

(株)ミケーラによるセルフケア講座【2】

第5回：便秘・下痢・ガス・痔



株式会社 ミケーラ

〒150-0001

東京都渋谷区神宮前 4-1-24 オフィスイワタ第一 2F

TEL : 03-5856-8252 (受付時間:月~金曜日 10時~16時)

FAX : 050-3601-8808(24時間受付)

HP : ホメオパシーレメディ辞典 : <http://www.homeopathy-re.com>
(レメディ検索サイト)

E-MAIL : info@homeo-school.com

- 精神的なことが原因のガスなら
→200C 以上のポテンシー
- 慢性的な便秘・下痢・ガス・痔の問題には
→低いポテンシーと高いポテンシーの両方

慢性的な便秘・下痢・ガス・痔の問題は、根本的な対処が必要なことも多いので、
ホメオパスへご相談ください。

【便秘・下痢・ガス・痔へのレメディリポートの目安】

- 旅先で起こる便秘
慢性的でない下痢、ガス、痔の問題には
→6C・30C は、1日 5～7回症状が治まるまで、
同じ物を取る。
7回取って、変化が見られないなら、違うレメディ
に変える。
- 慢性的な便秘・下痢・ガス・痔の問題、
精神面が原因のガスには
→1日 1～3回、1ヶ月単位で同じ物を取る。



【3. 便秘・下痢・ガス・痔へのレメディレパートリー】

便秘全般

便秘へのレメディ	
便秘の No.1 レメディ	Bry.(ブライオニア) Calc.(カルカーブ) Cocc.(コキュラス) Lyc.(ライコポディウム) Nux-v.(ナックスボミカ) Op.(オピウム) Plb.(プラムバム) Psor.(ソライナム) Sil.(シリカ) Staph.(スタッフサグリア)

便秘へのレメディ	
(肛門の痒みを伴う便秘)	Nat-m.(ネイチュミュア) Nit-ac.(ニタック) Sil.(シリカ)
牛乳を飲むと良くなる便秘	Iod.(アイオダム)
排尿時だけ出る便秘	Aloe.(アロエ) Alum.(アルミナ)
高齢者の便秘	Alum.(アルミナ)
子どもの便秘	Alum.(アルミナ) Bry.(ブライオニア) Calc.(カルカーブ) Lyc.(ライコポディウム) Op.(オピウム)
歯が生える間に起こる子どもの便秘	Kreos.(クレオソータム) Mag-m.(マグミュア)
人工的な食品から起こる子どもの便秘	Alum.(アルミナ) Nat-p.(ナットフォス) Nux-v.(ナックスボミカ)

【メモ】

症状にあっているレメディを全て各一粒ずつ、ペットボトルのお水や 60 度以下の白湯に入れて、そのお水(白湯)を飲む方法がオススメです。(ホメオパシー用語で水ポーションと言います)。

下剤の乱用から慢性的になった便秘の場合、その下剤の毒出しが必要なこともあります。詳しくはホメオパスにご相談ください。

慢性的な便秘は自律神経の不調が関係していることがあります。

自律神経の不調は腸内細菌のバランスをとることで整えられることがあります。

腸内細菌のレメディについては、【豆知識】をご覧ください。

自律神経の不調の影響はホルモンバランスの乱れにもつながります。

ホルモンについては「ホルモン講座」を参照ください。

