelig effekt på høfeber.

Homøopati er lægemidler, hvor der yderst sjældent konstateres bivirkninger. Den går tættere på årsagerne til allergien end de ortodokse lægemidler, som anvendes til allergi – f.eks. binyrebarkhormoner og antihistaminer.

Homøopatiske lægemidler er stærkt fortyndede og fremstilles fra mineraler, planter eller dyr (fx bier). Bivirkninger forekommer meget, meget sjældent.

Homøopati er kendt for at stimulere menneskets egne selvhelbredende

kræfter, og indtages derfor bare i en periode, indtil kroppen selv kan holde den sunde balance.

Alma – foreningen til oplysning om homøopatisk medicin – har i dette hæfte præsenteret et udsnit af muligheder for homøopatisk behandling af allergi problemer.

De omtalte midler fremstilles under farmaceutisk kontrol, fortrinsvis af den danske homøopatiske lægemiddelproducent Allergica.

I Danmark blev det homøopatiske lægemiddelfirma Allergica grundlagt for 25 år siden (1984).

Allergica har specialiseret sig i udviklingen af lægemidler til allergi, betændelser og udrensning.

Allergica er Danmarks eneste almennyttige lægemiddelproducent.



Praktiske oplysninger



Sådan tager du medicinen

Dråberne indtages ved at dryppe dem direkte i munden og holde dem der et øjeblik, hvorefter de synkes. Hvis du synes at det er for stærkt, så dryp dråberne ned i et glas med lidt vand i og hold blandingen lidt i munden, før du synker den. Man holder medicinen i munden for at optagelsen allerede begynder i mundhulens slimhinde.

Hvor køber man medicinen?

De lægemidler, der beskrives i dette hæfte, kan købes i helsekostbutikker.

Dosering

Hvis ikke andet er nævnt i dette hæfte, så følg den vejledning for dosering som står på flasken.

Når du tager homøopatiske lægemidler, kan det ske, at du oplever en "førstegangsforværring", dvs. at symptomerne bliver værre. Det betyder, at medicinen har aktiveret kroppen, så den forsøger at skille sig af med ubalancen eller sygdommen. Det er et godt tegn på at medicinen virker. Hvis førstegangsforværringen er for voldsom, så stop med at tage medicinen i en dag, hvorefter du begynder igen, men tag kun medicinen halvt så ofte de første 4 dage, så kroppen kan vænne sig til at den er ved at svinge ind på plads. Gå derefter op på normal dosis.

Sammen med anden medicin

Homøopatiske lægemidler kan godt tages samtidig med lægeordineret medicin. Man bør kun ophøre med lægeordineret medicin efter samråd med en læge.

Som med al anden medicin: Homøopatiske lægemidler virker kun hvis man tager dem!



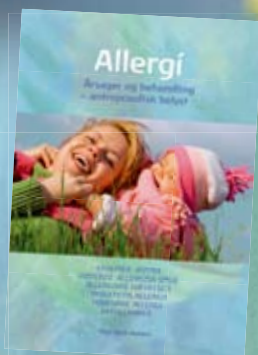
Antallet af allergikere i den vestlige verden stiger eksplosivt. På trods af alle mulige medicinsk/ kemiske fremskridt, er det ikke lykkedes at standse denne negative udvikling. Man regner officielt med at stort set alle indbyggere i Danmark i år 2020 vil have en eller anden form for allergi.

Dette hæfte beskriver kort mulighederne for behandling af nogle af de mest almindelige allergier med homøopatiske lægemidler.

Hvis du vil vide mere om allergi og allergibehandling, har foreningen Alma udgivet bogen:

Allergi – årsager og behandling.

Bogen kan købes i alle helsekostbutikker og på www.alma-info.com



Foreningen til oplysning om
antroposofisk homøopatisk medicin
– medicin for krop, sjæl og ånd

Hagemannsvej 11, 8600 Silkeborg
Tlf. 86 81 92 77, E-mail: alma@alma-info.com
www.alma-info.com