

AFFRONTARE LO STRESS CON L'OMEOPATIA

La vita quotidiana, che si svolge su ritmi non propriamente adatti al benessere dell'organismo umano porta a dei disagi che vengono vissuti a diversi livelli. Esistono persone che risolvono i loro problemi da sole con un equilibrio interno anche nel disagio quotidiano, ed esistono individui che non sopportano lo stress nel quale sono obbligati a vivere e lo trasformano in malattia.

La malattia o il semplice malessere diventano il mezzo che gli consente di fuggire alla quotidianità, trovare degli spazi che appartengono solo a loro, fermarsi, riposare e riflettere.

Quindi pazienti con malattie non molto gravi di tipo neuro-psicologico, o con semplici disturbi del comportamento, si rivolgono in modo continuo e pressante al medico, al farmacista, e non sempre riescono a trovare una risposta alle loro richieste.

Queste persone si lamentano di numerosi disturbi, che ad una attenta analisi, rivelano avere generalmente una componente funzionale o lesionale, ma sempre più spesso un'importante eziologia psicosomatica.

Il medico ed il farmacista, si trovano quindi a dover consigliare trattamenti su sintomi fisici e psichici che presentano molto spesso cause ansiose, depressive, nevrotiche, o più semplicemente neurasteniche

I farmaci e l'approccio psicoterapeutico proposto dalla terapia medica allopatrica si avvale di prodotti aggressivi, efficaci, ma che molto spesso modificano in modo negativo la qualità di vita del paziente.

Intervengono nella sua vita privata, creando delle situazioni di disagio per riduzione della capacità sessuale, desiderio di dormire, stanchezza troppo frequente, difficoltà a mangiare.

L'effetto soppressivo e sostitutivo del farmaco, a volte, invece di condurre il paziente alla guarigione, protrae la sua malattia nel tempo e provoca dei mutamenti profondi in senso peggiorativo.

Altre volte invece il mutamento di comportamento del paziente, migliora i rapporti con la famiglia e con l'ambiente circostante creando un circolo vizioso in positivo che porta alla guarigione definitiva del paziente.

Tuttavia, questo non è sempre vero, si verificano, come abbiamo già detto, dei disagi comportamentali e relazionali così importanti che possono provocare un'evoluzione non più reversibile delle turbe del comportamento con danni importanti a livello psichico e fisico.

I meccanismi fisiologici dello stress provocano delle risposte a livello del Sistema Nervoso Centrale e di quello periferico. Già nel 1936, Hans Selye descrisse un ingrossamento delle

ghiandole surrenali nei pazienti e negli animali sottoposti ed eventi stressanti, sia in senso positivo che negativo.

La risposta all'evento coinvolge sia il sistema nervoso centrale e neuronale, con dei movimenti e delle condizioni di risposta che portano la persona a reagire ad una situazione negativa con l'adattamento o con la fuga, sia il sistema endocrino con la produzione di ormoni necessari a creare le condizioni adatte per favorire la risposta adeguata.

Nell'organismo sottoposto a stress vengono liberati:

- ormone adrenalina e noradrenalina che sono responsabile della reazione di allerta, accelerano il ritmo cardiaco, aumentano il flusso di sangue al cervello ai muscoli, e favoriscono la liberazione degli acidi grassi del tessuto adiposo per aumentare la disponibilità di energia.
- Ormoni corticoidi ed ACTH per favorire l'uso degli zuccheri, per produrre energia e per diminuire le reazioni infiammatorie

Tutte queste reazioni, variano molto in relazione all'evento stressante, eustress e distress, alle condizioni di salute della persona, alle sue abitudini di vita, alle strutture endocrine coinvolte.

I rimedi omeopatici, anche complessi, possono essere veramente utili per affrontare questo problema. Risulta quindi molto evidente, anche se l'accuratezza della prescrizione, sicuramente dipende dalla preparazione del medico e del farmacista e dalla logica con la quale sono stati preparati i prodotti complessi, che è fondamentale per avere una risposta terapeutica adeguata e persistente.

La patologia legata allo stress ambientale è importante e spesso vengono create ad arte dall'uomo stesso tutte le situazioni che possono provocare disturbi e disagi comportamentali

La guida più efficace nella prescrizione del rimedio omeopatico, viene definita dall'atteggiamento mentale ed emotivo del paziente, quindi il rimedio deve rispondere non solo alle lesioni funzionali in corso, ma anche alle alterazioni emotive e comportamentali del paziente oppure, molto più raramente, ai più gravi disturbi mentali non ancora strutturati.

Spesso, le notevoli sfaccettature dell'atteggiamento mentale del paziente sono l'insieme dei sintomi che coinvolgono la psiche e che indirizzano verso la scelta del rimedio.

Queste stesse difficoltà psicologiche possono, in ogni modo, diventare blocco importante ed insormontabile sulla via del recupero duraturo dello stato di salute.

Ci troviamo di fronte ad un paradosso giacché il "mentale" del paziente, che offre la guida per una prescrizione terapeutica efficace, costituisce nello stesso tempo il principale ostacolo alla guarigione.

Per utilizzare in modo adeguato e corretto le sostanze farmacologiche siano esse allopatiche sia omeopatiche, bisogna capire bene i meccanismi all'origine delle perturbazioni causali delle malattie che richiedono un trattamento

I processi mentali si intrecciano con le attività biologiche degli organismi e con gli istinti e vivono nel mezzo di una serie di livelli.

La fisiologia dell'organismo, ovvero le funzioni del fegato, dei reni, dell'apparato digerente, possono essere considerati i livelli più "bassi" della vita quotidiana, l'aspetto materiale, dall'altro l'esperienza emotiva etica e religiosa, i motivi che guidano il comportamento nel rapporto con i familiari, la moglie, i figli sono la realtà psicosomatica che può in qualche modo influenzare quella organica e vengono considerati i livelli più "alti" della vita quotidiana.

In pratica la vita quotidiana si svolge attraverso il funzionamento organico e biochimico dei processi necessari al mantenimento dei processi vitali biologici, questi sono influenzati comunque dagli istinti e si arriva al dominio della psiche.

Le manifestazioni delle malattie che iniziano come disturbi psicosomatici legati allo stress quotidiano, sono dovute alle alterazioni di centri di energia, presenti sia come centri psichici sia come strutture organiche, che funzionano in stretta connessione ed equilibrio tra di loro e sono dei veri punti di partenza attraverso i quali viene modificato lo stato di equilibrio esistente nel senso di un progresso o di un regresso.

Lo stress, vissuto in senso negativo, non come un momento di crescita ma come un disagio, provoca delle perturbazioni di energia.

Queste si verificano alterando i livelli di energia globali dell'individuo e si localizzano poi in preferenza in certe zone dell'organismo.

Creano dei disagi e delle alterazioni che possono essere sia organiche che mentali.

Il nucleo del disagio inizia "piccolo, piccolo", il paziente manifesta momenti di sofferenza localizzati come piccoli disturbi di un apparato o di un organo (testa, gambe, colecisti, stomaco, disturbi ad urinare, disturbi del sonno, disturbi digestivi).

Questi vengono prima vissuti come disagi momentanei, quindi si radicano e si espandono coinvolgendo le strutture contigue e provocando delle modificazioni di intensità maggiore o minore, arrivando a causare delle vere e proprie malattie sia psichiche sia fisiche.

Dal nucleo di energia perturbata, che riconosce nella sua causa esterna lo stress, ovvero il disagio che vive in relazione all'ambiente o alla vita familiare o lavorativa, parte l'alterazione, come una pietra che cade su una superficie liquida e provoca delle onde.

Queste si espandono con intensità inversa alla distanza.

Mentre incontrano degli ostacoli le onde (ovvero il flusso energetico), vengono riflesse e ritornando su se stesse, modificando il proprio schema e producendo delle altre onde (manifestazioni di invio di flussi di energia) in direzioni diverse.

Questi flussi di energia modificano altri nuclei di energia a diversi livelli.

Originano così e si manifestano delle malattie, che in base al tipo di alterazione causale diventano di volta in volta malattie psichiatriche o organiche prima indistinte, confuse e variabili, poi nosologicamente ben definite.

Queste manifestazioni cliniche così complesse, possono essere classificate in modo organico per individuare i rimedi omeopatici in grado di svolgere un ruolo profondo e duraturo, quanto più accurata è l'individuazione del rimedio stesso.

Possiamo distinguere vari gruppi di malattie:

meno gravi:

- nevrastenie, tachicardie emotive, insonnia lieve,
- sintomi isteriformi, irritabilità costante, globo isterico,
- pensieri fissi ed angoscianti nelle ore notturne,
- nevrosi d'organo con somatizzazioni, distonie neurovegetative.
- dismenorrea psicogena,

più gravi:

- stati ansioso depressivi importanti,
- ansia di tratto,
- depressione strutturata,
- stati di nevrosi,
- fobie ansiogene.

Sicuramente sono più curabili i sintomi e le malattie meno gravi, ma non per questo meno fastidiose, perché non sono strutturate e non sono radicate nella psiche del paziente.

Si potranno ottenere dei miglioramenti dei disturbi con una adeguata risposta clinica sia utilizzando rimedi omeopatici singoli, sia complessi omeopatici.

I risultati saranno più evidenti e persistenti nelle malattie meno gravi.

In ogni caso, prima di passare all'uso degli psicofarmaci è sicuramente indicato un tentativo con rimedi omeopatici, siano essi unitari che complessi.

L'uso dei complessi omeopatici e del farmaco omeopatico singolo, può consentire, nelle situazioni meno complicate, una guarigione più persistente e duratura, senza aggravamenti e senza che disturbi più semplici e superficiali, si strutturino in altri più profondi e radicati.

Occorre comunque porre molta cautela ed attenzione perché non devono sfuggire o essere trascurate malattie psichiatriche gravi sottraendo il paziente a terapie mediche e generando un rischio, a volta incontrollabile, per il paziente stesso, per la famiglia e per le strutture sociali che ruotano attorno al suo quotidiano.

La qualità della vita contemporanea, il disagio quotidiano professionale, familiare, ambientale, provocano nell'organismo delle modificazioni nella reazione verso lo stress sia negativo (distress) sia positivo (eustress).

Vivere male la quotidianità porta allo scatenamento di risposte organiche che si trasformano rapidamente da disturbi psicosomatici in malattie.

Per evitare l'evoluzione negativa del vissuto nel disagio quotidiano, occorre interrompere la catena degli eventi, modificare lo stile di vita del paziente, spingerlo ad una presa di coscienza delle sue possibilità e dei suoi limiti, senza alterare gli equilibri che consentono il naturale scorrere della sua vita.

In queste condizioni, i rimedi omeopatici, sia unitari che complessi possono svolgere un ruolo significativo e positivo, per la loro capacità di rispettare e di stimolare la forza vitale dell'organismo.

Estremamente importante per chi li prescrive è conoscere il farmaco che viene usato, ma prima un inquadramento preciso, senza possibilità di errori, perché il prezzo pagato dal paziente e dalla società sarebbe troppo alto, della storia clinica del paziente della diagnosi della patologia che vuole trattare e una idea sulla possibile prognosi e sui tempi di terapia.

ALCUNI FARMACI OMEOPATICI UNITARI UTILIZZATI PER LA CURA DEI SINTOMI CLINICI PROVOCATI DALLO STRESS

IGNATIA

Tutte le manifestazioni nervose e funzionali caratterizzate dall'incostanza.

Sull'uomo sano provoca:

- Ipersensibilità del sistema nervoso ed iperreattività
- soprattutto alle emozioni con spasmi a livello di tutti gli organi.

Le reazioni generalmente irregolari e contraddittorie, sono la chiave di questo farmaco.

Tipo sensibile

Sono soggetti bruni, nervosi, viso pallido, arrossiscono facilmente. Sono per b più bambini o donne. Svengono spesso. Sono molto emotive.

Cause

Emozioni sgradevoli, paura, dispiaceri con taumi. Bambini agitati, stressati dagli studi con la paura di non riuscire.

Segni mentali

Umore che cambia facilmente, con tendenza all'isteria, taciturni.

Crisi depressive dopo dispiaceri.

Inventa delle malattie, per fare preoccupare gli altri per la propria salute.

Crisi di angoscia che le impediscono di parlare.

Sospira mentre parla e racconta i suoi problemi, si emoziona ed inizia a piangere anche senza motivo.

L'umore cambia facilmente è mutevole passa facilmente dalla tristezza più grande alla gioia più sfrenata.

Spesso è affetto da insonnia dopo delle grandi contrarietà.

Segni fisici

I dolori si manifestano in zone del corpo piccole e circoscritte,

Dolori con andamento contraddittorio e paradossale.

Le crisi di cefalea compaiono all'improvviso, con sensazioni di un chiodo piantato nella testa e terminano spesso con emissione abbondante di urine sono:

< dal vento freddo, dal caffè, dal tabacco, dall'alcool, dal rumore, dalla luce

> dalla pressione, dal calore

Avversione per il fumo del tabacco

Lamenta sovente una sensazione di costrizione faringea, come se un corpo estraneo salisse dall'interno dello stomaco per strozzarla.

sensazione di fame < alle 11 del mattino e dall'odore del tabacco,

la nausea > mangiando

dispepsia paradossale digerisce bene i cibi grassi ed indigesti

emorroidi < in piedi o seduto > camminando, con dolore a livello rettale dopo un'evacuazione molle.

Tosse secca e spasmodica, più il malato tossisce più ha voglia di tossire.

tachicardia emotiva, con accelerazioni brusche.

Febbre è intermittente con viso rosso e sete con dei brividi che > in una camera calda.

Amenorrea dopo un dispiacere

Uso clinico

Disturbi psichici dopo emozioni, contrarietà fatica nervosa. Tutti i sintomi nervosi e paradossali.

Dispepsie, colite, ragadi, spasmofilia, ipertiroidismo, menopausa.

Tre esempi di utilizzazione di IGNATIA.

L'emotività instabile e paradossale.

I disturbi nervosi, gli spasmi,

La depressione morale dopo i dispiaceri.

L'emotività instabile e paradossale

- Ipersensibilità psichica e tendenza a pensare troppo
- soprattutto in concomitanza dei fattori emotivi.
- . variabilità dell'umore e delle proprie reazioni spesso contraddittorie e paradossali.
- Questi sono < emozioni - dispiaceri fastidi (reali o supposti) - vita mondana

I disturbi nervosi e gli spasmi

- . Persona emotiva con alterazioni del tono del vago.. Sensibilità per le emozioni violente
- . Disturbi erratici, variabili
- sintomo di nodo alla gola_ che nasce dallo stomaco con sensazioni di costrizione spasmodica - > deglutendo dei cibi solidi
- sintomo di vuoto allo stomaco_ non migliora mangiando, < alle 11 e alle 17 con sospiri e sbadigli
- nausea e vomito di liquidi, ma tollera i cibi solidi anche difficili da digerire
- singhiozzo-eruttazioni a stomaco vuoto > mangiando < caffè ed alcool
- spasmi intestinali > mangiando, al colon nella zona appendicolare (mc burney + in supp.)
- spasmi e dolori sfintere anale dopo le evacuazioni
- spasmi uterini nervosismo ed eccitazione genitale con impotenza o frigidità di origine emotiva
- tachicardia emotiva
- ipertensione labile a seguito di emozioni
- tosse nervosa secca e continua (sembra che non debba mai finire) con solletico alla gola e al laringe
- sviene in chiesa per l'emozione

- stato di agitazione violenta dopo una paura o dopo essere stato rimproverato
- insonnia emotiva con soprassalti delle membra addormentandosi. Sonno leggero ed agitato.

Depressione morale dopo gravi dispiaceri

- tristezza e depressione dopo dolore, fastidi, lutti, vessazioni o delusioni sentimentali con voglia di stare soli, pensando ai propri fastidi, piangere e fare profondi sospiri. < consolazione
- associato a::
- Sintomi di "nodo alla gola", spasmi allo stomaco, insonnia, sonno leggero

Coffea cruda

la pianta è originaria degli altipiani dell'Abissinia Coffea Arabica,.

La parte utilizzata sono proprio questi grani, prima di essere sottoposti a torrefazione: Coffea Cruda.

Patogenesi

: Insonnia, euforia, ipertiroidismo.

Sintomi clinici:

- Insonnia, con numerosi pensieri che affollano la testa. Non sopporta la luce, i rumori, l'essere toccato, soprattutto nella seconda parte della notte.
- Eccitazione intellettuale che facilita il lavoro cerebrale con aumento della concentrazione, della memoria. Grande sensibilità euforia ed ottimismo, tutto si presenta bello. Eccitazione esagerata dopo una buona notizia. L'umore cambia con facilità.
- Presenta una iperestesia sensoriale
- Ai rumori, alla luce, agli odori, ai sapori. I dolori dentari sono migliorati dall'acqua fredda. La cefalea è come un chiodo piantato nell'osso parietale, le nevralgie interessano il capo, il braccio e le mani.
- Ipertiroidismo con disturbi del ritmo cardiaco, tremori alle estremità, malgrado abbia freddo non sopporta il caldo, calore al palmo della mano, poliuria dopo aver bevuto del caffè, diarrea da transito accelerato.

AMBRA GRISEA

Concrezione che si trova nella bile e nel pancreas del capodoglio detta Ambra Grigia.

Il rimedio è interessante nel trattamento dell'insonnia, nelle manifestazioni neurovegetative, dovute allo stress nelle tachicardie, negli spasmi e nei crampi, per gli studenti con crisi di angoscia.

In questo rimedio predomina la fragilità generale.

Da un lato fragilità del tono nervoso e psichico, dell'altro fragilità del tessuto vascolare, dei capillari che sanguinano facilmente.

Questa fragilità spiega perché le più piccole cause possono provocare dei disturbi del malessere, della fatica.

L'utilizzazione sperimentale provoca:

- Prima: eccitabilità mentale ed ipersensibilità generale con spasmi muscolari, congestione degli organi genitali femminili con eretismo sessuale, irritazione catarrale del faringe e della vagina. Eretismo circolatorio ed eccitazione del plesso solare.
- poi: progressivamente indebolimento del tono nervoso con depressione nervosa e psichica depressione vagale, ipoestesia generale e paralisi delle membra.

Tipologia

Bambini neurolabili o adulti precocemente invecchiati per preoccupazioni familiari o a causa di altri dispiaceri

Psiche

il minimo problema altera il soggetto, non può più parlare, respirare, il cuore non batte più il ciclo mestruale si arresta ha impressione di cedimento con debolezza e tremori e spasmi degli arti.

timido e vergognoso a contatto con le persone, rifiuta di stare in una stanza con altre persone, o di fare cose con gli altri.

la musica lo fa piangere ed aumenta le sue sofferenze

insonnia provocata dai fastidi. deve alzarsi.

Le donne sono generalmente minute, tendenzialmente isteriche, con cicli frequenti ed abbondanti con purito a livello genitale

Digerente

Sensazione di freddo nell'addome, eruttazioni frequenti.

stipsi con senso di ansia. il bambino non puo' evacuare se c'e' qualcuno vicino a lui. Il malato non urina se c'è l'infermiera.

Bisogno frequente di evacuare, ma inefficace.

Respiratorio

epistassi abbondante al mattino nel letto.

Tosse violenta, spasmodica, parossistica con eruttazioni, rinite, peggiora parlando e ridendo.

la crisi avviene, in società, sentendo la musica.

Circolatorio

palpitazioni al minimo esercizio con sensazione di un corpo estraneo dentro.

Genitali

pruriti voluttuosi ai genitali

perdite di sangue intermestruali per una qualunque causa: una spavento, una evacuazione dura,una lunga passeggiata.

Leucorrea spessa biancastra.

Causalita':

fastidi d'affari, dispiaceri, la minima piccola causa.

Sensazioni:

di intorpidimento, di anestesia locale

< presenza di altre persone, dalla musica, da un fastidio, al mattino.

> aria fresca, passeggiate all'aperto, bevendo acqua fresca

Indicato per:

Ipersensibilità nervosa, Tremori Asma nervosa, Tosse spasmodica, Ninfomania.

Spigelia

Nome e descrizione: Spigelia Anthelmia,

Patogenesi: emicrania, nevralgia tachicardia.

Indicazioni

Emicrania occipitale sub-orbitaria sinistra. Compare al mattino, raggiunge il massimo a mezzogiorno e migliora la sera

Nevralgie orbitarie con tutti i movimenti automatici degli occhi. Nevralgia del trigemino con predominanza al mascellare superiore, aggravata dai movimenti, dal freddo umido, dal temporale, dal fumo del tabacco.

Tachicardia parossistica, con il cuore che batte violentemente ed in modo percettibile attraverso i vestiti. Dispnea, angoscia necessità di stare fermo. Migliora se coricato sul lato destro a testa alta peggiora sul lato sinistro.

Dolore coronarico, irradiato al braccio sx ed alla scapola. Nevralgia toraco precordiale irradiata al braccio sinistro. Acuta parossistica, lancinante irradiante

Fobia degli oggetti appuntiti

Parassiti intestinali con nervosismo, sbadigli, coliche addominali con dolori peri ombelicali.

Acidum Phosphoricum

Viene utilizzato nelle depressioni nervose, ed in basso dosaggio per i disturbi della crescita e dell'ossificazione.

Utile somministrarlo nell'esaurimento nervoso, dopo degli eccessi sessuali, dopo una grave disgrazia, in un periodo di sofferenza importante, distress .

Descrizione

Dopo una grande disgrazia, o fastidi importanti o abusi sessuali il malato diventa insofferente a tutto, fastidioso, apatico, tranquillo in modo atipico. Tutto gli diventa indifferente, pensare lo annoia. Incapace di riunire insieme due pensieri. Ha difficoltà a parlare, ad esprimersi, a ricordare i fatti quotidiani.

Debolezza più importante al mattino con apatia. Cefalea intensa con sensazione di avere un peso sull'osso parieto occipitale < dal movimento e dalla musica. I suoni, i movimenti determinano dei dolori lancinanti. > dal riposo completo e restando coricato.

Cefalea degli scolari, dopo una fatica intellettuale o dopo aver stancato gli occhi, in un periodo di rapida crescita, in particolare in adolescenza.

Occhi alonati, orzaioli sulla palpebra superiore. Intolleranza ai rumori ed alla musica.

Bocca secca, gengive sanguinanti, lingua gonfia, sete con desiderio di latte freddo o di birra

Distensione dell'addome con borborigmi > dalla espulsione di gas.

Appendicopatia subacuta.

Diarrea acuta o cronica abbondante, acquosa, biancastra, senza dolore, senza odore.

Diarrea dopo ingestione di alimenti acidi, frutti, banane.

Tosse secca con sensazione di solletico nel petto ed a livello epigastrico, < la sera dopo essersi coricato.

bronchite cronica con sensazione di debolezza parlando, espettorazione abbondante e verdastra, oppressione intensa.

Urine abbondanti, lattiginose contenenti fosfati. Perdite seminali frequenti, notturne senza erezione, onanismo inveterato, il ragazzo vuole smettere, ma è impotente nel combattere i suoi impulsi.

Ciclo abbondante, anticipato seguito da perdite biancastre, giallastre con prurito.

Sensazione di formicolio in tutto il corpo < dopo gli eccessi sessuali. Caduta dei peli, dei capelli delle sopracciglia e della barba. Sudori abbondanti la notte ed il mattino.

Gelsemium

Descrizione e parte utilizzata :

Il Gelsemium Sempervirens è una Loganiacea.

E' un arbusto a foglie persistenti, con i fiori gialli e odorosi. Si utilizza la parte sotterranea della pianta.

Azione Patogenetica :

- Influenza,
- paura, paralisi.
- Febbre con indolenzimento, obnubilamento, assenza di sete.
- Ansietà di anticipazione, trac, tremori, fobie.
- Sindrome vasomotoria e simpatica : cefalee occipitali con obnubilamento, sensazione di arresto del cuore se non si fa' un movimento.

Tipologia :

Pazienti emotivi, paurosi di tutti con spiccata ansia di anticipazione, vagotonici.

Modalità

Aggravamento :

- con, le cattive notizie improvvise.
- con il tempo caldo, umido, prima del temporale.
- con il calore
- con il tabacco.

Miglioramento :

- con l'aria fresca e il movimento lento.
- con minzioni abbondanti.

Sensazioni :

- Numerose parestesie.
- Di pesantezza e indolenzimento

Desideri ed avversioni :

- Assenza di sete durante la febbre.

Etiologia :

- Emozioni che creano ansia : parlare in pubblico, esami, interventi chirurgici, ecc...
- Ansia, paura, tremori, spasmi, stato paretico.
- Nevralgie con congestione cerebrale passiva.
- Sindrome influenzale.

Principali indicazioni cliniche :

Febbre con indolenzimento, obnubilazione, assenza di sete.

Ansietà di anticipazione : trac, tremori, fobie.

Seguiti di cattive notizie apprese improvvisamente o senza preavviso.

Tremori Trac degli esami, apprensione nelle situazioni difficili; dell'avvenire.

Emotività, ipersensibilità emozionale con malessere cardiaco : palpitazioni o sensazione di arresto del cuore con necessità di muoversi; tremori, inibizione, diarrea emotiva.

Fobie, paure sistematiche : claustro - termo - agora - antropofobia.

Insonnia : da nervosità, apprensione, cattive notizie, eccesso di tabacco.

Argentum Nitricum

Nitrato d'argento, ha un'azione sia sul sistema Nervoso Centrale che sulle mucose.

Sul S.N.C. produce dei sintomi come grande astenia e sfinimento, oppure fenomeni di eccitazione e spasmi, tremori, crisi convulsive e crisi epilettiche. Può provocare disturbi più gravi con manifestazioni paralitiche e paraplegiche a carico degli arti inferiori.

Nella sfera mentale, sullo stesso sfondo di astenia marcata osserviamo delle fobie, con un'angoscia di anticipazione molto evidente.

Sulle mucose della laringe, stomaco, intestino, ha un'azione ulcerante.

Sul Sangue provoca anemia con distruzione dei globuli rossi.

Sul sistema osseo: necrosi a carico delle cartilagini e delle piccole ossa.

Evoluzione dei sintomi:

infiammazione o irritazione ulcerativa delle mucose, dei legamenti, delle cartilagini e delle mucose; seguita da eccitazione del sistema nervoso cerebrospinale periferico senza tendenza paretica, quindi depressione nervosa fisica e psichica con paresi degli arti.

Sintomi mentali

agitato ansioso: ha l'impressione che il tempo passi troppo in fretta, ha paura di non riuscire a fare tutto ciò che deve in tempo utile. e' inquieto, precipitoso, ha desiderio di finire le cose anche prima di averle cominciate.

emotivo: sintomi intestinali all'idea di dover incontrare qualcuno o di fare un lavoro importante, prima di una cerimonia o di prendere il treno

fobico: ha paura della folla, è claustrofobico, la vista di case alte gli provoca delle verigini, crede che le case ai lati della strada precipitino su di lui mentre cammina.

impulsivo: si sente spinto a camminare velocemente e convinto anche se non ha idea su cosa fare. Ha una attrazione repulsione per il vuoto, con il desiderio di "fare il salto".

ha incubi: sogna spesso dei serpenti o di mettersi in urto con i propri amici. Ha dei risvegli bruschi con soprassalti ed ansietà.

Sintomi Fisici

Sintomi fisici legati all'influenza sul S.N.C.

riguardano prevalentemente a sfera intellettuale dove la stanchezza profonda impedisce di lavorare, sia mentalmente che fisicamente, lo rende assillato dalle preoccupazioni, gli conferisce un'aspetto veccheggianti sia da bambino che da adulto.

Affetto da cefalea cogestizia < dopo un lungo sforzo intellettuale con la sensazione che il cervello si espanda nella testa e che questa debba scoppiare > dall'aria fredda e stringendo fortemente la testa, sia con le mani che con una benda stretta.

Ha vertigini con ronzii e chiudendo gli occhi ed è < dalla vista di palazzi alti.

Ha debolezza delle gambe con tremori, instabilità , ha un modo di camminare vacillante e precipitoso.

Sente dolori folgoranti a livello della colonna lombare e degli arti inferiori.

Può essere utilizzato nell'epilessia e nelle convulsioni precedute da un corto periodo di agitazione.

Azione sulle mucose

Irritazione ed infiammazione delle mucose con tendenza all'ulcerazione (laringe stomaco grosso intestino, organi genitali) o suppurativa (occhi, organi genitali).

Occhi e congiuntive fotofobia intensa.

Nausea dopo ogni pasto con sforzo infruttuoso per vomitare, frequenti rigurgiti.

Diarrea che compare subito dopo aver mangiato dei dolci (desiderio irresistibile di cose dolci)

Diarrea nel lattante subito dopo che la madre ha mangiato una quantità eccessiva di cose dolci.

Diarrea emotiva, subito prima di andare ad un appuntamento importante.

Mucose respiratorie

Raucedine cronica dei cantanti le note a tonalità elevata provoca la tosse.

Raucedine al mattino che provoca la tosse. Il malato è obbligato a raschiare la gola e a tossire. La tosse è aggravata dal fumo del tabacco.

Mucose genitale

Ciclo irregolare con emissione di sangue nero a coaguli. pesantezza nel basso ventre e dolore più violento nell'ovaio di destra.

Coito doloroso con seguenti perdite di sangue

Modalita'

- aggravamento generale di tutti i sintomi con il ciclo mestruale e scomparsa dopo
- < al calore e > con il freddo.
- E' affetto da claustrofobia in parte dovuta all'< da calore in parte ad uno squilibrio nervoso. Soffoca in una stanza, manca l'aria tra la folla, non può andare nelle sale , agli spettacoli nei grandi magazzini.
- Ama l'aria fredda, apre le porte e le finestre, si espone al vento con la testa scoperta, e prende solo alimenti e bevande fredde.
- < restando coricato sul lato destro. Il pz ha delle palpitazioni violente con ansietà < alla minima emozione
- < dei disturbi gastrointestinali provocato dai dolci.

Kalium Fosforicum

Il fosfato di potassio.

Esaurimento nervoso dopo iperattività o dopo malattia grave con ipersensibilità, irritabilità, astenia.

Disturbi generali della nutrizione con anemia.

Modalità

< tutte le eccitazioni nervose, dall'aria fredda, da una corrente d'aria, dal riposo, dopo un rapporto sessuale.

> mangiando dal calore dopo un'esercizio moderato.

Descrizione clinica

Depressione nervosa notevole dopo aver lavorato troppo il malato si sente sfinite mentalmente triste scoraggiato e senza volontà. Ha un'ansietà costante con apprensione senza motivo, paura della morte, della malattia della solitudine, fobie in genere.

Irritabile ed emotivo ha dei sobbalzi per niente

Tutti i sintomi mentali sono < dopo un rapporto sessuale

Terrori notturni, sogna fantasmi, incendi, cadute...

Cefalea occipitale

come se avesse un peso

< al mattino al risveglio, dalle scosse, tossendo e chinandosi.

> se passeggia lentamente all'aria fresca e mangiando.

Cefalea dello studente.

Odore putrido in bocca con lingua ricoperta da un secreto giallo come la mostarda, sete per le bevande fredde, fame anche dopo aver mangiato con sensazione di vuoto nello stomaco che > mangiando.

Diarrea con prostrazione. Feci acquose, brucianti, putride, sanguinolente, a volte sangue puro. Le feci come tutto ciò che cola in questo Rimedio. sono di colore giallo arancio

Incontinenza notturna di urina nell'adolescente o nell'anziano dovuta a stancabilità nervosa, emissione di urina gialla come lo zafferano.

Prostrazione completa dopo il coito

Ciclo abbondante con dolori all'ovaio sx.

Amenorea e depressione nervosa notevole.

Leucorrea acida, bruciante, di colore giallo arancio nelle giovani pallide anemiche e nervose.

Prurito a livello delle palme delle mani e della pianta dei piedi.

Macchie brune sui polpacci.

ALCUNI FARMACI OMEOPATICI UNITARI DI ORIGINE VEGETALE UTILIZZATI ANCHE IN FITOTERAPIA PER LA CURA DEI SINTOMI CLINICI PROVOCATI DALLO STRESS

Crataegus Oxycanta

Nome comune Biancospino, Azarolo selvatico Aubépin, Hawthorn,

Si trova nelle scarpate, siepi, boschi in pianura e montagna

La sua **azione farmacologica** è sedativa, ipotensiva, antispasmodica, cardiotonica e regolatrice dell'attività cardiaca, antiaritmica, spasmi dolorosi dell'apparato digerente.

Patogenesi:

Azione tonica a livello cardiovascolare, ipotensione

Materia medica:

Modalità: < ipertensione tra 4 DH e 15 CH

calore e ambienti chiusi.

Azione cardiotonica e sulla pressione arteriosa:

Dispnea da sforzo, dall'eccessivo calore e dagli ambienti chiusi.

Desiderio di aria fresca, oliguria

Impressione che il cuore riempia il petto

Aritmia variabile con l'emozione

Insufficienza e stasi della circolazione venosa

Insomnia nei pazienti cardiopatici

La TM fino ad 3 DH (anche MG) utile nell'ipertensione

Da 4 DH a 5 CH utile nell'ipotensione

Da 15 CH a 30 CH ipertensione labile dei tubercolinici emotivi, aritmie dovute a lesioni cardiache.

Crataegus è il cardiotonico di scelta per i tubercolinici, emotivi ed astienici, avidi di stare all'aria aperta. Attenzione all'inversione di azione in base alla diluizione.

Matricaria recutita, Chamomilla recutita, Matricaria Chamomilla.

Nome comune Camomilla comune o camomilla vulgare, Camomille Matricaire,

Patogenesi

Dolori intollerabili, febbre della dentizione, collera incontenibile.

Materia Medica

Il carattere del paziente Camomilla è collerico, con irritabilità nervosa ed intolleranza alla contraddizione. Il bambino diventa rosso in viso, si getta per terra, non vuole essere toccato, non sopporta essere guardato, non vuole che gli si parli, rompe e butta via gli oggetti che gli vengono dati. Capriccioso, scontento, mai soddisfatto. Agitato e sempre in movimento è impaziente e non sopporta stare fermo in un posto.

La collera del bambino o DELL'ADULTO viene calmata se si porta in macchina, mentre quella dell'adulto se guida un'autovettura, ma in modo pericoloso.

Iperestesia al dolore con irritazione. I sintomi principali sono:

Dolore con disturbi vasomotori localizzati, una sola guancia (o un orecchio) rossa e calda ed un'altra normale.

Migliora con il movimento passivo (automobile, cullato ...)

Il dolore può essere accompagnato da parestesie e sensazione di intorpidimento locale

Dolori della dentizione nel bambino e nell'adulto, dolori dentari dell'adulto . Questi sintomi sono aggravati dai liquidi caldi, ma migliorati dalle applicazioni fredde. I sintomi sono accompagnati da crisi nervose e febbre, spesso anche dolori intestinali.

I dolori, spesso colitici, con emissioni di feci diarroiche e verdastre, il paziente si piega in due per migliorare i sintomi.

I dolori da dismenorrea sono intollerabili, con sementi di collera verso i familiari.

Spesso compaiono nevralgie che obbligano la persona ad alzarsi ed a camminare durante la notte.

Può essere utile nella tosse del bambino che si aggrava di notte ma non lo risveglia.

Avena Sativa

Nome comune Avena, Aveine, Oat. Famiglia graminacee.

Per la sua **attività farmacologia** tonica nervina e cardiaca ed antidepressiva, è indicato come stimolante, vitaminizzante, per astenia nervosa, depressione, disturbi menopausa.

Patogenesi:

Astenia ed insonnia

Materia Medica

Viene utilizzata nell'astenia, nell'affaticamento con nervosismo ed insonnia.

I sintomi sono astenia, insonnia, stanchezza intellettuale, cefalea con sensazione di bruciore al vertice, che si estende alla nuca ed alla colonna vertebrale..

L'insonnia è tipica delle persone emotive con sintomi da surmenage intellettuale. Il paziente si presenta stanco con difficoltà nel fissare l'attenzione.

Manca di tonicità generale con tristezza e malinconia.

Vengono utilizzate le basse diluizioni associate ad alfa alfa per l'effetto tonico e sedativo.

Valeriana officinalis

Nome volgare Valeriana, Herbe au chats, Cat's valerian.

Attività clinica: sedativa, spasmolitica ipnotica.

Impiego terapeutico:

sindromi ansiose e stato depressivo. Bolo isterico e palpitazioni. Isteria.

cefalea, emicrania, insonnia aggravata da stress fisico ed intellettuale

Dolori mestruali, e turbe della menopausa, neurastenia e psicoastenia, poliuria e polidipsia, ipertensione leggera.

Materia Medica

Rimedio ad azione limitata con nervosismo e sensibilità al dolore.

Le modalità si presentano con aggravamento al minimo dispiacere morale, per ogni dolore, restando in piedi. Migliora invece seduto e con il movimento lungo e lento.

Il paziente è agitato sviene ad ogni minima causa, ha un umore eccessivo sia nella collera che nel piacere, Quando migliora il suo umore compaiono i disturbi fisici.

Spasmo alla faringe, bolo isterico, esofageo e digestivo. Dolori reumatoidi e nevralgie che si aggravano con l'immobilità.

Lombosciatalgia e sciatica aggravata in piedi e migliorata seduta su una sedia.

Indicata anche per aerofagia e discinesie gastriche, aereocolia e colonpatie spasmodiche nel soggetto nervoso.

E' un'ottimo rimedio per i pazienti neurolabili , nella sciatica nella spasmofilia e nella menopausa. Interessante nell'isteria.

ALCUNI FARMACI OMEOPATICI IN COMPOSIZIONI COMPLESSE PER LA CURA DEI SINTOMI CLINICI PROVOCATI DALLO STRESS

Sempervirine 7 CH

Il rimedio è stato sperimentato sia sugli animali che sull'uomo.

Diversi studi, sugli animali, sia sull'ansia cronica, che sull'aggressività, che sull'inibizione passiva, hanno dimostrato l'efficacia del Sempervirine 7 CH nei confronti del Nitrazepam o del Alprazolam.

In particolare si è rivelata efficace nei test tipo inibizione passiva, dove gli animali introdotti in ambienti sconosciuti avevano delle manifestazioni comportamentali legate allo stress che venivano eliminate dall'uso di Sempervirine a 5 CH o 7 CH.

Nell'uomo l'efficacia del rimedio è stata provata sia sull'ansia di stato (stato transitorio di ansia causato da una situazione di stress momentanea), sia sull'ansia di tratto (tipica della personalità ansiosa). Queste valutazioni sono state eseguite con lo S.T.A.I. (State Trait Anxiety Inventory) di C.D. Spielberg.

Si è vista una notevole diminuzione significativa dell'ansia di stato nei pazienti con un miglioramento duraturo, ed un miglioramento considerevole e prolungato della componente ansiosa legata alla personalità del soggetto, usando regolarmente la Sempervirine 5 e 7 CH.

Il nome commerciale del prodotto è Dolisobios 16 in capsule, da assumere una capsula tre volte al giorno.

Decapeptide di caseina alfa s 1.

Il Decapeptide alfa s1 deriva dalla frazione proteica della caseina mediante un processo enzimatico di idrolisi.

Studi di farmacologia su animale mediante diversi test effettuati sia contro un prodotto di riferimento (Diazepam), sia contro il placebo ne hanno dimostrato l'efficacia antistress dopo la prima ora di utilizzo e con un'azione duratura nel tempo.

Sono stati utilizzati vari test: dal “Posizionamento Preferenziale Condizionato” al test di “Memoria Sociale” al Test di “Irwin”

Dimostrando sempre delle differenze statisticamente significative dal punto di vista dell'efficacia, sia contro placebo che contro il prodotto farmacologico di riferimento. Inoltre l'uso del decapeptide non provoca effetti indesiderabili né a livello neurovegetativo, né a livello del sistema nervoso centrale, né sulla sopravvivenza degli animali, né come aumento di peso o sul metabolismo energetico postprandiale.

Studi effettuati sull'uomo hanno dimostrato che migliora la capacità dei soggetti a rispondere di fronte a situazioni stressanti, e che riduce le manifestazioni provocate da situazioni stressanti.

Oltre a parametri di valutazione psicologica come il Questionari di Spielberg per l'ansia di stato e di tratto, il Test di attenzione-concentrazione ed il test di rapidità mentale di Pacaud, sono stati valutati parametri cardiovascolari, come la frequenza cardiaca, la pressione arteriosa sistolica e diastolica e la produzione di ormone cortisolo.

I risultati sono stati che il decapeptide alfa s1 ha dimostrato un'azione moderatrice sulla risposta allo stress nei soggetti in condizione acuta.

Inoltre le variazioni di pressione sistolica e diastolica si sono dimostrate meno evidenti nei soggetti trattati con il decapeptide, rispetto a quelli non trattati, mentre la frequenza cardiaca non né mai variata sia durante l'utilizzo del prodotto che senza.

Le secrezioni di cortisolo sono più basse nei soggetti sottoposti a stress ma trattati con decapeptide alfa s1.

In definitiva questo prodotto è attivo su tutte le manifestazioni dello stress acuto

Il nome commerciale è Seriane e si presenta in capsule e si assume nella dose di una capsula al giorno.

Lezione tenuta nel mese di Giugno 2003 da Gianfranco Trapani

al corso Seminariale avanzato su:

“FONDAMENTI RAZIONALI E CRITICI DI NATUROPATIA”,

presso l'Università di Milano Centro di Ricerche in Bioclimatologia Medica

Biotecnologie e Medicine Naturali