

# Det gode kvindeliv

- om homøopatisk behandling af kvindesygdomme

Alt for mange kvinder lider af kroniske sygdomme i underlivet. Disse sygdomme er irriterende og hæmmer livskvaliteten. Der er gode muligheder for at helbredelse ved behandling med homøopatisk medicin, sådan at man oplever øget livskvalitet og større frihed.

Af Heidi Hansen, antroposofisk terapeut



### Penicillinbehandling af underlivsbetændelser kan være direkte årsag til svamp

Kvindesygdomme som menstruationsmerter, PMS, svamp, udflåd, blærebetændelser og inkontinens betyder dårlig livskvalitet både fysisk og psykisk. Især når sygdommene bliver kroniske.

Løsningen på de almindelige kvindesygdomme er ofte lægeordineret medicin og forskellige håndkøbsremedier, som ikke fjerner årsagen til sygdommen, men istedet giver nyeskavanker. Fx kan penicillinbehandling af underlivsbetændelser direkte være årsag til svamp. Også svampeangrebene skaber så små sår i slimhinderne, som kommer til at stå åbne for bakterieangreb, der kan blive til nye betændelser i slimhinden og udflåd. For at blive helbredt, skal man både behandles for tendensen til svamp, betændelse i slimhinderne og fjerne årsagen til den oprindelige underlivsbetændelse.

Der findes en række muligheder for at behandle disse typiske kvindesygdomme med alternativ behandling, sådan at man bliver fri for disse skavanker. Artiklen her handler om behandling med antroposofisk medicin, som både virker fysisk, på sjælelivet og på åndslivet. De nævnte medikamenter kan alle købes i en helsekost, og man kan

også selv forsøge sig med at tage medicinen. Men det er klart, at de bedste resultater opnåes hos en professionel behandler, som tilrettelægger et individuelt behandlingsforløb.

Bliv undersøgt af din læge  
Start altid med at blive undersøgt af din læge. Det offentlige behandlingssystem kanger gennemførelse af undersøgelser (fx gynækologiske undersøgelser og udtagning af prøver), som alternative behandlere ikke kan og må.

Endiagnose fra en læge eller eventuelt en gynækolog kan også vise, om sygdommen er udtryk for en mere alvorlig sygdom. Den præcise diagnose er et godt udgangspunkt for at vælge den rette behandler og den rigtige behandling.

Om menstruationscyklus generelt  
Menstruationscykluser overordnet set et billede på, hvordan det står til med balancerne i kvindens underliv. En menstruationscyklus forløber ideelt set over 28 dage, fordi der så er en ideel balance mellem de opbyggende og nedbrydende kræfter i mennesket.



Når cyklusvarer mere end 28 dage er det et udtryk for, at den nedbrydende kræfter er for svage og ikke formår at skabe en udskillelse fysisk og mentalt. Er cyklus kortere end 28 dage eller er der tendens til pletblødninger, så virker de nedbrydende kræfter for kraftigt, og der sker en udskillelse, før end der er behov for det.

Tilsvarende er den ideelle længde af blødningen 5 dage i alt, hvor der blødes meget i tre dage og mindre i to dage. For kraftig udskillelse (blødning i flere dage) og for svag udskillelse (ringe eller slet ingen blødning) behandles også ud fra de ovennævnte principper. ▷





## Menstruationssmerter

Mange kvinder lider af smerter og mathed op til og i de første menstruationsdage. Nogle kvinder får også kraftig, migrænelignende hovedpine og kvalme. For nogle bliver løsningen på smerterne at tage en dag hjemme, spise smertestillende medicin og sige nej til krævende aftaler på disse dage.

Her bruges midlet Chamomilla Comp., som virker krampeløsende og beroligende. Midlet tages i en periode på mindst tre måneder, og vil så dels få smerterne til at forsvinde og dels virke regulerende på menstruationscyklus. Der kan komme en førstegangsførværring, sådan at smerterne bliver værre ved den første menstruation efter behandlingen er startet.

Chamomilla Comp. kan også anvendes til at stoppe akutte menstruationssmerter. Enten kan man tage 50 dråber i et glas vand og sippe dette vand langsomt over 1-2 timer. Eller man kan tage 30 dråber og massere dem ind i huden over de områder, hvor man har smerte. Det virker krampeløsende og smertestillende inden for 10 minutter!

Mange mennesker har også glæde af Chamomilla Comp. som middel til at behandle andre krampetilstande som fx mavesmerter, indre uro, anspændthed, søvnproblemer og stress.

Det er en god idé at behandle med Jern Vital H til kvinder, som mangler jern

## Regulering af cyklus

For mange kvinder er 3-5 måneders behandling med Chamomilla Comp. tilstrækkeligt til at få cyklus reguleret på plads i forhold til de 28 dage. Det gælder både, når cyklus er for kort eller for lang. Når behandlingen stoppes, er det vigtigt at cyklus bliver på de 28 dage. Hvis cyklus ikke bliver reguleret vedvarende til 28 dage, skal der behandles med et middel, som regulerer hormonbalancen mere indgribende.

Her anvendes Ovaria Comp. som virker opbyggende på livskræfterne i æggestokkene, sådan at de kvindelige kønshormoner reguleres. Dette middel anvendes både til at regulere cyklus og blødningsmængder, når der er tale om kroniske tilstande, som skyldes ubalancer i hormonsystemet. Ovaria Comp. virker således også fremmende på fertiliteten – og må ikke tages sammen med anden hormonbehandling eller hvis man har haft brystcancer.

Vær også opmærksom på, at blødningen også er forbundet med kvindens evne til at optage og "holde på jernet". Det er en god idé at behandle med Jern Vital H til kvinder, som mangler jern – dette middel støtter evnen til at optage jern og til at udskille jern i begrænsede mængder. Afhængig af den enkelte kvindes konstitution kan der også være behov for at understøtte jernprocesserne med andre midler.

Alternative behandlere ser, at PMS hænger sammen med kvindens psykiske tilstand generelt

## Præmenstruelt symptomkomplex

PMS er en samlet betegnelse for forskellige fysiske og psykiske symptomer, som optræder hos kvinder op til menstruationen. Fx nedtrykthed, irritation, træthed, ødemer, brystspændinger, søvnproblemer og hovedpine. For nogle kvinder bliver disse symptomer så slemme, at de må blive hjemme fra arbejde og ikke kan påtage sig ret meget.

Årsagen til PMS er lægeligt set store udsving i hormonernes aktivitet. Alternative behandlere ser også, at PMS hænger sammen med kvindens psykiske tilstand generelt. Herunder især hvor stort pres, kvinden oplever i forhold til pligter i hjemmet og på arbejdet.

PMS behandles inden for den antroposofiske lægekunst med midlet Agnus Castus Comp. som virker regulerende på hormonbalancen og generelt vitaliserer det hormonelle system via hypotalamus (en hormonkirtel i hjernen).

Midlet tages i 3-5 måneder.



## Udflåd

Kvinder oplever altid mere eller mindre udflåd i takt med den hormonelle cyklus. For nogle kvinder bliver mængden og karakteren af udflåd et større problem, som bør behandles.

Årsagen til udflåd ud over det sædvanlige kan være ubehandlede kroniske betændelsestilstande i hele underlivet, så derfor er det vigtigt at blive undersøgt og at gøre noget ved problemet. Er der tale om kroniske betændelsestilstande, kan de behandles med Mercurius Bijodatus Comp. (se også under blærebetændelse).

Når årsagen til udflåd ikke er tilbagevendende underlivsbetændelser eller kønssygdomme, kan udflåd fx behandles med Kalium Carbonicum Comp. Dette middel sætter skub i kroppens immunforsvar i forhold til at bekæmpe infektioner, samt styrker opbygning af nye og sunde slimhinder i underlivet.





Det er en god idé at drikke te af gyldenris og tranebærsaft, og at holde sig i ro og slappe af

## Blærebetændelse

Blærebetændelse mærkes ved svien i urinrøret og vedvarende tissetrang. Der kan være feber og træthed. Det farlige ved blærebetændelsen er, at den kan sprede sig op i nyrerne og give anledning til blandt andet nyrebækkenbetændelse. Derfor er det vigtigt, at blærebetændelser altid behandles.

Årsagen til blærebetændelse er at fremmede bakterier trænger ind i urinrøret, fx bakterier fra en seksualpartner eller bakterier fra skede og endetarm. Blærebetændelse kan også udløses af kolde fødder og for lidt tøj på underlivet. Det vil således være en god ide at holde lænden og fødderne varme, hvis man har tendens til blærebetændelse.

Akut blærebetændelse behandles med Cantharon som virker opbyggende på blærens slimhinde og styrker immunforsvarets evne til at bekæmpe betændelsen. Det er også en god idé at drikke te af gyldenris og tranebærsaft, og at holde sig i ro og slappe af. Varme bade og varme fodbade, samt en varmedunk på lænden er også både behageligt og virker positivt ind på helbredelsen.

Når blærebetændelsen er blevet kronisk og tilbagevendende bruges midlet Mercurius Bijodatus Comp., som er et specifikt middel til at skabe bevægelse i fastlåste sygdomsbil- leder, og særligt til sygdomme i underliv og slimhinder. Det er ofte en god idé at behandle med begge midler.

## Svamp

Svamp opleves som en ubehagelig kløe og svie i skedeåbningen. Nogle kvinder oplever også smerter ved samleje og ved vandladning. Svamp kan også være årsag til udflåd.

Svamp skyldes ubalancer i bakterierne i slimhinderne i underlivet, og årsagen er ofte at bakteriebalancen er ændret gennem medicinsk behandling med fx penicillin. Kvinder med sukkersyge har øget tendens til svamp.

Der findes forskellige specifikke midler til at behandle svamp, som er opstået af forskellige årsager. Her skal der stilles en mere præcis diagnose. For mange hjælper det at styrke leverens funktion ved at tage midlet Heparon i 2-3 måneder. Heparon styrker leverprocesserne alment og styrker leverens blodrensende effekt, som er et vigtigt element i at nedbryde toksiner, som svampene producerer.

## Overgangsalder

Mange kvinder oplever hedeture, træthed, psykisk ustabilitet, hjertebanken, søvnforstyrrelser og lette angstanfald i forbindelse med overgangsalderen.

Kliron er et middel udviklet specielt til at regulere disse fysiske og psykiske reaktioner på omstillingen af de hormonelle processer i forbindelse med klimakteriet. Kliron har alene en regulerende virkning, og stimulerer ikke hormonsystemet. Virkningen af Kliron indtræder øjeblikkeligt og opleves på den måde, at man får det bedre, får mere overskud og den psykiske belastning stopper. Midlet skal dog tages i 6 måneder for at skabe en vedvarende regulering af hormonsystemet.



## Inkontinens

Inkontinens er et stærkt generende problem, som for nogle mennesker bliver et kronisk problem. Problemet rækker lige fra småtseri, når man hoster og griner, til at man bare tisser lidt hele tiden, og ikke er bevidst om det.

Cirka 10 % af danske kvinder i alderen 40-64 lider af inkontinens, mens 20 % af kvinder over 64 lider af inkontinens (kilde: Statens Institut for Folkesundhed). Kvinder er mere udsat end mænd, formentlig fordi der sker større ændringer i kvinders underliv i forbindelse med graviditet og fødsler.

Til behandling af inkontinens bruges Bækken-Vital Q, som er et middel udviklet til at styrke kvindens bækkenområde helt generelt og et specifikt middel til behandling af inkontinens. Dette middel bør tages i 3-5 måneder, når problemet med inkontinens er blevet kronisk, og i 2-3 måneder når inkontinens er opstået i forbindelse med en fødsel. Det er også en god idé at lave bækkenbundsøvelser. Begge dele har den positive sideeffekt, at det også giver en bedre oplevelse af det seksuelle samliv.



Det følelsesmæssige aspekt af kvindesygdommene  
Kvindes følelsesliv er intimt forbundet med underlivet. Forandringer i følelseslivet påvirker underlivet, og omvendt. Årsagen til ubalancer i underlivet skyldes ofte følelsesmæssige oplevelser, som fortrængt eller uforløst. Fx følelser forbundet med seksuallivet, oplevelser ved graviditet og fødsler, samt følelser forbundet med fysiske indgreb i underlivet.

Gennem underlivet er en kvinde i stand til at virke så kreativt form skabende udi verden, at hun kan skabe nyt liv. Det er altså formentlig demest kreative kræfter i mennesket overhovedet, som virker gennem underlivet.

Når en kvinde har problemer med underlivet, så handler det altså også mere fundamentalt om hendes evne til at turde træde frem i verden og virke ud i verden gennem sine livs kræfter. Kroniske sygdomme i underlivet kan kun helbredes vedvarende gennem en forandring i følelseslivet, og ved at kvinden bliver i stand til at møde verden på en ny måde. Den antroposofiske medicin understøtter dette aspekt, fordi den som nævnt virker både fysisk, på sjælelivet og på åndslivet.



Antroposofisk medicin er homøopatiske midler, som fremstilles ved at fortynde (potensere) substans med vand, sådan at det færdige lægemiddel stort set ikke indeholder noget fysisk substans. Medicinen fremstilles ved at potensere metaller, mineraler, planter eller dyr (fx bier eller myrer).

Antroposofisk medicin produceres ud fra Rudolf Steiners anvisninger på fx hvornår planter skal sås, plejes og høstes, for at virke på en bestemt måde. Sigtet er at fremstille en medicin, som både har en helbredende virkning på de fysiske organer, på sjælelivet og på åndslivet.

Derfor består antroposofisk medicin ofte af flere forskellige substanser, sådan at lægemidlet både forløser gamle følelser, stimulerer organerne til en udrensning, samt giver en fornyet formdannende impuls til de opbyggende livskræfter.

I Danmark er det den almennyttige medicinproducent Allergica, som producerer antroposofiske lægemidler ud fra Rudolf Steiners anvisninger og ud fra retningslinierne i dansk lovgivning. Alle de nævnte midler i artiklen er fremstillet af Allergica og kan købes via en helsekost. Sørg for at få anvisninger med på, hvordan det enkelte middel skal tages, og hvordan antroposofisk medicin skal opbevares.



Heidi Hansen er antroposofisk terapeut og arbejder med irisanalyse, antroposofisk medicin og samtaleterapi.  
Læs mere på [www.helsepraksis.dk](http://www.helsepraksis.dk).



#### Litteratur og information

Foreningen Alma oplyser om antroposofisk homøopatisk medicin på en måde, som er tilgængelig for alle mennesker, som ønsker mere viden om antroposofiske lægemidler.

Læs mere på [www.almainfo.com](http://www.almainfo.com).

Naturlig hjælp til kvinder er en letforståelig pjecce som beskriver, hvordan homøopatiske midler fra Allergica kan anvendes til at behandle tidens kvindesygdomme. Pjecen kan fås via din helsekost.

Når Afrodite kommer ud af balance - antroposofisk homøopatisk behandling af kvindesygdomme, Peer Bach Boesen, Foreningen Alma 2008. Denne bog er skrevet til alternative behandlere og andre, som gerne vil forstå sygdomsbilledet bag tidens kvindesygdomme og

forskellige aspekter i behandling af disse sygdomme. Bogen kan købes via din helsekost eller lånes på biblioteket.

Lægekunst for krop, sjæl og ånd – grundlæggende principper i antroposofisk medicin, Peer Bach Boesen, Foreningen Alma, 7. udgave 2006. Denne bog er skrevet til alternative behandlere og andre, som gerne vil have en introduktion til den antroposofiske lægekunst. Bogen kan købes via din helsekost eller lånes på biblioteket.

Generel information om kvindesygdomme og uddybende forklaringer på nogle af de sygdomme, som er nævnt i artiklen fås via [www.netdoktor.dk/kvinder/sygdomme/](http://www.netdoktor.dk/kvinder/sygdomme/).