



Zuiver

klassieke homeopathie voor mens en dier



Nieuwsbrief voorjaar 2019

Het is weer voorjaar en we hebben al gemerkt hoe grillig de lente kan zijn. We hebben heerlijk in de zon kunnen zitten, maar ook pittige stormen en regenbuien meegemaakt. De hooikoortstijd is door het mooie weer vroeg begonnen, hiervoor geven wij u een aantal tips. In onze rubriek over homeopathie behandelen we dit keer welke middelen binnen de homeopathie worden gebruikt. Verder tips bij hoofdluis en natuurlijk weer een recept, deze keer voor het ontbijt.

Klassieke homeopathie: welke middelen worden gebruikt?

In de vorige nieuwsbrief hebben we uitgelegd hoe homeopathische middelen worden gemaakt. In deze nieuwsbrief: welke middelen worden gebruikt? Veel mensen denken dat homeopathie kruidengeneeskunde is. Dit klopt niet helemaal. Zeker worden binnen de homeopathie planten en dus ook kruiden gebruikt, maar dat is slechts een klein deel van de middelen die we tot onze beschikking hebben. Ook van mineralen en dierlijke middelen, straling, chemische stoffen, medicatie en vaccinaties, lichaamseigenstoffen, eigenlijk van alles wat in de natuur en in onze maatschappij voorkomt, kan een homeopatisch middel worden gemaakt. Zo worden lichaamseigen stoffen gebruikt om balans in het lichaam te herstellen en chemische stoffen, medicatie, vaccinaties om het lichaam te detoxen.

U begrijpt dat met de enorme keuze aan middelen het een uitdaging is om een goed passend middel te vinden. Hier nemen we dan ook graag de tijd voor, tijdens de consulten en erna. Homeopathie is maatwerk!

Pollentijd

We krijgen in de praktijk weer veel mensen met branderige, jeukende ogen, niezen en snotteren. Oftewel: hooikoorts. Hooikoorts is prima met homeopathie te behandelen/verlichten. Er zijn vele middelen die met succes kunnen worden ingezet bij hooikoorts. En ook dit is maatwerk, want niet iedere hooikoortspatiënt heeft dezelfde klachten. De één heeft vooral last van jeukende ogen, de ander een jeukend gehemelte, de volgende niest aan een stuk door, weer een ander heeft brandende tranen of brandend neusvocht. De één heeft binnen meer last, de ander buiten, in voorjaar of najaar.

Een paar tips om de klachten te verlichten:

- Spoel regelmatig neus en holtes met een Rhinohorn met zout water.

- Spoel de ogen met een Hypercaloplossing.
- Draag buiten een zonnebril die goed rond de ogen sluit.
- Breng wat crème of vaseline aan rond de neus bij naar buiten gaan om te beschermen tegen de prikkeling van pollen.
- Voor een rustige nacht: hou de slaapkamer zo pollenvrij mogelijk. Dus gedragen kleding meteen in de was, douchen voor het slapengaan en het haar goed borstelen voor het slapengaan zodat pollen niet op het hoofdkussen terecht komen.
- Een oude volkswijsheid: neem iedere dag een theelepel honing uit de regio. Pas wel op als u erg allergisch bent, het kan een reactie geven.

Dierenrubriek - huidklachten bij dieren

We krijgen in onze praktijk regelmatig dieren met huidklachten: jeuk, openkrabbelen, bijten, ontstekingen etc. Net als bij mensen zijn huidklachten lastige klachten te behandelen. Je lost het niet op met een zalfje, het lichaam laat zien dat er onbalans is via de meest onschuldige weg, namelijk de huid. Ontneem je het lichaam dit door het 'weg te smeren' dan zal het lichaam op termijn een andere weg zoeken om de onbalans kenbaar te maken. Het is dus zaak om huidklachten van binnenuit te behandelen, de balans te herstellen.



Er kunnen allerlei redenen zijn voor het ontstaan van huidklachten. Een voorbeeld uit de praktijk. Een hondje dat zich al jarenlang krabt en bijt bij de staart. De eigenaren worden helemaal gek van haar gekrab. Tijdens het consult wordt de hele voorgeschiedenis doorgesproken en met name de periode vóór het ontstaan van de klachten. Er lijkt in eerste instantie geen aanleiding te zijn voor het ontstaan van de jeuk, de eigenaren kunnen niets bedenken. Totdat na doorvragen blijkt dat het vrouwtje van het hondje ongeveer in die tijd is overleden. Na het geven van een 'verdrietmiddel' zijn de klachten snel verdwenen. Er kan dus ook bij dieren - net als bij mensen - een geestelijke oorzaak zijn zoals stress, veranderingen in het gezin etc. Maar ook een operatie, vaccinaties, antibiotica, antivlooi- en/ontwormingsmiddelen kunnen het dier uit balans brengen en huidklachten (of andere klachten) geven.

Hoofdluis

Hoofdluis is een probleem dat regelmatig de kop opsteekt. Een veilige manier om uw kind van hoofdluis af te helpen:

- Smeer het haar in met groene zeep en laat even inwerken met een handdoek om het hoofd.
- Kam het haar door.
- Spoel het haar goed uit met in het laatste spoelwater een scheut appelazijn of citroensap (ogen goed afdekken!).
- Doorkammen met de gewone kam en vervolgens met de luizenkam.
- Eventueel kunt u een druppel tea tree aan de groene zeep toevoegen, maar dit is

meestal niet nodig en sommige kinderen krijgen er hoofdpijn van.

Een lekker ontbijtrecept: Chia-zaadpudding - perfect voor ontbijters met weinig tijd want u maakt het de avond van tevoren.

Recept voor 2 personen:

400 ml amandelmelk

2 bananen

2 theelepels kaneelpoeder (variatie: kardemom, of vanille kan ook)

4 eetlepels chiazaad

gehakte nootjes (amandelen, pecannoten, walnoten, pistachenoten, alles kan)

eventueel grofgehakte pure chocola (minimaal 72%)

fruit naar keuze (bijvoorbeeld sinaasappel, blauwe bessen, of kies in de zomer voor zomerfruit)



Zo maakt u het:

Doe de melk met de bananen in een keukenmachine of blender, voeg de kaneel toe en mix tot een gladde massa. Doe in een kom (of alvast in twee grote glazen) en roer de chiazaadjes erdoor. Zet een nacht in de koelkast. Doe de volgende ochtend het fruit erbij en bestrooi met gehakte nootjes en de gehakte chocolade.

In plaats van amandelmelk kan ook een andere plantaardige melk gebruikt worden, bijvoorbeeld havermelk, kokosmelk of rijstmelk. In plaats van kaneel kunt u kardemom of vanille gebruiken. U kunt geraspte kokos toevoegen of een handje granola in plaats van de nootjes. De pudding smaakt ook prima als toetje na het eten.

Wij wensen u een mooie lente!

Zuiver

klassieke homeopathie voor mens en dier

Marijkestraat 4

2291 TK Wateringen

0174 290742

www.zuiver-homeopathie.nl



##unsubscribe_text##

