

# (株)ミケーラによるセルフケア講座【3】

## 第5回:よく使われるレメディ(4)

\*\*\*\*\*



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 : ホーム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](mailto:info@homeo-school.com)

ホメオパシー通信講座へのお申し込みありがとうございます。  
株式会社ミケーラ代表でホメオパスの石井睦子(イシイムツコ)です。  
ホメオパシーを日々の生活に上手に使っていただけるように  
毎月テーマを決めてレメディを取り上げていきます。

ご質問や「これを取り上げて欲しい！」と言うテーマがございましたら  
メールもしくはお電話でご連絡下さいね！

是非楽しんでホメオパシーのレメディを学んで下さい。

それでは、セルフケア講座【3】 第5回の講座を始めさせていただきます。

---

## 【1. よく使われるレメディ(4)～マテリアメディカ】

セルフケア講座【3】 第5回目のテーマはよく使われるレメディ(4)です。  
5回目の講座では、下記12種類のレメディの特徴＝マテリアメディカを記載します。  
よく使われるレメディを日々携帯し、上手にホメオパシーを使ってくださいね。

1. Ign. : イグネシア(イグナチア豆)
2. Ip. : イペカック(吐根)
3. Led. : リーダム(野生ローズマリー)
4. Nux-v. : ナックスボミカ(マチンシ)
5. Op. : オピウム(アヘン)
6. Puls. : ポースティーラ(セイヨウオキナグサ)
7. Rhus-t. : ラストックス(ツタウルシ)
8. Ruta. : ルータ(ヘンルーダ)
9. Sep. : シイピア(イカ墨)
10. Sil. : シリカ(二酸化ケイ素)
11. Stram. : ストラモニューム(シロバナチヨウセンアサガオ)
12. Sulph. : ソーファー(硫黄)

※ よく使われるレメディ(4)のとり方に関しては、第1回目のテキスト『緊急時のレメディ』を  
参照下さい。

- 腸の収縮するような痛み
- 脱腸
- 肛門の焼けるような痛み
- ぎょう虫
- いきんでも便を出すことが難しい
- 白い沈殿物がある尿
- 濁って粘土のような色の尿
- 尿道の痛み
- 不正子宮出血
- 月経の遅れ
- 上半身の関節の引っ張られるような痛み
- 背中のかわばり
- 腰から臀部の辺りの痛み
- ふくらはぎや太もものけいれん
- 全身の痒み
- 夜中目が覚めた後、眠れない
- 昼間の強い眠気
- 夜中頻繁に目が覚める
- 寝ているときに大きな声を出す
- びくびく不安を感じるような夢
- 夜の全身のうっ血
- ふとんに入っても足が氷のように冷たい
- 大量の寝汗

### 【悪化】

午前に悪化する。夜に悪化する。頭が冷えた後に悪化する。休息すると悪化する。豚肉で悪化する。頭を使うと悪化する。屈むことで悪化する。濡れることで悪化する。音楽から悪化する。車に乗ることで悪化する。

### 【好転】

冷たい水で好転する。一人でいると好転する。体を動かすと好転する。

## Sil. : シリカ

### 【原材料】 二酸化ケイ素

### 【緊急時の使い方】

カルシウム代謝に関わるレメディなので、緊急時、カルシウムが不足したとき Calc.(カルカーブ)とともに、低いポテンシーの 12X で取ってほしいレメディです。



Sil.(シリカ／二酸化ケイ素)

### 【精神的症状】

心の中に葛藤をがあり、快活さがなく、腹を立てる傾向があります。読み書きから消耗します。

### 【大特徴】

- 顔や首、耳の辺りのリンパの腫れ
- 歩いた振動が頭にひびく
- おでこの圧迫痛
- うなじから頭頂部に上がってくる頭痛
- こめかみの刺すような痛み
- 視界に黒い斑点が見える
- 視界がぼんやりする
- 遠視
- 明るい光がまぶしい
- 戸外に出ると涙が出る