



**50 věcí o homeopatii, které byste měli vědět:
praktický průvodce základy homeopatie**

Hana Zachariášová

1. vydání vlastním nákladem

Brno: Tribun EU 2026 – 171 stran

© Hana Zachariášová, 2026

ISBN 978-80-11-08473-8

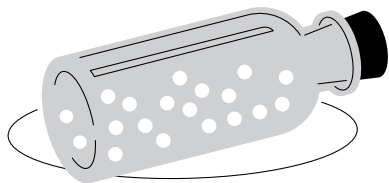


**50 věcí
o homeopatii,
které byste
měli vědět**

**PRAKTICKÝ PRŮVODCE
ZÁKLADY HOMEOPATIE**

HANA ZACHARIÁŠOVÁ





Věnování

všem, kteří mají stále víru a naději v to,
že se jim jejich ztracené zdraví jednoho
dne vrátí zpět





Anotace

Léčíte se homeopaticky? Nebo je pro vás homeopatie zatím jednou velkou neznámou a chcete se v ní zorientovat předtím, než se do homeopatické léčby pustíte? Pokud tiše kýváte, pak je tato kniha napsaná přesně pro vás.

Homeopatie není žádná magie. Je to umění a věda zároveň, která se opírá o řadu pevně daných principů a zákonitostí.



Cílem knihy, kterou nyní držíte v ruce, bylo sepsat pro laickou veřejnost o klasické homeopatii ty úplně nejdůležitější (a zároveň praktické) informace bez zbytečně odborných termínů.

Věřím, že vám, kteří se chcete pomocí homeopatie zbavit zdravotních problémů u sebe, svých dětí či širší rodiny, tato kniha poskytne solidní základy, na kterých pak můžete dál stavět.





Poděkování

Mé díky patří mým klientům a sledujícím na sociálních sítích, jejichž dotazy mi byly inspirací k vytvoření obsahu této knihy.

Děkuji také Petře Bergrové za podnětné připomínky, Jaroslavu Janoškovi za pečlivé korektury a Martině Lagové za grafiku knihy přesně podle mých představ.

Obrovský dík patří mému manželovi Petrovi, který je mi tou největší oporou, ať jde o osobní či pracovní život, které se u nás dvou tak často prolínají.





Obsah

ČÁST PRVNÍ

Homeopaté — **17**

ČÁST DRUHÁ

Homeopatické léky — **73**

ČÁST TŘETÍ

Homeopatická léčba — **123**





Předmluva autorky

K homeopatii jsem se poprvé dostala díky svým rodičům už jako dítě, když mě sužovaly zdravotní problémy, se kterými si klasická medicína rady nevěděla. Homeopatie mi tehdy opakovaně pomohla a od té doby je důležitou součástí mého života.

Jelikož jsem si pak v dospělosti i jednoho homeopata vzala za manžela, musí být teď každému jasné, že můj život se kolem homeopatie dennodenně točí. Homeopatie však není jen o tom, že člověk při svých neuduzích užívá místo konvenčních léků ty homeopatické.

Je i o jiném náhledu na život a nemoci jako takové. Může nás přivést k hlubšímu pochopení souvislostí mezi psychikou a fyzickým tělem. Pomáhá nám také vnímat nemoc ne jako nepřítele, kterého je třeba se okamžitě zbavit a umlčet ho, ale jako signál, že je v našem těle něco v nepořádku a je třeba najít cestu zpět k rovnováze.

Znalost principů homeopatie nás také vede k pochopení, že homeopatický lék je třeba brát až ve chvíli, kdy tělo danou situaci nezvládá vlastními silami, nikoliv pokaždé, když se objeví i drobný problém, jako je třeba modřina, odřenina, rýma či mírné nachlazení.

Pokud budu mluvit z vlastních zkušeností z praxe, klienti se velmi liší v tom, s jakými znalostmi o homeopatii za mnou poprvé přicházejí. S informovaným klientem je spolupráce bezesporu snazší, protože ví, co od homeopatie (a ode mě) čekat a jak přistupovat k různým situacím, které během terapie mohou nastat.

Proto jsem vytvořila tohoto přehledného průvodce, který obsahuje o homeopatii to nejdůležitější a zároveň čtenáře nezahrne odbornými termíny.

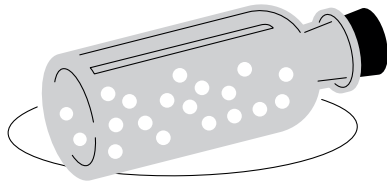
Jednotlivé kapitoly knihy se dělí do tří logických a na sebe navazujících celků. První se týká homeopatů, druhý homeopatických léků, třetí homeopatické léčby. Nejlépe tedy uděláte, když jednotlivé kapitoly nebudete číst na přeskáčku, ale postupně tak, jak jdou za sebou.

Přeji vám, ať je pro vás tato kniha přehledným a srozumitelným rádcem, který vám svým obsahem odpoví na otázky, jež o homeopatii máte.

Srdečně Hana Zachariášová



Homeopaté



HANA ZACHARIÁŠOVÁ





1. Čím se liší homeopat od klasického lékaře

Pro nejlepší možnou míru uzdravy nemocného člověka je největším přínosem, když se spojí výhody moderní medicíny i homeopatie. Závisí pochopitelně i na tom, jaký problém konkrétně řeší. Každá z těchto metod má totiž své silné a slabé stránky.

Moderní medicína je nenahraditelná u akutních úrazů či nehod, kdy je potřeba rychlá a odborná pomoc. Její výhodou je také dostupnost různých vyšetřovacích metod, které nám umožňují detailně zjistit, co přesně se v těle nemocného člověka děje.

Například pomocí krevních testů umíme zjistit nedostatek vitamínů či přítomnost zánětu v těle. Ultrazvukem si zobrazíme vnitřní orgány a odhalíme kupříkladu cystu na vaječnících, která může způsobovat řadu dalších gynekologických problémů, díky magnetické rezonanci zase odhalíme například vrozené vývojové vady.

Homeopatii zase většina lidí vyhledává z důvodu přetrvávajícího chronického onemocnění, které se za pomoci konvenčních léků nedaří plně vyléčit. Takoví lidé nechtějí užívat (mnohdy doživotně) „chemické“ léky (např. léky proti alergii, astmatu, vysokému krevnímu tlaku, depresi, úzkostem, nespavosti, hormonální či protizánětlivé léky apod.).

Součinnost obou přístupů, tedy homeopatie a moderní medicíny, je ale možná. Pokud se homeopaticky podaří chronické onemocnění významně zlepšit či úplně odstranit a pacient je již na konvenční medikaci, je potom rozhodnutí o případném vysazení či snížení dávek „chemických“ léků v rukou ošetřujícího lékaře.

Klasický konvenční lékař a homeopat se však ve svém přístupu k nemocnému člověku liší, a to hned v několika ohledech.

Představme si ty dva hlavní:

- **Pohled na nemoc a cíl léčby**
- **Přístup k předpisu léku**

Pohled na nemoc a cíl léčby

Klasický lékař vnímá nemoc jako poruchu, kterou je třeba potlačit nebo minimalizovat její projevy. U chronické nemoci je tedy člověk odkázaný na dlouhodobé (často celoživotní) užívání léků, které soustavně potlačují projevy onemocnění.

Homeopat vnímá nemoc jako projev nerovnováhy celého organismu na více úrovních – fyzického těla, emocí i mysli.

Cílem je vybrat takový lék (či více léků v určitém časovém rozestupu), který odstraní samotnou příčinu nemoci a pomůže tím tělu dostat se zpět do rovnováhy – tedy ideálně do stavu, kdy člověk nemá projevy onemocnění a nemusí trvale užívat žádné léky, a to konvenční ani homeopatické.

Přístup k předpisu léku

Konvenční lékař předepisuje léky podle diagnóz. Pokud má například dítě problémy s ekzémem, dostanou pro něj rodiče mast s obsahem kortikoidů – úplně

stejnou mastičku jako rodiče jiného dítěte s totožným problémem. Nebere se tedy nijak v potaz individualita každého dítěte (např. jeho psychický stav). Nejpodstatnější ke stanovení léčby (tedy předpisu kortikoidní masti) je diagnóza (ekzém).

Pro homeopata však diagnóza „ekzém“ není dostatečným vodítkem k předpisu žádného léku. Potřebuje nejdříve vědět více informací **o dítěti, které ekzémem trpí.**

Zajímá ho například, zda se problémy rozvinuly po nějaké konkrétní události, jak přesně se projevují, kde je vyrážka lokalizována a jak vypadá, jaký je psychický stav dítěte, když ho ekzém svědí, co projevy ekzému zhoršuje či zlepšuje, v jakou denní či noční dobu ekzém svědí nejvíce, jaké má dítě chuťové preference či averze, jak funguje zažívání, zda se dítě někde na těle výrazně potí a jaký má pot zápach či jaké další potíže mimo ekzém toto dítě trápí.

Výstupem homeopatické konzultace potom tedy je, že různé děti se **stejnou diagnózou** (ekzémem) od homeopata odcházejí s doporučením na **různé**

homeopatické léky – každé z nich tedy dostane lék vybraný přesně „na míru“. U jednoho dítěte s ekzémem může být indikovaný lék *Graphites*, u dalšího *Lycopodium*, třetí dostane *Medorrhinum*, čtvrté *Psorinum*, páté *Anacardium* atd.



2. S čím vám homeopat může a nemůže pomoci

Homeopatie může být nejvíce účinná u onemocnění tzv. **funkčního charakteru**. Jde o nemoci, u kterých ještě nedošlo k trvalému poškození konkrétního orgánu.

Jedná se například o tato **chronická** onemocnění:

- migrény, nespavost,
- úzkosti, deprese, panické ataky, problémy se soustředěním či pamětí, ADHD (porucha pozornosti s hyperaktivitou),

- potíže s nepravidelnou či bolestivou menstruací, návaly horka v menopauze, premenstruační syndrom (PMS),
- problémy s kojením, výkyvy nálad po porodu, záněty prsou, opožděný psychomotorický vývoj, problémy s růstem zubů,
- astma, alergie, ekzémy, bradavice,
- zánětlivá střevní onemocnění, syndrom dráždivého tračníku, reflux, histaminová intolerance (HIT), potravinové alergie či intolerance
- a jiné.

Homeopatii lze využít i u potíží s oslabenou imunitou (např. opakující se záněty průdušek, laryngitidy, záněty středouší, dutin či spojivek, urologické nebo gynekologické záněty).

Benefity této metody lze využít jak v jejich **akutní fázi**, tak i v situaci, kdy se potíže opakují. Cílem homeopatické léčby je pak celkově zlepšit obranyschopnost.

Organismus pak reaguje vitálněji (zdravěji) – třeba rýma, která před homeopatickou léčbou snadno přecházela v zánět průdušek (bronchitidu), po úspěšné terapii na průdušky už „nasedat“ nebude.

Celkovou úspěšnost homeopatické léčby ovlivňuje několik faktorů, mezi které patří vedle výběru **správného** homeopatického léku také včasnost zahájení homeopatické léčby (čím dříve se problémy začnou homeopaticky řešit, tím lépe). Pozitivní výsledek homeopatické léčby naopak není primárně ovlivněn vírou člověka v homeopatii (tzv. placebo efektem).

Bezesporu platí, že placebo efekt je fenomén, se kterým se setkáváme prakticky u jakékoliv léčebné metody (včetně konvenční medicíny i homeopatie). Objevuje se například v situaci, kdy člověk s depresemi přijde řešit svůj problém s homeopatem, vypovídá se ze svých problémů a pár dnů po návštěvě či užití léku se cítí opravdu lépe. V případě placebo efektu ale zlepšený stav nemívá dlouhého trvání.

Při správné homeopatické léčbě obvykle naopak nastává nejdříve zhoršení. Neznamená to, že se musí

nutně zhoršit deprese jako taková. Může se nejdříve na několik dnů prohloubit kupříkladu nepřekonatelná únava a spavost, která depresi u konkrétního člověka doprovází. Až poté se začne hlavní problém (deprese) spolu s energií zlepšovat.

Existují i potíže, se kterými si homeopatie poradit neumí. Jde o tzv. **strukturální změny**, kdy již došlo k nevratnému poškození nějakého orgánu či tkáně.

Zde své využití nachází metody jiné. Konkrétně třeba u otevřené zlomeniny je nutný chirurgický zákrok lékaře, u zablokované krční páteře zase návštěva fyzioterapeuta, který tuto mechanickou blokádu odstraní.

Ke strukturálním změnám orgánů dochází také vlivem pokročilé fáze některých onemocnění. Jedná se např. o situace, jako je pozdější stadium artrózy (úbytek kloubní chrupavky) či aterosklerózy (postupné ucpávání cév).

V těchto případech homeopatie neumí pomoci k plnému uzdravení, dokáže pouze zmírňovat následky a zlepšit celkový stav (např. snížit intenzitu bolesti, zvýšit

energii, zlepšit psychiku a tím i kvalitu života, popř. zamezit dalšímu zhoršování onemocnění).



3. Než se vydáte k homeopatovi, je vhodné znát svou lékařskou diagnózu

Homeopatické léky se sice nevybírají primárně podle lékařské diagnózy, ale i v případě, že se chcete léčit homeopaticky, je přínosné svou diagnózu znát. Proč?

Protože vám homeopat bude schopen na jejím základě a podle informací, které od vás ještě sám při konzultaci získá, lépe stanovit prognózu – tedy předpokládaný vývoj vašeho stavu z homeopatického úhlu pohledu, který se může lišit od prognózy klasického konvenčního lékaře.

Ukažme si to na konkrétním případě ženy, která nemá menstruaci. Trápí ji tedy tzv. amenorea (tj. vynechání menstruace u ženy, která je ve věku pohlavní zralosti).

Existují ženy, kterým se podařilo úspěšně navrátit menstruaci cestou homeopatické léčby. Přesto ale nelze tvrdit, že amenorea je stejně snadno řešitelná u každé ženy, kterou tento problém trápí. Žena totiž může přestat menstruovat z mnoha různých důvodů a každá z následujících situací má zcela odlišnou prognózu.

Pokud se amenorea objeví v důsledku prožití silného emočního stresu, na který tělo zareaguje zastavením menstruačního cyklu, může být problém homeopaticky řešitelný, protože je tzv. funkční. Podobné je to i u nepřítomnosti menstruace např. kvůli poruchám štítné žlázy, jejíž špatná funkce může s amenoreou klinicky souviset.

Zcela odlišná situace však nastává u ženy, u které se menstruační cyklus zastaví kvůli tomu, že ji „přestanou fungovat vaječníky“ (jde o tzv. předčasné selhání vaječnic). V takovém případě totiž ve vaječnicích již není žádná rezerva vajíček, což je důvodem pro nepřítomnost menstruace.

Přestože homeopatie může při předpisu správného léku hormonální rovnováhu v těle ženy účinně podpořit,

počet vajíček znovu obnovit nelze. Ženy se totiž s určitou zásobou vajíček ve vaječnících již narodí a nová vajíčka se během jejich života už netvoří. Proto je tedy tento stav homeopaticky bohužel nevratný.

Podobné je to například i s neplodností. Pokud je na straně ženy a je způsobena problémem funkčního charakteru (třeba syndromem polycystických vaječníků), může být řešitelná homeopaticky.

K úplnému odstranění těchto potíží je však většinou potřeba delší čas a postupné podání několika různých homeopatických léků (nikdy ne zároveň, ale po jednom v určitém časovém rozestupu), než dojde k přirozenému obnovení menstruačního cyklu a vymizení dalších příznaků této choroby.

Možnost homeopatické pomoci se nabízí například také u opakovaných potratů. Vzpomínám si v souvislosti s tímto na jednu ženu ze své praxe. Prožila během dvou let pět spontánních potratů a byl jí diagnostikován tzv. antifosfolipidový syndrom (stav, kdy dochází ke zhoršení průtoku krve v placentě, což často vede ke ztrátě plodu). Po homeopatickém

léku do pár týdnů přirozeně otěhotněla a donosila zdravé miminko.

I v případě neplodnosti ale existují situace, kdy je pomoc cestou homeopatické léčby prakticky nemožná, například pokud jde o srůsty nebo absenci vejcovodů či vrozené vývojové vady dělohy. V těchto případech se totiž jedná o strukturální, nikoliv funkční poruchy.



4. Co vás čeká na vstupní konzultaci u homeopata

Hlavním úkolem homeopata je vybrat vám lék takzvaně „na míru“. Proto také každá konzultace probíhá jinak a neexistuje žádný univerzální dotazník, který by bylo možné u každého člověka použít.

Homeopata zajímají příznaky **fyzické** (např. ekzém, migrény, astma, bradavice, zažívací problémy). Důležitá je také vaše **psychika** (zda máte nějaké strachy, úzkosti, stavy paniky, deprese) i **mentální stránka** (např. problémy s pamětí nebo se soustředěním).

Homeopat se bude pravděpodobně ptát i na vaše chuťové preference či averze, pocení a jeho intenzitu či místo výskytu na těle, oblíbenou polohu na spaní, kdy máte přes den nejvíce a kdy naopak nejméně energie nebo zda za rozvojem vašich problémů stojí nějaká konkrétní událost (např. rozchod, rozvod, úmrtí blízkého, přestěhování, partnerská krize, traumatizující zážitek).

U každého příznaku je nejpodstatnější zjistit, co jej zhoršuje či zlepšuje a **jak přesně se projevuje**. Například někoho hlava bolí výrazně nad levým okem, u jiného člověka se zase bolest šíří ze zátylku dopředu do čela, další má bolesti pulzujícího či píchavého charakteru nebo je popisuje jako velmi proměnlivé, protože každá epizoda bolesti hlavy probíhá jinak.

U malých dětí jsou zase důležité otázky např. na průběh porodu a případné zdravotní komplikace s ním spojené. Homeopat se tedy může ptát třeba na to, zda při porodu nedošlo k poranění hlavičky z důvodu použití kleští nebo tzv. VEXu (vakuumextrakce je metoda k usnadnění vaginálního porodu za

pomoci speciální přísavky, která pomáhá dítěti ven z porodních cest). Důležité mohou být také informace o hypoxii (nedostatku kyslíku) či o tom, zda bylo dítě po porodu promodralé, v křeči nebo zda přišlo na svět císařským řezem.

Pro předpis homeopatického léku u malých dětí hraje roli také psychomotorický vývoj (kdy dítě začalo chodit, mluvit, zda bylo v něčem vývojově výrazně dopředu či naopak pozadu), růst zubů (kdy zuby začaly růst, jak prořezávání zoubků dítě snášelo či jaké problémy konkrétně u něj mělo), zda příjem mateřského mléka probíhal bez potíží nebo byl problematický, jak dítě přibíralo na váze atd.

Ze vstupní konzultace od homeopata odejdete:

- s doporučením na **jeden** homeopatický lék (např. *Alumina, Sulphur, Petroleum, Phosphoricum acidum, Carbo vegetabilis, Dulcamara*),
- s informací o vhodné **potenci léku** neboli jeho ředění (např. 30C, 200C, 1M),