

HOMEOPATÍA
para
PRIMEROS AUXILIOS



Segura, suave, natural y efectiva

REMEDIOS HOMEOPÁTICOS PARA PRIMEROS AUXILIOS

Con estas indicaciones en ningún momento intentamos suplir al hospital, al médico ó al homeópata, nadie debe dudar en recurrir a ellos si la situación lo indica.

¿POR QUÉ UTILIZAR REMEDIOS HOMEOPÁTICOS EN ACCIDENTES?

- Supone nuevas posibilidades curativas actuando con medios muy eficaces.
- Prescripción individualizada y elección del remedio con el estado general del paciente y no solo los síntomas físicos.
- Por su reducido volumen, precio asequible y gran eficacia.
- Por su cualidad de estimular la propia capacidad de curación:

Mientras un spray analgésico-antiinflamatorio adormece los síntomas y va en contra de la inflamación defensiva de la lesión, *Árnica*, por ejemplo, estimula la capacidad de reabsorción del hematoma, acelera el proceso cicatrizador y disminuye los síntomas de una forma natural, tratando la causa y ayudando al organismo y a su propia energía vital a resolver el problema.

PRIMEROS AUXILIOS CON HOMEOPATÍA

Ventajas:

- Rapidez de acción
- Inocuidad de tratamiento

BOTIQUIN BÁSICO

- Remedios y material de curas para traumatismos, heridas, quemaduras, mareo en viajes, intoxicaciones y picaduras, etc.
- Para personas sin experiencia sanitaria.
- En el hogar, escuelas, industrias, campos de deporte, excursiones.

DOSIS HOMEOPÁTICA EN EMERGENCIAS

Utilizaremos la potencia 30CH y diluciones de ésta. Especificaremos la potencia en caso de ser diferente a la indicada.

REPETICIÓN DE LA DOSIS

Consideramos una dosis tres gránulos sublinguales, luego pasaremos a las diluciones para repetición de dosis. La repetición de la dosis es más eficaz si se diluye en agua mineral (2-3 gránulos en un vaso de agua o botella de 100ml) y se golpea con la palma la botella o revuelve con una cuchara el vaso 5 veces antes de tomar cada nueva dosis. Esto es necesario si el tratamiento ha de repetirse frecuentemente y por un tiempo prolongado.

De ésta dilución se tomará una cucharada o pipeta debajo de la lengua y se dejará un ratito en contacto con los vasos sanguíneos sublinguales antes de tragarlo. La frecuencia de repetición, depende de la gravedad y estado del paciente, y puede ir desde cada 10-15 minutos (cuando está mal) hasta cada 24-48 horas (cuando va mejorando). Si tras la toma de tres dosis no se notara mejoría no es el medicamento indicado y dejaríamos de tomar.

CÓMO TOMAR EL REMEDIO

El remedio homeopático debe tomarse por lo menos 15 minutos antes o después de las comidas y se deja disolver debajo de la lengua, en casos muy agudos no tendremos en cuenta esta indicación. Los remedios son muy sensibles, hay que evitar el tocarlos con las manos, salvo la persona que vaya a tomarlo.

BOTIQUÍN BÁSICO HOMEOPÁTICO PARA EMERGENCIAS

ACCIDENTES

Conmoción cerebral, coma cerebral, golpe violento en la cabeza con vértigo, pérdida de conocimiento, náusea...

Llamar ayuda médica y mientras tanto dar el remedio que coincida con el estado de la persona

- **Está inconsciente** pero **reacciona** a estímulos dolorosos (pellízcale con fuerza, pínchale...), se despierta y contesta a tus preguntas y vuelve a caer en **coma** ó **te dice que está bien** que le dejes que te vayas y cae en coma. El remedio indicado es **ARNICA**
- **Está inconsciente y NO reacciona a estímulos dolorosos**. Coma profundo, mandíbulas caídas, no hay respuesta, respiración profunda larga, suspiros, respiración como de borrachera profunda, estuporosa. El remedio es **OPIUM**
- **Si está consciente** dar **ARNICA**

Si después del estado de coma ó después del traumatismo la persona reacciona chillando, llorando, angustiada, nerviosa, intranquila, agitada, se mueve continuamente, asustada, con **PÁNICO**, el remedio indicado es **ACONITUM**

Nunca dar líquido a una persona inconsciente, poner tres gránulos debajo de la lengua o dar a oler el remedio, repetir cada 15-20 minutos hasta recobrar consciencia, luego utilizar dosis diluidas (una cucharada, previo succión ó remover en el vaso, en boca o bajo la lengua), espaciar el tiempo según se va encontrando mejor.

DIARREA

- Por aguas contaminadas (dietas vegetales, frutas que contienen agua, helados) y carnes en mal estado. Tras defecar sensación de quemazón en ano, heces ardientes y corrosivas. Heces con un olor fétido. Mucha sed pero bebe justo para mojarse los labios. Gran intranquilidad. El remedio indicado es **ARSENICUM**
- Por abuso de bebidas alcohólicas, dolor en abdomen antes y después de defecar, sensación de no evacuar todo, mejoría tras defecar. El remedio indicado es **NUX VOMICA**

FRACTURAS

Normalmente se deforma la anatomía de la estructura de la zona fracturada.

Toda fractura necesita ser vista por el traumatólogo.

Dar tres glóbulos de **ARNICA** sublingual, si tras la colocación del yeso ó férula sigue el dolor repetir la dosis en dilución cada 4 horas durante tres días luego para facilitar la formación de callo ó unión de la fractura dar una dosis de **SYMPHITUM** tres veces al día en dilución durante una semana.

Fractura de costillas

BRYONIA Tres gránulos bajo la lengua luego seguir con la dilución cada 20 minutos hasta que el dolor disminuya. Acudir al médico.

GOLPES

Normalmente se lesiona el tejido produciéndose dolor, hematoma, hinchazón: **ARNICA**

Si los tejidos lesionados son **músculos**: **ARNICA** dilución cada 4 horas, tres ó cuatro tomas.

Si la **lesión** es **superficial** y se **conserva la integridad** de la piel (*ino hay herida!*) una pomada tópica que contenga árnica cuatro veces al día.

Si se siente **dolorimiento**, sensación como de moradura **después de un parto** con fórceps ó ventosa: **ARNICA**

Si el golpe es **en hueso**: codo, tibia...Dilución **RUTA** tres ó cuatro dosis.

Si el golpe es en zona rica de **inervación nerviosa**: Aplastamiento de dedos, golpe con martillo, pillarte dedos con la puerta, caída con fuerte mordisco o amputación de lengua, amputación de dedos, caída sobre cóccix "el hueso de la risa": **HYPERICUM** dilución cada 15-20 minutos, ir espaciando el tiempo (cada 6-8h), dependiendo de la intensidad del dolor.

En la columna vertebral

Cóccix: **HYPERICUM**

Cervical, zig-zag: Si hay sensación de dolorimiento tomar tres dosis en dilución de **ARNICA** y si persiste el dolor tomar dilución de **HYPERICUM** cada 8 horas durante una semana.

Luxación de hombro ("salirse el hombro")

RUTA 4 ó 5 dosis de la dilución. **Acudir a urgencias.**

Lesiones en tobillos

Gran hinchazón y **moradura**, siente dolorido: **ARNICA** tres glóbulos sublingual luego dilución cada 8h durante tres días.

RHUS TOXICODENDRON Torcedura a consecuencia de haber forzado, esforzado. Actúa sobre ligamentos y tejidos alrededor pero fuera de la articulación misma. El dolor se siente como "distendido, rígido, tieso, pesadez", dolorido como en **ARNICA**, y mejora con el movimiento suave, el movimiento continuado empeora.

RUTA Lesión tobillo sin edema (hinchazón, líquido), luxación, esguince. Trabaja sobre tendones, aponeurosis (tejido que envuelve músculos y une entre si) y cartílago. Al igual que **RHUS-TOX** está agitado. Dolor "como moradura" profundo en el hueso.

BRYONIA Actúa sobre la articulación misma. El dolor en los esguinces es punzante. Articulaciones rojas inflamadas, rígidas empeoran por el mínimo movimiento y por calor.

Lesiones oculares (ojos)

Si hay mucha hinchazón, moradura y se siente dolorido **ARNICA**. Tomar dilución cada 8 horas durante tres días.

Lesión del globo ocular: puñetazo, punta de paraguas, bola de nieve, puño de un niño. Dar **SYMPHITUM** dilución c/6/horas durante 5 días luego puedes seguir poniéndote unas gotas del colirio de **EUPHRASIA OFICINALIS**

Si la lesión es muy dolorosa: **HYPERICUM**

Si el hematoma se vuelve amarillo verdoso y no desaparece y el dolor disminuye con aplicación de frío:

LEDUM

GRIPE

Una enfermedad aguda es un esfuerzo e intento del organismo de la persona enferma para recuperar su equilibrio ó curarse.

Ayudamos a éste proceso de la forma siguiente:

- Descanso necesario, habitación bien ventilada.
- Proporcionar reposo al sistema digestivo, comer ligero, limpio, evitar azúcares ó dulces.

ACONITUM

Golpe de frío (frío del Norte, seco), **síntomas de aparición brusca**, sed intensa de agua fría, sudor sólo en partes cubiertas, **Cara roja pero palidez al incorporarse en la cama**, empeora por cubrirse ó en una habitación caliente. Intranquilidad, angustia, **agitado, pánico**.

EUPATORIUM PERFORIATUM

Mucha sed, el beber agua fría le produce escalofríos. **Escalofríos** que comienzan en la espalda a la **altura de la cadera**. Escaso sudor. Mejora por cubrirse. Sensación **"como si tuviera los huesos rotos"**. Inquietud, no puede estar quieto por sensación de dolor de huesos.

BRYONIA

Por enfriarse en verano ó tras acalorarse. Por cambios del tiempo. Por bebidas frías en tiempos calurosos. **Sed de grandes cantidades**. Abundante sudor. Se enfada fácilmente, **irritable**, quiere estar solo y tumbado. Los dolores hacen que la persona **quiera estar quieta y tumbada**.

RHUS TOXICODENDRON

Dolor **rígido** de espalda. Debilidad en piernas, le duelen, desea estirarlas. El **escalofrío** empieza generalmente **en el muslo ó entre los hombros, inquietud**.

(Ver cuadro diferencia entre BRY y RHUS-T)

Bryonia	Rhus-toxicodendron
mejoría por reposo	mejoría por movimiento
mejoría por frío	agrava por frío
agrava por movimiento	
agrava por calor	mejoría por calor

GELSEMIUM

No quiere moverse porque se siente tan débil. No tiene sed. El **escalofrío** corre **a lo largo de la columna**. **Temblor**, sensación de gran fatiga, miembros pesados y temblorosos. Los resfriados son **lentos en el desarrollo**, los malestares se desarrollan días más tarde a la exposición del frío.

FERRUM PHOSPHORICUM

Sed, bebe grandes cantidades. Sudor escaso, sudor frío. **Fiebres no muy altas**. **Sangra de la nariz con fiebre**. La fiebre empeora después de dormir.

Convulsiones durante la fiebre

Acudir a urgencias. Dar **BELLADONA** si:

- Cuando la fiebre alta se presenta repentina, inesperada y bruscamente.
- Presenta piel roja, tan caliente que irradia su calor alrededor.
- El niño siente frío a pesar del calor que irradia.

- Cabeza caliente y extremidades frías.
- Cara enrojecida que palidece al tumbarse.
- Respiración rápida, acelerada.
- No tiene sed, bebe solo pequeños traguitos.
- Al comienzo de la fiebre, el delirio es muy violento luego cae en estado semi-comatoso, sopor.
- Sacudidas, saltos, sustos durante el sueño.

INSOLACIÓN

Acudir a urgencias.

- Dolor de cabeza, vértigos, vómitos, delirio, coma: **BELLADONA** Quiere y busca el calor, agrava por frío, delirio más marcado que en **glonoinum**, desea estar quieta, sin moverse. **GLONOINUM** Empeora por calor, no aguanta el calor sobre o alrededor de la cabeza, mejora por aplicaciones frías en la cabeza, delirio, no puede decirnos donde se encuentra aunque el sitio sea conocido). Si cree que la medicina es **BELLADONA**, dar tres gránulos, tras 15 minutos dar una dilución:
- Si hay mejoría: ir repitiendo dosis cada 15-20 minutos hasta que mejore.
- Si no hay mejoría, cambiar de remedio y dar **GLONOINUM** cada 15 minutos hasta que mejore.

MAREO POR VIAJAR **COCCULUS INDICUS**

"Jet Lag"

Tras un largo viaje en avión. Se siente dolorido, magullado, débil, quiere que le dejen tranquilo, apático:
ARNICA

Agotado, cansado, paralizado, lento, gran fatiga, laxitud acompañada de temblores: **GELSEMIUM**

PICADURAS

APIS: Picor, escozor, caliente, hinchazón e inflamación.

ARNICA e **HYPERICUM**: sensación de dolor e infección, por ejemplo tábano.

LEDUM: la parte está entumecida (dormida) y fría, aún así mejora con aplicaciones frías.

Situación de shock por picadura de abeja

Acudir rápido (lo antes posible) a urgencias.

Hinchazón de la lengua, dificultad para hablar y lo hablado difícil de ser entendido, hinchazón de glotis, ojos, se sienten rígidos ó tensos. Dolor agudo, picazón ardiente, inflamación siente mejoría con aplicación de frío local. Enrojecimiento, gran intranquilidad, necesidad de moverse nerviosamente. Tomar **APIS** tres glóbulos sublinguales y a los 15-20 minutos dilución.

Si no reacciona dar **CARBOLICUM ACIDUM** tres glóbulos sublingual y luego la dilución a los 20 minutos.

QUEMADURAS

En quemaduras importantes es necesaria la ayuda de un especialista sin embargo es de gran valor para el desarrollo de la curación el tratamiento de primera instancia.

El tratamiento de una quemadura depende de la superficie afectada, de la zona y de la intensidad o grado de la quemadura.

Tras una quemadura hay dos opciones: agua fría ó caliente. Los homeópatas trabajamos con el similar y por ello preferimos agua caliente pero que no quemee. Eliminar la ropa, pero no debe hacerse si estuviera pegada a la piel.

Exponerle ante una ducha ó fuente de agua caliente que no quemee. Solo en caso de que la fuente causante de la quemadura estuviera en contacto con la piel y caliente, entonces aplicar frío primero y luego calor.

Si la superficie quemada fuera muy grande, tras la ducha, cubrir con una sábana y luego con una manta.

De primer grado, tintura de **HYPERICUM** y **CALENDULA**, 20 gotas en un vaso de agua caliente y aplicar en la quemadura.

Si dolor: **URTICA URENS** tres glóbulos y a los 20 minutos dilución.

De segundo grado (acudir a urgencias)

CANTHARIS tres glóbulos y a los 15 minutos comenzar con la dilución.

Aplicar localmente tintura de **HYPERICUM** y **CALENDULA** disuelta en agua.

De tercer grado (acudir a urgencias)

APIS tres gránulos y luego **CANTHARIS** Si la quemadura es mayor al 10% de la superficie corporal puede darse una situación de shock (por pérdida de líquidos) entonces dar primero **ARNICA** y seguir con **CANTHARIS**. Si el Shock es producido por PANICO dar primero **ACONITUM** y seguir luego con **CANTHARIS**

EXTRACCIONES DENTALES, OPERACIONES, PARTOS

La víspera ser intervenido, toma tres glóbulos sublinguales, la mañana antes de la intervención toma una dosis de la dilución y luego cada 8 horas durante 24 horas.



Vicente Gaceo, nº 21-6º C

28029 Madrid

Teléfono **699 885 949**

E-mail: info@achu.es

www.achu.es