

## Poradte sa s našimi odborníkmi!

Napište nám e-mail na: [redakcia@mamaaja.sk](mailto:redakcia@mamaaja.sk) a pošlite svoju otázku do poradne pediatra, gynekológa, homeopata alebo psychológa.

chemikálie a cigaretový dym. To, že je astma bronchiálne dedičné ochorenie, ešte neznamená, že to zdedí práve vaše dieťa, aj keď máte predispozíciu v rodine. Otúžovaním, zdravým životným štýlom a vyhýbaním sa všetkým spúšťačom sa môžeme astme buď vyhnúť alebo uľahčiť už existujúci priebeh.

### ? Rozdiel medzi alergiou a intoleranciou

**Ako sa prejaví alergia na kravské mlieko a aké sú prejavy laktózovej intolerancie? Dcéra bola prednávnatou chorá (má 2,5 roka), mala aj hnačky, a tak nám naša lekárka odporučila dávať bezlaktózovú formulu. Už je to 3. týždeň a odmieta mliečnu formulu, ktorú sme jej doteraz podávali, vraj jej už také mlieko nechutí. Nebude problém v intolerancii alebo alergii?**

Alergia na mlieko a intolerancia laktózy sú dve odlišné ochorenia, ktoré však často bývajú zamieňané. Niektoré príznaky môžu byť podobné, ochorenia však majú úplne odlišnú príčinu. Kým v prvom prípade (alergia) sa jedná o neprimeranú reakciu imunitného systému, v druhom prípade (intolerancia laktózy) hovoríme o neschopnosti organizmu stráviť mliečny cukor, laktózu.

**Priznaky alergie na mlieko:** tráviace ťažkosti (hnačky, koliky, vracanie), kožné prejavy (atopický ekzém, žihľavka), respiračné ťažkosti (alergická nádcha, astma), v niektorých prípadoch aj neprospievanie a chudokrvnosť. Neprimeranú toleranciu na mlieko môže spustiť aj rotavírusová infekcia, alebo iná infekcia (GEA) gastrointestinálneho traktu. Veľmi často po GEA infekcii nastúpi laktózová intolerancia, ktorá v krátkom čase vymizne, cca o 3 mesiace.

Ak máte nejaké podozrenie, treba sa vybrať za pediatrom a odberom krvi potvrdíte alebo vylúčíte možnú alergiu alebo intoleranciu.

### ? Budia ho nočné mory

**Nášho 3-ročného syna začali trápiť sny. Uprostred noci sa zobudí so strašným revom, niekedy máme problém zobudiť ho a upokojiť. Čo je príčinou nočných mory u detí a dokedy máme počítať, že to bude trvať? Žije v harmonickom rodine, žiadne hádky, stresy... Nevie, kde hľadať problém?**

U malých detí je veľmi časté živé prežívanie celodenného programu počas spánku. Nemusí to znamenať nič zlé. To, čo dieťa po celý deň zažije, prípadne pozerá v „telke“, v noci môže opäť prežiť. Môže za to aj škôlka, možno tam zažije niečo, čo nevie spracovať. Dôvodov je naozaj veľa, a nemusia znamenať vôbec nič. Dieťa sa snažíme utíšiť, pritúlíme si ho. Vo večerných hodinách sa snažíme, aby sa nerozrušovalo, napr. pozeraním večerných správ, ktoré môžu mať takýto vplyv na dieťa, hoci nám to často ani nenapadne. Samozrejme, ak je stav dlhotrvajúci a nefungujú rodičovské recepty, tak je namieste vyhľadať detského psychológa, ktorý vám odborne poradí nejakú fintu, ako na vaše dieťa.



## Poradňa homeopata

Na vaše otázky odpovedá  
**MUDr. Richard Wagner**  
lekár homeopat

### ? Pomoc na každý kašeľ?

**Pán doktor, STODAL je vraj aj na suchý, aj na vlhký kašeľ. Klasická medicína má však na každý typ kašľa iný prípravok, skutočne tento sirup pomôže na oba druhy kašľa?**

Áno, máte pravdu. Stodal je výborný homeopatický prípravok, ktorý obsahuje hneď niekoľko zložiek a je zostavený tak, aby zodpovedal všetkým fázam respiračnej infekcie dolných dýchacích ciest. Určite to poznáte. Najprv nás začne škriabať v hrdle, zväčša sa uzliny na krku, pridruží sa teplota, ďalšie dni nevieme ani rozprávať, pretože nás hneď dráždi na suchý kašeľ, prípadne sa kvôli kašľu vôbec nevyspíme. U detí aj u dospelých vie byť kašeľ veľmi vyčerpávajúci. V ďalších dňoch sa objaví vykašliavanie, ktoré môže byť značne bolestivé. Aj po uzdravení môže kašeľ ešte dlhý čas pretrvávajúť, pretože priehličky sa upokojujú veľmi pomaly. Stodal vďaka svojmu zloženiu účinkuje vždy na aktuálne prejavy infekcie a pomôže nám prekonať respiračné ochorenie spojené s kašľom oveľa rýchlejšie a jednoduchšie.

### ? Opakované mykózy

**Mávam opakované mykózy, bolo by možné používať niečo z homeopatických prípravkov? Ako sa, vlastne, homeopatia díva na časté mykózy (mávam aj biely jazyk, takže ju možno mám aj inde v tele, nielen ako vaginálnu mykózu – ktorá ma však často trápi).**

Je veľmi pravdepodobné, ako aj sama píšete, že problém bude hlbší, vaginálna mykóza je iba špičkou ľadovca. Opakované mykotické ochorenia kože a slizníc sú klasickou medicínou veľmi ťažko ovplyvniteľné a sústredujú sa zväčša na potlačanie lokálnych prejavov, ako napríklad výtoky, pálenie, svrbenie, atď. Chemický boj so samotným pôvodcom infekcie je veľmi zdĺhavý a výsledok častokrát iba dočasný. Prínos homeopatie je v podobných prípadoch o to cennejší. Homeopatická liečba by mala spočívať v detoxikácii pečene prípravkom *Gastrocynesine 2x* denne 1 tableta alebo jednozložkovým liekom *Nux vomica 9 CH 5 granúl 2x* denne. Je potrebné upraviť črevnú dysbiózu diétou s obmedzením konzumácie cukrov a bielej múky a zaradením kvalitných probiotík. Medzi najúčinnšie homeopatické lieky vaginálnej mykózy patrí *Helonias*, *Carbo animalis*, *Sepia* a *Pulsatilla*. Treba spomenúť aj špecifickú homeopatickú liečbu nozodami, ktorá však patrí do rúk lekára – homeopata.

### ? Podpora tvorby mliečka

**Mám 5-mesačnú dcérku a už asi druhý mesiac užívam RICINUS COMMUNIS 5 CH. Myslím si, že tvorba mlieka je (snáď) stabilizovaná, mám ho dostatok, môžem liek vysadiť alebo ako upravovať dávkovanie? Ak by sa následne tvorba mliečka zhoršila, môžem liek opätovne nasadiť? A čo, keď budem chcieť dojčenie ukončiť? Plánujem do cca 1 roka. Ďakujem za odpoveď.**

*Ricinus communis* je veľkým pomocníkom pri problémoch s laktáciou tak, ako to preukázal aj vo vašom prípade. Toto homeopatikum dokáže jeden malý zázrak. V závislosti na potencii lieku (číslo za názvom, napr. 5 CH, 9 CH, 30 CH) dokáže tvorbu mlieka zvyšovať, alebo znižovať až zastaviť, ak je to potrebné. Vo vašom prípade by som navrhol nasledovné: pokračujte v užívaní lieku 5 granúl 1 – 2x denne. V prípade, ak by tvorba mlieka nebola dostatočná, vráťte sa k trom dávkam za deň. Po odstavení dieťaťa znížená frekvencia dojčenia a sania z bradaviek spôsobí prirodzené zastavenie tvorby mlieka. U mnohých žien však pretrvávajúca mliekotvorba aj po odstavení. Iba v týchto prípadoch predpisujeme liek *Ricinus communis* v potencii 30 CH 5 granúl 1x denne až do zastavenia sekrécie.

