

**Kezelési javaslatok a COVID-19 betegek ambuláns, otthoni ellátásához
(akut és long-COVID lefolyás esetére)**

Összeállította: Dr. Kiss Eszter

Áttekintette / kiegészítette: Dr. Szőke Henrik

Verzió: 2021. 12. 20.

Terápiás javaslatok

Akadémikus orvoslás protokollját figyelembe véve: ae. szteroid, trombózis profilaxis, antibiotikum, oxigén vagy kórház.

Integratív medicina eszköztárából:

Szubsztancia					
Arsenicum album	Arsenicum album D20 globuli Wala	Arsenicum album D20 inj. Wala	Arsenicum album C30 (bármelyik elérhető cég)	lelki stabilizálásra is	
minden esetben ajánlott	Napi 1x5 golyó 3 napon át	Napi 1x sc. 3 napon át	Napi 1x5 golyó 3 napon át		
Ferrum phosphoricum	Pulmo/Vivianit inj. Wala	Vivianit D8 trit. Weleda	Meteoreisen globuli Wala	Ferrum phosphoricum D6 vagy D12 Schüssler só	Ferrum phosphoricum D6-D12 trit. Weleda
Minden esetben ajánlott az Énerő támogatására	Inhalálva 3x1 ml első két nap, majd 2x1 ml harmadik-negyedik nap, onnantól napi1x a tünetek enyhüléséig vagy napi 2x majd napi 1x sc.	3x1 késhegynyi 6 napig	3x5 vagy napi 1x sc. 1 hétig Hasonló, de több komponensű szer: Infludo Dil. Weleda - 20 csepp 2 dl-be, egész nap iszogatni 2-3 napon át. Főleg influenza-szerű tünetek fiataloknál, gyerekeknél.	3x1 tableta 6 napig	3x1 késhegynyi 6 napig

Szubsztancia					
Gelsemium Tompasággal, fejfájással járó láz	Gelsemium comp. glob. Wala 3x5 golyó néhány napig	Gelsemium C30 bármely gyártó napi 1x5 golyó 1-3 napig		végtag, izomfájdalom esetén is	
Bryonia Száraz köhögésnél	Pulmo/Vivianit inj Wala Inhalálva 3x1 ml első két nap, majd 2x1 ml harmadik- negyedik nap, onnantól napi1x a tünetek enyhüléséig	Bryonia/Stannu m inj. Wala Napi 2x sc. első két nap, majd napi 1x azt követően pár napig	Bryonia C30 bármely homeopátiás gyártó napi 1x5 golyó 1-3 napig	légzéssel, köhögéssel összefüggő mellkasi fájdalom esetén is	
Arnica Minden esetben javasolt a betegség 3. napjától, illetve a másodlagos láz állapotában	Arnica D30 globuli Wala napi 1x 5 golyó 3 napon át	Arnica C30 bármely gyártó napi 1x5golyó 3 napig			
Phosphor Bryoniát követően még fennálló pneumonia, görcsös köhögési rohamok	Phosphor D20 dil, Weleda Napi 2x5 csepp 3-4 napig	Phosphor C30 bármely homeopátiás gyártó Napi 1x5 golyó 1-3 napig	Pneumodoron 1 és 2 Weleda óránként váltva (Bryonia, phosphor, stibium tartaricum, aconit)		

Szubsztancia					
Kalium chloratum Minden esetben ajánlott a nyálkahártyák erősítésére, tisztulására, védelmére	Kalium chloratum D6 Schüssler só 3x1 tableta 1-2 hétig				
Stibium tartaricum, antimonium tartaricum Tapadós, nehezen felköhöghető váladék	Pulmo/Vivianit inj Wala Inhalálva 3x1 ml első két nap, majd 2x1 ml harmadik-negyedik nap, onnantól napi 1x a tünetek enyhüléséig	Antimonium tartaricum CH5 vagy 9 vagy 05 vagy D10, D12 bármely gyártó 3x5 golyó, majd egy hét alatt kiritkítani			
Mercurius Éjszakai izzadás, gyengeség, nyirokérítettség, a tüdőfolyamatok erősítésére	Mercurius C30 bármely gyártó Napi 1x5 golyó 1-3 napig				
Orrmellék-üregek gyulladása, a váladék elakadás esetén	Lachesis comp. glob. vagy inj. sc. Wala 3x5 pár napig, majd ritkítva (Belladonna van benne: az első napok gyulladós fázisában jó lehet, később	Kalium bichromicum CH5, vagy 9 vagy 15 vagy D10, D12 bármely gyártó 3x5 golyó, majd egy hét alatt kiritkítani arcüreg-érítettség	Quarz D12 Wala globuli 3x5 4-5 napig Nem "tisztá fej"	Cinnabaris CH5, vagy 9 vagy 15 vagy D10, D12 bármely gyártó 3x5 golyó, majd egy hét alatt kiritkítani homloküreg-érítettség	

Szubsztancia					
	váltani köv. oszlop)				
Argentum	Argentum met. praep. D8 - másodlagos láz, elhúzódó gyulladás 3x1 késhegynyi 1 hétig				

Külső beavatkozások párhuzamosan
– amennyiben a fent említett szerek nem elérhetőek, önmagukban is rendkívül hatékonyak

Összeállította: Wagner Andrea

A külsőleg alkalmazott kezeléseknél az ajánlásokon túl figyeljünk arra, hogy mi esik jól a betegeknek. Halljuk meg a visszajelzéseit (lehetne melegebb, kevésbé nedves, szoros, csípős stb).

Legyünk praktikusak: mi az, ami elsőre van otthon, beszerezhető, kivitelezhető. Nagyon jó, ha van ápoló személy (házastárs, barát/nő, családtag), de ha nem megoldható, a borogatások egyedül is kivitelezhetőek.

Az elmúlt két év ápolóinak és orvosainak tapasztalata, hogy az alábbi beavatkozások nagymértékben hozzájárulnak a gyógyuláshoz. Legalább olyan fontosak, mint a gyógyszerek.

	INDIKÁCIÓ	KONTRAINDIKÁCIÓ	KIVITELEZÉS
Gyógyszertári agyagos borogatópaszta	<p>Bármilyen jellegű köhögés esetén jó, de leginkább a heves, száraz köhögések jó csillapítója</p> <p>A legkevesebb előkészületet igényli, láz esetén és kisgyerekeknek is jól használható</p>	<p>Kakukkfűolaj érzékenység esetén az kimaradhat, levendulaolaj érzékenység esetén nem használható</p>	<p>A linken található videó tartalmazza a receptet is, amelyet vény nélkül, a patikában bemutatva is ki tudunk kevertetni</p> <p>https://youtu.be/zr1OZk82mlw</p>
Gyömbéres mellkasborogatás	<p>Nem lázas fázisban a gyulladás "befejezésére". Akár korai szakaszban is alkalmazható, hővel hatja át a ritmikus rendszert.</p> <p>Régóta tartó köhögés, nehezen felköhöghető váladék esetén a leginkább választandó</p>	<p>Láz, gyömbér okozta allergia vagy bőrirritáció</p>	<p>https://youtu.be/ZRYbDwhwdMM</p>
Túrós-joghurtos borogatás	<p>A legáltalánosabban használható. Egyszerre váladékoldó és köhögéscsillapító; gyulladáscsökkentő.</p>	<p>Tejfehérje okozta bőrirritáció (tejfehérje allergia nem feltétlen okoz bőrirritációt)</p>	<p>https://youtu.be/ifRFkBTspP4</p>
Cickafark-citrom mellkasborogatás	<p>Láz esetén is jól használható gyulladáscsökkentő és csillapító hatású borogatás. Megindítja a száraz köhögést a felszakadás irányába, csökkentheti az ingerköhögést. Nagyon jól "vezeti" a hűfolyamatokat</p>	<p>Ha a citrom bőrirritációt okozna, az kihagyható</p>	<p>1-2 evőkanál cickafarkot leforrázunk 1-1,5l vízzel. 10 percig fedő alatt állni hagyjuk, majd leszűrjük. 1 db bio-kezeletlen citromot a forró teában felvágunk. VAGY 1 db citrom levét a teába öntünk.</p> <p>A borogatást a mellkasborogatáshoz használt méretekben, de ehhez hasonlóan készítjük el:</p> <p>https://youtu.be/PROb-TPWQUA</p>

	INDIKÁCIÓ	KONTRAINDIKÁCIÓ	KIVITELEZÉS
			Nagyon hamar kihűlhet, gyorsan kell felhelyezni. Meleg takaró, melegítő palack használata sokat segíthet.
Levendulaolaj 3 év alatt 5%-os, 3 év felett 5%-os	Nyugtató, köhögéscsillapító, gyulladáscsökkentő	Levendula-érzékenység, allergia	Vízfürdőben felmelegített olajat a hát bőrén a mellkas szintjében körkörös en elkenünk és egy borogatókendővel beburkoljuk a beteg mellkasát hátulról előre. A vádli a mellkasváz "párja" az emberi testen. Egy levendulaolajos vádliborogatással is már sokat tudunk segíteni, ha valamiért a mellkas kivitelezhetetlen vagy nem esik jól a betegnek.
Plantago Bronchial-balsam WALA	Bármilyen köhögésre használható	Az összetevőkkel szembeni érzékenység	Ld. levendulaolajos borogatás

Emellett légzőtorna: NAGYON FONTOS. Orron át hasba lélegezzen a köhögési ingeret minimálisan átlépve egyre mélyebben. A mellkas kosár emelkedése helyett a rekeszizom megfeszítésével a tüdő alsó lebenyei kerüljenek megnyitásra. Óránként 4-5x 1-2 percre. A Buteyko féle légzés vagy a jóga hasi légzéséhez hasonlóan. Figyeljük, hogy ezáltal a szaturáció hogyan változik.

Felegyenesedés: a betegség során az Én erejének támogatására. A beteg - amennyire állapota engedi - üljön, járkáljon.

A bioritmus megváltozását nyugodtan követve pihenjen és legyen éber pillanatnyi igénye szerint.

A betegség utáni roborálás, lábadozás:

Az alábbi összefoglaló hosszan fejt ki, hogy mit tehetünk a betegség után. Ez is csupán egy összefoglaló. Az eredeti cikk linkje az összefoglalóban megtalálható.

Kiemelve a két-három legfontosabb készítményt:

- Levico D1 oldat WELEDA 3x10 csepp 1-2 hétig - a test kimerültsége esetén.
- Levico comp. globuli WALA 3x10 golyó 1-2 hétig - a test és a szív kimerültsége, de a két szer közül összességében bármelyik választható.
- Aurum D10/Prunus 3x10 csepp 1-2 hétig - a kökény a testi kimerültség ellen hat, az arany a depresszív hangulaton. Szívpanaszok esetén is hatékony. Szedhető a Levico-val együtt.
- Organum quadruplex globuli WALA 3x10 golyó 1-2 hétig - jelentős fogyás, nagy leépülés után a négy alapvető szerv támogatásával egy nagyon jó "alapozó", testi erősítő terápia.
- Roseneisen vagy Prunuseisen globuli WALA 3x10 golyó - kökény vagy rózsa a vitalitás fokozására, de itt nem arannyal, ahogy az Aurum D10/Prunus-nál, hanem vassal, tehát a "középső ember" anyagcsere oldalát támogatja jobban, míg az arany inkább a lelkit.

Bővepp post és long-covid összefoglaló egy alábbi posztban található