



Aprócska nő aprócska irodában. **Dr. Vajna Adél** a gyermekei fényképét rendezgeti, amikor belépünk a fogászati klinikán berendezett rendelőjébe. Leesett a keret, és már hiányoznak a lányok – mosolyog.

Napfényes szobácska, íróasztal, ágy, szekrény. Minden, ami egy orvosi rendelőhöz szükséges, csak a vitrinben nem tablettás dobozok, hanem golyócskás téglék sorakoznak. Játékok a földön, a tárolóban jelzik, hogy sok gyerek jár erre.

Nehéz időpontot egyeztetni a doktornővel, főszézonban sajnálja a beszélgetésre fordított időt a betegeitől, családjától. **„De be lehet jutni hozzám”** – utal arra, hogy a betegek is gyakran kérdezik, hány héttel kell előre jelentkezni, ha homeopátiás kezelést szeretnének igénybe venni.

A homeopata szakorvos csíkszentdomokosi származású, ide jött férjhez, és ötéves korától tudja, hogy orvos szeretne lenni. De nem sebész, mint a rezidensek többsége az orvosi sorozatokban. Tipikus pályaorientációt követett: beteges gyerekként **arra vágyott, hogy felnőtt korában meggyógyítsa saját magát és a családját**.

De mi lesz a beteggel?

Az orvosi egyetem utolsó két évében „nagyon jó irányító tanárral fogtunk hozzá egy komoly államvizsga dolgozat elkészítéséhez. Nagyon szépen meg volt minden fogalmazva, dokumentálva, de amikor a gyógyításra került volna a sor, kiderült, hogy nincsen rá gyógyszerünk. Nagy csalódás volt. Gyönyörű diagnózisok, papíron minden rendben, de **arra, hogy a beteg gyerekekkel, a családdal mi lesz, nem volt válasz**

" – meséli Adél.

Ezzel szinte egy időben, hatodéven részt vett a *Magyar Homeopata Egyesület* egyik előadásán, és úgy érezte, ez érdekes, meg kell próbálnia, hogyan működik. Saját magán tesztelte, annyira bevált a dolog, hogy „megvolt a kezdeti rosszabbodás, aztán a gyógyulás”.

Mivel Romániában abban az időben csak Bukarestben volt, és ott is csak elméleti oktatás, Budapestre ingázott a Magyar Homeopata Egyesület továbbképzésére. A hároméves és háromszintű képzés két elméleti és egy gyakorlati vizsgával zárult, az Európai Unió által akkreditált diplomát itthon egy különbözeti vizsga letételével ismerték el.

Mivel egy fiatal orvosnak „többet, adni nem lehet”, mint ülni, és nézni tapasztaltabb kollégáját, amint gyógyít, heteket, hónapokat töltött a családjától távol. Mellette rezidensként dolgozott és felváltva szülési szabadságon volt. A homeopátiás mellett családorvosi szakvizsgát is tett.

„Nagyon szerencsés vagyok, hogy ilyen családom van. Ahogy kijelentettem, hogy ezzel szeretnék foglalkozni, rögtön támogattak a szüleim és a férjem is, rendezték a gyermekeket, míg tanultam. Nélkülük nem is lehetett volna” – ismeri el Adél, hogy nem könnyű egy pályakezdő orvosnő élete, ha családot és egy kicsike karriert is akar.

A betegség lelke

A homeopátia egyébként **az orvostudomány egy alternatív, kiegészítő ága**, nem a hagyományos nyugati orvoslással szemben létezik, hanem inkább mellette, kiegészítésként alkalmazzák. Információs terápia – hangsúlyozza a doktornő.

A könnyebb lefolyású légúti betegségeket például önállóan is gyógyítani tudják vele, a komolyabb betegségeknél, mint amilyen az onkológiai kezelés is, a beteg életminőségét tudják javítani, a gyógyulás folyamatát képesek gyorsítani vele.

A diagnózis felállítása nagyon különbözik a hagyományostól. Egy első találkozás a szokásos 5-10 perc helyett akár másfél órát is eltarthat, és épp a bugyink színét nem kérdezik meg.

Gyakran kérdőívet alkalmaznak a beteg és felmenői kórképének, személyiségének, viselkedésének megismerésére, de Adél lemondott erről.

A környéken ugyanis zárkózottabbak az emberek, írásban nagyon korrekt, szinte hivatalos válaszokat adnak, de **nem ismerzik meg belőlük a személyiség, ami a homeopátiában ugyanolyan fontos, mint a testi tünetek** – holisztikus szemléletmódnak nevezik ezt, az embert nemcsak szervek összességéként, hanem test-szellem-lélek egységeként felfogó megközelítést.

Begolyózás alapfokon

A szereket főleg golyócskák, esetleg oldat formájában kell bevenni, étkezések között, és szopogatni, hogy a hatóanyag információja a nyálkahártyán keresztül szívódjon fel. Adél sorolja, mire jók: **külföldi hatástanulmányokban a felső légúti, csont-ízületi betegségek esetén különösen hatékonynak bizonyultak.**

A nőknél a menopauza tüneteit, fejfájást, gyerekeknél és férfiaknál az allergiás megbetegedéseket, köztük az atópiás dermatitist tudják jól kezelni a homeopátiával.

A kiindulási anyagok növényi, ásványi, vagy állati eredetűek, többnyire mindegyikük megtalálható a természetben – mondja a doktornő. „A homeopátia lényege, hogy a hasonlósági szabály alapján írjuk fel a gyógyszereket, vagyis **a beteg tünetei hogyan hasonlítanak egy homeopátiás gyógyszerképhez** .

A gyógyszerképeket az orvosnak a homeopátiás képzés során ugyanúgy meg kell tanulnia, ahogy a gyógyszerészeknek, és ezeknek a gyógyszerképeknek az alapja a gyógyszervizsgálat és a pontos megfigyelés".

Például? Egy konkrét betegséget tudnál mondani?

Vannak például olyan növények, melyekkel, ha az ember találkozik, egy mérgezési kép alakul ki. Most nem a klasszikus hagymára fogok hivatkozni, hanem a mérges szömörccére.

Ha bőrön keresztül találkozik vele a szervezet, akkor nagyon kipirosodik a bőrfelület, apró hólyagok jelennek meg rajta, és rettenetesen viszket. Ez nagyon hasonlít a hólyagos himlő tüneteire. Tehát hólyagos himlő esetén a tünetek enyhítésére mérges szömörceből készült homeopátiás gyógyszert használhatunk.

Ahogy beveszi a szert a beteg, rögtön csökken a viszketegség érzete, és nem hatalmas hólyagok alakulnak ki, nem is elnyomás történik, hogy nem jöhet ki több, hanem kisebb méretű, kevésbé viszkető hólyagok jönnek ki, így nem maradnak sebhelyek.

Mivel a homeopátiás gyógyszereket úgy készítik, hogy ezt a kiindulási anyagot hígítják, és minden hígítás után ütve rázzák, nagyon kis mennyiségben jut be a hatóanyag, bizonyos erősség fölött már nem is a hatóanyagot, hanem annak az információját tartalmazza a szer, és ez az ütve rázás biztosítja azt, hogy bejusson az információ. Ezért nem lesz mérgezés a homeopátiás gyógyszertől.

Samuel Hahnemann, a homeopátia feltalálója kétszáz évvel ezelőtt honnan tudta, hogy ez az ütve rázás módszer működik?

Hahnemann a maga korában egy nagyon jó megfigyelő volt. A zsenialitása alapja, hogy tapasztalatokat gyűjtött, pontosan megfigyelt, és amit látott, leírta. Ez kétszáz évvel ezelőtt ritka volt.

Az egész onnan indult, hogy egy orvosi könyvben olvasott a kínafa kéreg hatásáról, és úgy érezte, hogy nem helyénvaló a malária addigi kezelésmódja. Ő ugyanis volt maláriás, ismerte a betegség tüneteit, ezért saját magán próbálta ki először a kínafa kérget, és megtapasztalta a malária tüneteit.

Különböző növényi szereket próbált használni a betegek gyógyítására, olyanokat, amelyeket ismert a mérgező leírásokból. Megfigyelte, hogy azok a betegek, akik távolabb laktak, jobban gyógyultak, mint azok, akik közelebb. Próbálta a koncentrációkat csökkenteni, növelni, de **azt látta, hogy a távolságnak nagyobb szerepe van, mint a mennyiségnek**. Mivel ő szekérrel járt, fogta, és ütve rázta a gyógyszereit.

Ma napig is minden gyógyszert kézzel készítenek, az ütve rázás is kézzel történik C 200-as potenciáig, ezzel lehet növelni a hatékonyságot. Hahnemannról még annyit kell tudni, hogy ő volt az első, aki gyógyszervizsgálatokat végzett – saját magán, családján, – kollégáival végeztek gyógyszerkísérleteket, és pontosan lejegyezték a tüneteket.

Mi az a potencia?

A potencia a közös megnevezése az erősségnek. A C potencia azt jelenti, hogy egy a százhoz arányban hígítanak, és minden hígítás között 10-szer ütve ráznak. A D potencia egy a tízhez való hígítás, és minden hígítás között ütve ráznak. A potenciákkal való bánásmódhoz már tapasztalat és kemény tanulás is kell.

Az egyszerű fizikai betegségeknel alacsonyabb potenciákat használunk, ahol a fizikai tünetek mellett fellelhető más, szellemi, értelmi, érzelmi síkon való elváltozás is, ott magasabbakat. A daganatos betegek palliatív ellátásában (*tüneti kezelésében - szerk. megj.*) szintén alacsony potenciákat vehetünk igénybe. Aki otthon, orvosi felügyelet nélkül használja, az alacsony potenciát válasszon.

Ti otthon milyen szereket, készítményeket használtok?

Most már nagyon ritkán használjuk. Van egy olyan tulajdonsága ugyanis a homeopátiának, hogy ha a szervezet megszokja, hogy információs terápiával gyógyul meg, akkor nagyon kis adagokra van szüksége. Nem kell napokig szedni.

Az is lehet, hogy két nap alatt olyan változások történnek, hogy szert kell váltani. Úgyhogy nálunk otthon hamar történik a gyógyulás is. Olyan nagy bajaink nincsenek. Persze, a gyerekeknél minden előfordul a mandulagyulladás a köhögésig.

Tényleg más lett az életünk, amióta a homeopátiát behoztuk az életünkbe. Segít abban, hogy kicsit másképp lássuk a világot. **Ne csak az anyagi értékeket, hanem az emberieket is**

észrevegyük, értékeljük.

Odafigyelünk arra, hogy ne ragadjon el a mókuserék, a gyerekeinkkel, a családdal töltött idő kellemes, intenzív, meghitt legyen. Nagyon rövid az idő, ezért fontos, hogy amit együtt tudunk tölteni, az maximálisan együtt legyen.

Hol vannak a homeopátia határai? Mandula-, tüdőgyulladást lehet antibiotikum nélkül kezelni?

Egyértelmű, hogy vannak határai, ilyenek például a sebészeti beavatkozások, a sürgősségi ellátás, a daganatos betegségek kezelése. **De mindezekben is kiegészítő medicinaként jelen lehet a homeopátia**, mert meggyorsul a sebgyógyulás, jelentősen javul a sugár- vagy kemoterápiás kezelésen átesettek közérzete.

Erősíti a pozitív gondolkodást, és ez nagyon jó hatással van a gyógyulásra. Bizonyos gyulladásos betegségeket is tudunk antibiotikum nélkül kezelni, de ez függ a betegség súlyosságától, az immunrendszer erősségétől, a családi halmozódástól.

Kik tartoznak a célközönségedbe? Van egy olyan sejtésem, hogy a kisgyermekes anyukák fogékonyabbak a homeopátiára. Igaz ez?

A kisgyermekkorú betegségek gyakorisága miatt ők valóban fogékonyabbak. A kamaszkor még egy nehezebb periódus a tapasztalatok alapján, a serdülőink stresszesek, fáradtak, nem találják a helyüket a világban, nagyon teljesítményorientáltak. Ebben a korban vannak a bőrproblémák, a lányoknál a kezdődő menstruációval járó gondok.

A fiatal felnőttek ellenben akkora hajításban élnek, hogy nem is veszik észre, vannak-e betegségeik.

A nyugdíj előtti és nyugdíjas korosztály jár rendszeresen orvoshoz, megkapja a gyógyszereit, de azzal szembeül, hogy a gyulladáscsökkentő mellett is fáj a térde, a lába. Vagy már szed 5-6 gyógyszert, és még mindig beteg. Ilyenkor jönnek el, hogy oldjuk meg, elviselhetőek legyenek az éjszakái, nappalai.

Felmerül, hogy hány éves kortól kezdheti meg szedni az altatót? Ha nem veszi be, a fáradtság miatt, ha beveszi, a kábultsága miatt nem tudja rendezni másnap az unokáját. Ezeknek a dilemmáknak a megbeszélésére az [allopátiás](#) csaláadorvosi rendelőkben sokszor nincs idő. Eljönnek a homeopátiás rendelésre, homeopátiával szépen lehet segíteni ezeken a gondokon.

Csaláadorvosként vagy homeopataként rendelsz?

Mivel annyi időm nincs, hogy csaláadorvosi és homeopátiás praxist egyszerre vigyek, nincs szerződéselem az egészségbiztosítóval, ezért a konzultációért 30-100 lej közötti összeget kell fizetnie a betegeknek attól függően, hogy milyen stádiumban van a betegség, járványos, vagy krónikus-e, és első találkozás, vagy kontrollba jön.

Svájcban például népszavazással fogadták el, hogy támogassa az egészségbiztosító a homeopátiát, így van ez több országban is. Nálunk még nem, de abban bízom, hogy ha bevezetik a magánbiztosítási rendszert, akkor a homeopátia bekerül itt is az alapellátásba.

Hogyan fogadják Udvarhelyen az alternatív gyógymódokat a betegek és hogyan az orvosok?

Alapvető emberi jogunk megválasztani azt a gyógymódot, amelyet alkalmazni akarunk. Azok a betegek, akikkel én találkozom, nagyon sok alternatív gyógymódban otthon vannak. Ezért utána kellett néznem más alternatív medicináknak, hogy értem, mit alkalmaznak még a betegeim.

Nagyon sok orvos kollégám hasonlóan jár el, mert **annyira nagy az igény, hogy ne csak a szintetikus gyógyszereket alkalmazzuk**, hanem mellettük mást is – hiszen érzik a különbséget a gyógyulási folyamatban.

A 21. században el kell fogadnunk, hogy más terápiás módokat is választanak a betegeink, és ha ők jobban lesznek tőle, akkor kell hagynunk, hogy folytassák. **Önző módon nem állíthatok le egy olyan kezelést, ami neki több éven át bevált**

. Nagyon sokszor eljönnek, elmondják, hogy ezt is, meg amazt is szedem, itt elmondhatom.

Az a baj, hogy **az emberek félnek elmondani, mit szednek még**, félnek az orvosoktól.

Olyan jó érzés, amikor Vásárhelyről, Ausztriából kapok visszajelzést a betegeimtől, hogy az ottani szakorvosok megerősítették, használják nyugodtan továbbra is a homeopátiát. Itt is vannak olyan szakorvosok, akikkel nagyon jól együtt tudok dolgozni, nyitottak, és a többféle terápia együttes alkalmazásának látszik is az eredménye. Jó érzés, hogy lehet egy csapatot alkotni, együtt dolgozni a beteg gyógyulása érdekében. Hiszen ez a legfőbb célunk.

Szokták kérdezni a betegek, hogy változtassanak-e az életmódjukon, de nem javaslom. Vannak olyan táplálkozási szokások, amelyekre én is morgok, például a cukros, színezékes ételek használata, felelőtlenség, példamutatás hiánya a gyerekek táplálkozásában. A vitaminfogyasztást azonban nem szoktam leállítani.

Ha attól érzi jól magát, hogy bizonyos vitaminokat, gyógyteákat, borogatókat használ, és ettől kevésbé betegszik meg, mint azelőtt, vagy gyorsabban gyógyul, akkor nem lehetek annyira önző, hogy megtiltsam, és csak a homeopátiát javasoljam. Más gyógymód alkalmazásán is gondolkoztam már, de annyi mindent meg kell még tudnom a homeopátiáról, hogy most nem tudok egyébvel is foglalkozni.

A homeopátia kritikájaként hozzák fel, hogy a hígítások után nem, vagy csak elenyésző mértékben tartalmaz hatóanyagot egy adott szer. Néhány éve olvastam egy hírt, hogy egy Nobel-díjas kutató felfedezte a működési elvét: az elektromágnesesség révén a víz tárolja és továbbítja az információt. A kutatását nem sikerült azonban megismételnie. Azóta találtak még valamit?

A homeopátia **működését újabban biokibernetikai, frakcionált modellekkel, matematikai káoszelmélettel** próbálják magyarázni. Nem az anyagi részecskéket kell vizsgálni, nem a molekuláris összetétel a homeopátia alapelveinek a magyarázata, mert már a tudomány tovább lépett azon, hogy molekulákat számoljunk.

Dr. Gábor Fruzsina *A homeopátia a természet és társadalomtudományok tükrében* címmel írt egy közérthető tanulmányt arról, hogyan működik a homeopátia. A világsajtóban megjelent cikkeket, kutatásokat foglalta össze.

Luc Montagnie

r, a HIV-vírus szerkezetének felfedezéséért kapott Nobel-díjat. Ő a sok helyen tévesen megjelentekkel ellentétben nem a homeopátiát kutatta, hanem a részecskéknek, az információknak a hordozását, úgyhogy neki nincs érdekeltsége a homeopátiában.

A 2000-es évek óta nagy hangsúlyt fektetnek arra, hogy tudományosan is bebizonyítsák a módszer hatékonyságát, működési elvét.

A nagy gyógyszereket bevizsgálják, betegszámmal igazolják a működésüket. Ilyenek az influenza gyógyításában használatos szerek, amelyeknél több ezer emberen végeznek vizsgálatot. A szkeptikus betegeknek, akik úgy állítanak be, hogy őket valaki ideküldte, csináljak már velük valamit, oda szoktam adni ezeket a leírásokat, hogy tudják, mi történt a többiekkel.

Ez fontos, mert mindig ezzel támadják a homeopátiát, hogy „csak” tapasztalati, nem egy evidence-based (*tudományos bizonyítékokon alapuló – szerk. megj.*) tudomány. **Most már nem csak tapasztalati tudomány**

.

A szkeptikus világban még egy támadási pont a költségesség. Azt mondják, drága. Ezért egy holland biztosító készített egy tanulmányt, amelyben a hagyományos gyógyászat mellett homeopátiát is alkalmazó körzeti praxisokat hasonlítottak össze csak allopatrás módszerekkel dolgozó praxisokkal.

A következtetés az volt, hogy az alternatív terápiákat használó praxisok sokkal költséghatékonyabbak, mint a kizárólag hagyományos gyógyítók. Egy német biztosító pedig arra jött rá, hogy a munkakiesés - mert ma már ez is tényező - az alternatív terápiával is dolgozóknál kevesebb volt, mint a csak allopatriát alkalmazó orvosoknál.

Kell hinni a homeopátiában?

Nem. Erre nagyon jó példák azok a családok, ahol az egyik családtag alkalmazza az alternatív medicinát, a másik pedig szkeptikusan figyel. És amikor látja, hogy működik, akkor már nem érdekli, be van-e bizonyítva a működési elve, egy idő után maga is felhasználóvá válik. Hogy nem hit kérdése, az látszik a pici babákon, az állatokon és a növényeimen.

Mire lehet még használni a homeopátiát?

Magyarországon az egyesületünkben húsz éve van állatorvosi homeopátiás képzés és ellátás. Szeretnénk, és igény lenne rá, hogy Erdélyben is legyen homeopátiás állatorvosi képzés, mert nagyon szép eredményeket lehet elérni az állatgyógyászatban homeopátiával, sőt már a kertészetben is használják.

Ezekben a szabályozott biokertészetekben, ahol nem szabad vegyszereket használni, a homeopátiás gyógyszerek megállják a helyüket. Kipróbáltam egy párat a saját veteményesemben, és az történt, hogy **a kártevők megmaradtak, de a növény túlélte**, és elkezdett fejlődni.

Számomra egy hihetetlen dolog volt, hogy egyik nap tele volt kártevővel, és sínylődött, másik nap pedig gyönyörűen fejlődött. A szépségápolásban a Schüssler-sókat alkalmazzuk. Szoktak jönni hozzám testsúly, vagy függőségi gondokkal, de nem tudom őket csak homeopátiával megszabadítani a koloncaiktól. Viszont segíteni tudok az elvonási tünetek enyhítésében.

Meg lehet ebből gazdagodni?

Nem. Orvosként nem lehet meggazdagodni – *nevet*. Ezt elbeszéltük a kollégákkal, baráti társaságban, hogy **mi ebből nem fogunk meggazdagodni**. Ha csak azt nézem, hogy a folyamatos képzések pénzbe kerülnek, évente minimum kétszer külföldre kell menned fejlődni, hogy tényleg jó legyél.

Jó, hogy itt az internet, de van olyan információ, amely még mindig csak könyv formájában van meg, vagy előadáson tudod elsajátítani. Most márciusban például megyek egy német

homeopata előadására, három nap 65 ezer forint, a szakkönyvvvel együtt 95 ezer. És még jól vagyok járva.

A fogászati képzések mérhetetlenül többbe kerülnek. Ha Németországban kellene részt vennem a képzésen, akkor 1500 euróba kerülne, csak az előadó van olyan kedves, hogy eljön, és nekünk, kelet-európaiaknak olcsóbban megszámítja. És nem flancolásból megyek külföldre tanulni, Bukarestben is egy ezresbe belekerül egy képzés.

A pénzt letudtuk, mi jelent számodra sikerélményt?

A távolabbi ismerősök, családtagok és gyerekeik is részesültek általam a homeopátiából. Előfordul, hogy két-három évig nem találkozunk, csak az utcán, vagy családi összejöveteleken. Ilyenkor meg szoktam kérdezni, hogy **engem kerültök, a homeopátiát, vagy nincs bajotok?** És az a siker, amikor az a válasz, hogy nincs bajuk.

Hogy a homeopátiával kezelt gyerekek, akik egyik betegségből a másikba estek, most évente maximum egyszer-kétszer betegednek meg, akkor is könnyebben.

Vannak olyan krónikus betegséggel küszködő felnőtt páciensek, akik elmondják, hogy felére tudták csökkenteni a gyógyszeradagjukat. Ízületbetegségekben, bőrbetegségekben nem kell olyan sok allopátiás gyógyszert használniuk, cukorbetegyeknél a gyorsan romló állapotot tudtuk stabilizálni, a húgyúti fertőzések antibiotikumos kezelés utáni tüneteit csillapítani.

És ez nekem nagyon sokat jelent.