



# המדריך לעזרה ראשונה הומאופתית

*כדי להבריא במהירה*

ולנטינה גליק,

הומאופתית קלאסית, R.C.Hom



Israel, 2021



## תוכן העניינים

3	מבוא.....
3	מה יש במדיך.....
4	פירוט הטיפול.....
7	תרופות הומאופתיות (רמדיס) לרכישה.....
8	אופן פעולה נכון עם הרמדיס:.....
8	א. אופן השימוש.....
8	ב. הוצאת הכדור מהבקבוקון.....
8	ג. אחסון.....
8	ד. איפה רוכשים רמדיס.....
9	שאלות ותשובות.....



## מבוא

ישנם מצבים בחיים בהם אנחנו נדרשים לפעול באופן מייד, לתת מענה ראשוני שיכול לשנות את כל התמונה, כמו במקרים בהם אנחנו נדרשים להעניק עזרה ראשונה, למשל. זאת בדיוק הסיבה, שתמיד כדאי שנהיה מוכנים, לכל אתגר שלא יבוא.

במדריך הקצר שלפניכם ריכזתי עבורכם כל מה שצריך לדעת על מנת להעניק עזרה ראשונה הומאופתית במצבי חירום, בתקווה שלא תזדקקו לו, אך תהיו מוכנים בעת מצוא.

### חשוב:

- כל טיפול מכל סוג שיבוא אחרי שימוש בעזרה הראשונה ההומאופתית יהיה יעיל יותר.
- ניתן לשלב עם תרופות כימיות.
- כל המצוין במדריך מתאים לכל הגילאים וכל המצבים, לרבות נשים הרות ותינוקות שרק נולדו.

## מה יש במדריך

- ✓ מענה ל 20 מצבי חירום עם 16 רמדיס (הכנות הומאופתיות)
- ✓ הסבר מפורט לגבי טיפול הומאופתי מומלץ לכל מצב  
**יחד עם זה חשוב לזכור שהמלצות האלו לא מחליפיות פניה לרופא.**
- ✓ אופן רכישת הרמדיס ושימוש בהם מוסבר למטה בסעיפים נפרדים
- ✓ אופן פעולה נכון עם רמדיס
- ✓ שאולות ותשובות הנפוצות



## פירוט הטיפול

טיפול הומאופתית כעזרה ראשונה	בעיה בריאותית	
<b>ACON200C + ARN30C</b> לסירוגין. להתחיל כל דקה עד 3 פעמים ואחרי זה להגדיל תווך – 5 דק, 10 דק, 30 דק, שעה, שעתיים וכול צריך להיות שיפור במצב הנפשי תוך שעה אחרי זה להמשיך עם ARN עד 3 פעמים ביום עד 3 ימים	מכה חזקה, נפילה	1.
<b>ACON 200C</b> מנה אחת ואחרי דקה עוד אחד. אם תוך 5 דק' אין שיפור מהותי – לקחת בפעם השלישית תוך חצי שעה חרדה אמורה לחלוף	חרדה פתאומית במטוס	2.
<b>ACON 200C</b> מנה אחת ולאחר 15 דק' עוד אחד. אם אחרי המנה הראשונה יש יציאה – אין צורך לקחת עוד מנה	עצירות בגלל סטרס	3.
<b>ACON200C + ARN30C</b> לסירוגין. להתחיל כל דקה 3 פעמימים ואחרי זה להגדיל תווך – 5 דק, 10 דק, 30 דק, שעה, שעתיים וכול צריך להיות שיפור במצב הנפשי תוך שעה אחרי זה להמשיך עם ARN עד 3 פעמים ביום עד 3 ימים	תאונת דרכים	4.
להתחיל עם <b>ARS 30C</b> לקחת 2 מנות בהפרש של 15 דקות. אם יש הקלה חלקית תוך שעה – לקחת שוב אם אין שיפור אחרי 3 מנות של ARS30C – לחליף רמדי <b>NUX-V 30C</b> כאשר כאבי בטן עם הרבה גזים וצרבות. לקחת 2 מנות בהפרש של 15 דקות. אם יש הקלה חלקית תוך שעה – לקחת שוב אם אין שיפור אחרי 3 מנות של ARS30C – לחליף רמדי <b>CHIN 30C</b> במידה ושלשולים אולו הקאות מאוד חזקים ויש חשש להתייבשות לקחת מנה אחת כל דקה 3 פעמים ואחרי זה להגדיל תווך – 5 דק, 10 דק, 30 דק, שעה, שעתיים וכול צריך להיות שיפור במצב הכללי תוך שעה לקחת עד 8 שעות.	הרעלת מזון	5.



6.	התייבשות ( בעקבות השלשולים או טיול בשמש)	<b>CHIN 30C</b> במידה ושלשולים אלו הקאות מאוד חזקים ויש חשש להתייבשות לקחת מנה אחת כל דקה 3 פעמים ואחרי זה להגדיל תווך – 5 דק, 10, דק, 30 דק, שעה, שעתיים וכול צריך להיות שיפור במצב תוך שעה לקחת עד 8 שעות.
7.	מותשות ועייפות חזקה אחרי פעילות יתר	<b>NUX-V 30C</b> לקחת 2 מנות בהפרש של 15 דקות.
8.	פצעים מדממים (מקרע ציפורן ברגל, פצע עם דימום שלא נעצר)	<b>!! אם מדובר בדימום שמופיעה בעקבות גירוד בעור (עקב עקיצות או אלרגיה) או שפשוף קל אחרי הנפילה – יש להשתמש בג'ל CALENDULA שמחטא ועוצר את הדימום למקרים יותר רציניים CALENDULA 30C</b> להתחיל כל דקה 3 פעמים ואחרי זה להגדיל תווך – 5 דק, 10, דק, 30 דק, שעה אחרי זה ניתן להמשיך עם הרמדי 3 עד 3 פעמים ביום במשך יומיים צריך להיות שיפור במצב תוך כמה דקות אם מדובר בדימום מסיבי ותוך שעה עם מדובר בדימום קל. במקרה של דימום מסיבי יש להגיע לבית חולים ולהמשיך לקחת רמדי תוך כדי טיפול המקובל.
9.	תגובה אלרגית חזקה (מופיע אדמומיות והתנפחות, העין לא נפתחת בגלל עקיצת היתוש בעפעף, התנפחות בגרון שגורם לקושי בנשימה)	<b>APIS 30C</b> אם הבעיה היא מאוד חמורה וגורם לקשיי הנשימה: להתחיל כל דקה עד 3 פעמים ואחרי זה להגדיל תווך – 5 דק, 10, דק, 30 דק, שעה, שעתיים וכול. השיפור צריך לקראות די מייד. ברגע שרואים שיפור משמעותי להפסיק מתן הרמדי ולחכות ולעקוב אחרי המצב. אם יהיה צורך לתת עוד מנה או שתיים. <u>אחרת</u> לתת שתי מנות בהפרש של רבע שעה. תוך 2-3 שלוש צריך להתחיל שיפור ואז לחכות. אם שיפור נעצר לתת עוד מנה.
10.	חולשה מאוד חזקה, פנים מחוירות. מרגיש שאין מספיק אוויר. חמצן לא מגיע למוח יכול להיות ביטוי למחלת גבהים או כתוצאה מהרעלה קשה או מחלה אחרת. מתאים גם לאחר טביעה.	<b>CARB-V 30C</b> להתחיל כל דקה עד 3 פעמים ואחרי זה להגדיל תווך – 5 דק, 10, דק, 30 דק, שעה, שעתיים וכול. השיפור צריך לקראות די מייד. ברגע שרואים שיפור משמעותי להפסיק מתן הרמדי ולחכות ולעקוב אחרי המצב. אם יהיה צורך לתת עוד מנה או שתיים



11.	נקע בקרסול	להתחיל עם מנה אחת של <b>ACON 200C</b> ומיד אחרי זה מנה של <b>ARN 30C</b> להמתין כ-10 דק ואז להמשיך עם <b>RUTA 30C</b> 2 מנות בהפרש של 15 דק' אחרי זה לתת מנה כל שעה 4-6 פעמים לפי המצב. אחרי זה לקחת 3 פעמים ביום במשך 3 ימים במידה ועדיין קיים צורך. לאחר מכן ניתן לעבור לפעם ביום לעוד 3 ימים.
12.	כאב ראש מאוד חזק בזמן החום	<b>BELL 1M</b> שתי מנות בהפרש של דקה 1, אחרי זה עוד מנה אחרי 5 דק'
13.	אינפקציה חזקה בגוף	<b>PYROG 30C</b> ניתן לשלב עם אנטיביוטיקה לתת 2 מנות – בוקר וערב יום 1 זאת הרמדי שמזרזת פלאים את תהליך הריפוי
14.	כאבי גב אחרי עומס יתר	להתחיל עם מנה אחת של <b>ARN 30C</b> להמתין כ-10 דק ואז להמשיך עם <b>RHUS-T 30C</b> שתי מנות בהפרש של 15 דק' אחרי זה ניתן לקחת מנה אחרי שעה ואז אחרי שעתיים. במידע ורואים שיפור קל – להמשיך עד 3 פעמים ביום עד 3 ימים לפי הצורך
15.	כאבים בברכיים כאשר מרגיש שהכי קשה ללכת זה אחרי מנוחה ממושכת	להתחיל עם מנה אחת של <b>ARN 30C</b> להמתין כ-10 דק ואז להמשיך עם <b>RHUS-T 30C</b> שתי מנות בהפרש של 15 דק' אחרי זה ניתן לקחת מנה אחרי שעה ואז אחרי שעתיים. במידע ורואים שיפור קל – להמשיך עד 3 פעמים ביום עד 3 ימים לפי הצורך
16.	בחילות בזמן הנסיעה	<b>COCC 30C</b> לקחת 2 מנות בהפרש של 15 דקות.
17.	כאבי אוזניים בזמן נחיתה/המראה	<b>תלוי בהתנהגות הילד</b> אם ילד צועק וממש עצבני בגלל הכאב – <b>C30 CHAM</b> אם הילד בוכה די בשקט - <b>C30 PULS</b> לתת 2 מנות בהפרש של דקה 1 אם אין שיפור – לתת עוד מנה אחרי 5 דק'
18.	כאבי אוזניים לאחר הטיסה	<b>C30 PULS</b> 2 מנות בהפרש של 15 דק'
19.	דלקת בדרכי השתן פתאומית <b>מתאים לנשים שאין להם בעיות כרוניות של דלקות בדרכי השתן</b>	אם דלקת מופיע אחרי התקררות או ישיבה על ריצפה קרה - <b>ACON 200C</b> אם מרגישה צריבה חזקה (ולא הייתה התקררות) – <b>CANTH 30C</b> 2 מנות של הרמדי המתאימה בהפרש של 15 דק' אחרי זה אפשר לקחת עוד שתי מנות בהפרש של שעה-שעתיים



<p>אם כווייה היא קלה אז מספיק למרוח ג'ל קלנדולה לעתים תחפות במידע ומדובר בכווייה בינונית עד קשה יש לקחת בנוסף <b>CALEND 30C</b> לסירוגין עם <b>CANTH 30C</b>. עקרון הומאופתי אומר שיש להתחיל ממנות תכופות ואז לרווח בהתאם למצב. אם מדובר בכווייה ממש קשה – קודם כל לתת מנה של <b>ARN 30C</b> ואחרי זה להמשיך טיפול עם <b>CALEND 30C</b> ו <b>CANTH 30C</b> להתחיל פעם בדקה ואחרי 3 פעמים לעבור ל פעם ב 5 דק', ב 10 דק, ב 20 דק. להמשיך לקחת פעם ב 20 דק' במשך שעתיים. אחרי זה לקחת פעם בשעה במשך 4-6 שעות תלוי במצב ואז לעבור ל 3 פעמים ביום ל 3 ימים . אחרי שעתיים של טיפול אמורים להרגיש הקלה משמעותית.</p>	כוויות	20.
---	--------	-----

## תרופות הומאופתיות (רמדיס) לרכישה

1. ACON (Aconite) 200C
2. APIS ( Apis Mellifica)30C
3. ARN (Arnica Montana) 30C
4. ARS (Arsenicum Album) 30C
5. BELL (Belladonna) 1M
6. CARB-V (Carbo Vegetabilis) 30C
7. CALEND (Calendula) 30C
8. CANTH (Cantharis) 30
9. CHAM (Chamomilla) 30C
10. CHIN (China Officinalis) 30C
11. COCC (Cocculus Indicus)30C
12. NUX-V (Nux Vomica)30C C
13. PULS (Pulsatilla) 30C
14. PYROG (Purogen) 30C
15. RHUS-T (Rhus Toxicodendron) 30C
16. RUTA (Ruta Graveolens) 30C

בנוסף מומלץ לרכוש ג'ל קלנדולה לשימוש חיצוני בלבד



## אופן פעולה נכון עם הרמדיס:

### א. אופן השימוש

- הרמדיס בנויים בצורה של כדורי מציצה לבנים קטנים ומתוקים.
- יש להתחיל מלקיחה של **מנה אחת**, ששווה 2 ל- כדורים.
- במקרה ומדובר בטיפול בילד קטן (מתחת לגיל 3) יש למהול את הכדור בקצת מים פושרים ולשתות את כל התמיסה.
- במידה ולא חל שיפור משמעותי ניתן לקחת עוד מנה לאחר חצי שעה (למבוגר 2 כדורים נוספים ולילד להכין תמיסה נוספת מכדור חדש אחד).
- ניתן לקחת את הרמדי עד 4 פעמים ביום במשך 3 ימים.
- חשוב לרווח יותר ויותר בין מנה למנה ככל שמצב הולך ומשתפר, עדיף לא לאכול 10 דקות לפני ולפחות 10 דקות אחרי

**לתשומת ליבכם:** לאנשים הסובלים מלחץ דם גבוה ולא מאוזן, יש להיזהר במתן ARN (**לא לקחת יותר מנה אחת**)

### ב. הוצאת הכדור מהבקבוקון

כדי לשחרר כדור מהבקבוקון, יש להפוך אותו כך כך שהמכסה השקוף יהיה כלפי מטה. החזיקו במכסה ביד אחת, וסובבו את הבקבוקון ביד השנייה עד שהכדור ייפול לתוך המכסה.

שימו לב למספר הכדורים שנופלים - אם נפלו כדורים מיותרים, ניתן לשחק עם המכסה והבקבוקון על מנת להחזיר לתוכו את הכדורים המיותרים. בכל שלב, הימנעו מלגעת בכדור בידיים. **העבירו את הכדור מהמכסה ישר לפה.**

### ג. אחסון

- יש לשמור את הרמדי במקום קריר וחשוך (לא במקרר), רחוק מטלפון סלולרי וללא חשיפה ישירה לקרני השמש. אני ממליצה לשמור את התכשירים עטופים בנייר אלומיניום או בקופסת מתכת, דומה לאלה שמוכרים בתוכם שוקולד.
- דבר חשוב נוסף: הקופסה צריכה להיות נטולת ריח. אם אתם משתמשים בקופסה שבעבר אכלסה משהו בעל ריח חזק – שטפו את הקופסה לפני השימוש.

### ד. איפה רוכשים רמדיס

את הרמדיס יש לרכוש בבית מרקחת הומאופתית.

חיפוש מהיר בגוגל יעניק לכם את פרטי בית המרקחת ההומאופתית הקרוב לבייתכם. חשוב ליצור קשר עם בית מרקחת לפני שאתם מגיעים לשם, חלקם אף עושים משלוחים אז כדאי לברר.

כמו כן, בסופר פארם קיימת מעבדה הומאופתית וניתן לבצע בה הזמנה באמצעות המייל: [professional@super-pharm.co.il](mailto:professional@super-pharm.co.il)

בכל מקרה, בעת רכישת הרמדיס הקפידו לבקש שתהיה עטופה בנייר אלומיניום, המאפשר שמירה מפני קרינה סולרית.





## שאלות ותשובות

ש: מה זה רמדי?

ת: זה שם כללי לתרופה הומאופתית טבעית. היום קיימים כ-3500 סוגים של רמדיס.

ש: ממה עשויים רמדיס?

ת: רמדיס עשויים מחומר טבעי (צמח, מינרל, תוצר של חיה וכו') שעבר תהליך מיוחד שנקרא הכנה הומאופתית.

ש: איך יודעים על תכונות הרמדיס?

ת: תכונות הרמדיס מתגלות דרך ניסוי על קבוצת האנשים שנקרא פרובינג (PROVING). תהליך הזה נערך מספר שנים לפני שהומאופתים מתחילים להשתמש ברמדי חדשה. ישנם רמדיס שהמידע עליהם קיימת כבר יותר מ-200 שנה.

ש: מה זה מנה?

ת: שני גלובולים (כדורים לבנים קטנים) למציצה. יש למצוץ אותם כמו סוכריה

ש: האם צריך לקחת רמדי על בטן ריקה?

ת: עדיף שלפני לקחת הרמדי לא יהיה שום דבר בחלל הפה לפחות 10 דקות וגם אחרי שלקחתם כדאי לא לאכול ולא לשתות במשך 10 דק'. אבל כאשר מדובר במקרה חירום – לוקחים מיד, בלי להתחשב בזה כי אין זמן.

ש: האם רמדיס בטוחות לשימוש?

ת: כן, רמדיס בטוחות לשימוש. מטרה של הרמדי להפעיל כוחות הריפוי שטמונים באדם.

ש: האם יש תופעות לוואי לרמדיס?

ת: לרמדיס אין תופעות לוואי. לרמדיס יכולות להיות ראקציות שמטרה שלהם לרפא את הגוף. למשל אם יש עצירות אחרי הסטרס אז אחרי מתן הרמדי יכול להיות שלשול קטן שמנקה את הגוף ואחרי זה המצב מתייצב

ש: האם מותר לקחת רמדי בזמן הריון?

ת: כן, מותר לקחת רמדיס בהחלט. יש גם רמדיס שמשפרות את מצב האישה בזמן הריון ומאפשר לידה קלה יותר. יש גם רמדיס מאפשרות לבצע היפוך של העובר לפני הלידה. יחד עם זה יש כמה סוגים של רמדיס (הן לא מופיעות במדריך זה) שלא מומלץ לקחת אותם ללא פיקוח של הומאופת. הרמדיס שמוזכרות במדריך זה בטוחות לשימוש בזמן הריון

ש: האם רמדיס מתאימות לילדים קטנים?



"הומאופתיה -  
מעוררת את כוחות הריפוי הפנימיים  
שעוזרות לאדם לרפא את עצמו"

ד"ר שמאול האנמן

ת: כן, בהחלט אפשר לתת רמדי לתינוק שרק נולד.

ש: אסור לתת לילדים מתחת לגיל 3 כדורים קטנים, אז מה עושים?

ת: ניתן למהול את הכדורים בכף של מים ולשתות

ש: האם מותר לשלב רמדיס עם תרופות כיומיות

ת: כן, ניתן לשלב רמדיס עם תרופות כיומיות

ש: כמה מקום תופסים רמדיס ומה המשקל שלהם

ת: הערכה המורחבת (הכי גדולה) שמכילה 15 רמדיס שוקלת פחות מ 200 גר וניתן לאחסן את הרמדיס בקופסת מתחת בגול 12.5 ס"מ \* 9 ס"מ \* 3.5 ס"מ



בכל שאלה לגבי המדריך עזרה ראשונה ההומאופתית והומאופתיה בכלל מוזמנים ליצור קשר

ולקבל ממני יעוץ של עד 15 דק' ללא עלות

בטלפון 054-9287054

למידע נוסף – בקרו באתר : [www.valentinaglik.com](http://www.valentinaglik.com)



*Valentina Glik*

Classical Homeopath, R.C.Hom

[www.valentinaglik.com](http://www.valentinaglik.com)

+972-54-9287054