Dátum: 22.7.2022

Pani 42 rokov. Pracuje v SAKH ako vedkyňa na oddelení ekonómie. Má 5 ročného syna, o ktorého sa stará sama. Občas si ho vezme bývalý druh.

**Hlavný problém**: hovorí o viacerých problémoch. **Neurologické problémy**: tŕpnutie, ťahanie. Má obavy, či nemá nejaký vážny neurologický problém (ALS, skleróza multiplex). Bolí ju celá pravá noha od kolena dole, aj dolná polovica stehna. Hlava na ľavej strane ju pobolieva. Bolesť je ťahavá, akoby jej niečo potiahlo v hlave o 2cm. Začalo to v dome. Chvíľu bolesť a potom to odznelo. Po lieku to mala zhruba 5 dní niekoľkokrát za deň. Noha - pravá pobolievala len málo (stŕpnutie svalu). **Chudosť. Oslabená imunita**. Pred tým mala 56 kg. Veľa športovala. Bola štíhla prirodzenie. Cvičenie, strava – darilo sa jej udržať dobrú hmotnosť. Zo dňa na deň sa to spustilo. Odvtedy sa jej nedarilo pribrať. Po pôrode mala 9kg navyše. Po pôrode to šlo rýchlo dole (kočíkovanie, dojčenie, stresy atď). Mala 50kg. Preto ukončila dojčenie. Nedávala to. Je to tri roky, stále ma 49kg. Je to veľký problém. Je jej na odpadnutie a je slabšia než bývala. Pred tým veľa cvičila, aby bola fyzicky pevnejšia. Veľa športovala na vzduchu. Zacyklila sa. “Sa v tom tak cyklím.”

**Hlavné je pre ňu**: Imunita, jesť znova zopakovala: “Neviem sa z toho začarovaného kruhu vyhrabať. Stále mám pocit, že bežím stále dokola. Bola som si kúpiť pumpu na bicykel, malý ochorel. Keď už už idem za športom, malý ochorie. Stále ma niečo zastaví. Chýba mi ten bicykel, je to meditácia, strašne mi to chýba!”

**Kedy začal problém?**: “Keď som s ním žila” (myslí bývalého partnera/druha). “Asi po dvoch rokoch spolužitia sa mi to začalo kaziť. Istí ľudia mi potvrdili, že je vysávač energie.” **Nezapodievala si sa tým?**: nie. Bola “vyždímaná”. “Vysatá akoby som bola vo fáze, že mám všetko, vzťah, rodinu a zrazu to padlo. Takto to hodnotím spätne. Žila som v tom desať rokov.”

**Čo jej na ňom vadilo?**: hovorí o bývalom: “Vôbec nebral do úvahy moje potreby.”

**Spätne hodnotí**: v detstve bola málo obdivovaná, uznávaná. “On mi toto dal. Zbalil ma na to.” Evidovala to, ale nebol to dôvod na rozchod. “Týmto som sa chlácholila.” Bol manipulátor. “Všetko krútil. Potrebovala som ísť skôr spať, lebo som ráno skoro vstávala a on ma úplne zmiatol. Chcel si pozerať film, rozprávať sa.” **Myslela si**: “Keď sa prispôsobím, bude mi niečo opätované. Žila som iný život, nie svoj. Nedochádzalo mi to.” Udupávala to všetko hlavou. “Zamotala som sa do toho už úplne. Po pôrode prepol, ukázal sa v plnej sile. Už to neboli len výstrahy. Bol bez pretvárok.” **Napríklad?**: “Napríklad, keď mal malý pár mesiacov povedal: *“Ty si na mne teraz vlastne závislá!”* “

Kojila, uspávala, on nemal čas, keď potrebovala vybaviť obyčajnú kartičku. Potreboval, aby sa o neho starala ako mama.

**Prečo si si pritiahla takéhoto muža?**: Nízka sebahodnota, ide to z detstva.

IQ má vysoké. Miluje cestovanie, šport.

“Bolo to super. Ale každodenné veci, keď prišli, boli tam rozdiely. Koho lepšieho by som si vedela nájsť? Má pokrivený vzťah s mamou. Jedináčik, vyrastajúci bez otca. Mama si z neho urobila všetko.. syna, partnera, servisáka.” Stále mu volala: “Čo si, kde si?”

“Nevedel to korigovať. Ja som bola tá zlá, keď som to povedala. Len on, jeho práca, a potom..všetko ostatné.”

**Detstvo**?: má o 5 rokov staršieho brata. “Brat je ospevovaný. Ja som tá, ktorú v polke vety nikto nepočúval. Tak sme počúvali brata. Stále to cítim. Už je to toľko rokov. Všetci sú z brata hotoví. Ja som stále tá šedá myška, ktorú prehliadajú. Brat bol nepríjemný.”

**Čo robil?**: “Akoby sa chcel so mnou hrať ako s bratom.” Skončilo to tým, že si ublížili. Cítila sa slabšia, tá ktorej sa nikto nezastane. Napríklad: rozbila lampu a suseda to zobrala na seba. A brat reagoval: “Keď neurobíš toto, poviem, že si tú lampu rozbila Ty!”

“Mama bola tá, ktorá chcela spravodlivo potrestať. Ale nebolo to tak, nezaoberala sa tým, kto to urobil. Otec bol vždy ticho, pod papučou. Ja otca som ani nevnímala, že tam je. On tam bol len fyzicky.” Ale nie je mu vďačná za nič.

Otec je povojnové dieťa. Je 48ka. Jej otec bol na robotu, brat na chválenie. “Brat je wau.. kde on bol, aký je úžasný!”

Cíti sa skôr kritizovaná.

**Keby si sa chcela vrátiť späť, čo by si zmenila?**: to ako mama riešila situácie. Nezažila, že by sa rodičia ľúbili. Povedala: “Buď sa hádali alebo boli ticho.” Zmenila by ich vzťah a postoj k nim. Mama jej pokrivila obraz o mužoch. Otec je pasívny, sedí pri TV. Je to pravda. Ale to, že to mama ešte rozoberala, bolo ešte horšie. Mama si neuvedomila, že to nechce počuť.

Potom si povedala: že chce muža ako brat - aktívny, spoločenský. Potom prišlo obdobie, že ho nechce vidieť. Akoby bol stále problém s mužmi, otec, brat, partner, teraz syn. **Povedala si povedala pre seba**: “Ja chcem partnera, ktorý bude iný ako otec!” Potom zase, že chce muža ako brat - aktívny, spoločenský. Potom prišlo obdobie, že ho nechce vidieť. “Akoby bol stále problém s mužmi, otec, brat, partner, teraz syn.”

**Jedálniček?**: “Sladké mi chutí.” Snaží sa to obmedzovať. Stresy = čokoláda. Keď má málo energie, siaha po sladkostiach. Zacyklí sa v tom. Dá si cukor, slezina sa oslabí a odznova.. Hovoria jej: “Ty si to môžeš dovoliť.” Nepriberie. Slezina riadi nadváhu aj chudosť. Má rada ovocie, obiloviny, strukoviny. Mäso až tak nie. Slané málokedy. Skôr sladké. Má rada zeleninu.

**Čo robí zle?**: mäso, štipľavé, veľa tuku. **Maslo?**: zje, ale nedáva si pol centimetrovú vrstvu. Kocky zafarbeného cukru jedla aj ako malá.

**Iné zdravotné problémy**?: slabšie vidím. To bolo na začiatku marca. Zo dňa na deň - na blízko neviem prečítať. Nikdy nemala problém s očami. Teraz sa to zhoršilo. **Oči** - raz keď bola ráno sama, ako ležala a šla - tak doľava doprava, mala závoj. Očná - slabý zákal sklovca. Užíva podporné lieky z Finclubu - čučoriedku, Ečko, omega mastné kyseliny. **Po sladkom je to horšie?**: Áno. Sladké jej fyzicky nerobí dobre. Jednoduchý cukor je problém. **Zuby** - problém, ktorý riešila na VŠ. Začala jej odchádzať zubná sklovina. K 30 narodeninám si dala urobiť korunky (na predných 6tich zuboch). Asi to súvisí s **trávením**, **črevom**. Horné jednotky súvisia s obličkami - podľa TČM, to je jej slabý orgán, hovorí. Smútok, slezina a obličky - prvé horné zuby. Sklovinu si drží kadečím. Na tej vysokej škole to šlo skokom, odvtedy to drží. **Hepatitída B** - nízka nálož, chronické. Tehotenstvo to znížilo, ale potom to znova nabehlo. Keď chodila na vyšetrenia na sonografiu, zistili jej, že má poklesnuté niektoré orgány. Prvá čakra vraj súvisí so sebahodnotou (aj s očami a s pankreasom).

**Nechty na palcoch nôh** jej v tehotenstve zhrubli, zožltli.

Má **bolesti hlavy**. Keď študovala mala **hemoroidy**. Oslabená slezina spôsobí bolesť hlavy v oblasti čela. Aj **bolesť chrbta** nevysvetliteľná. Chce to riešiť cez TČM. Chce podporiť energie. Oslabená slezina spustí hemoroidy.

**Tlak?**: “Ja som stále pod tlakom.” Pol roka odkladá tie veci, ktoré nie sú urgentné. Ako sa zbaviť toho tlaku?!! Plutonium nitricum 9CH raz denne, potom 30CH raz za desať dní.

**Bola kojená?**: krátko. Mama nemala mlieko. Asi mesiac. Narodila sa asi o 4 dni neskôr ako bol plánovaný termín.

**Zvykne ju mama spomenúť** **aká bola?**: tichá. Cudzí keď ju oslovil, stiahla pusu a bola ticho. Keď prišla návšteva, mama o nej hovorila, že je vzorná, dobre sa učila, nerobila zle. Raz šla vyliať vodu na VV a šmykla sa a dostala poznámku. A mama na to povedala: “Vtedy som pochopila, že je normálna.” Ostala som ako zarezaná. Zosmutnela. Za ten komentár som ostala ako zarezaná. Veľakrát jej takto ublížili. Uvedomila si to až po pôrode Danielom (synom). “Mama nás nejak vychovala.” Brat a ja máme hrozný vzťah. Nikdy sa neozval. A keď niečo potreboval a ona povedala nie, urazil sa. Mamu to trápi. A povedala, že sa mu má ona ozývať. Mama má z toho srdcové problémy. Nepochváli, neospravedlní sa. Je to tvrdé.

**Hemoroidy?**: druhýkrát to má v živote. Ešte nemala Daniela (prvý raz). Nebola v stresoch. Boli v saune a na druhý deň bolesť. Von a zapálené. Chcela to liečiť. Mastičky a dubovú kôru dostala. Odvtedy mala pokoj. Avenoc krém - pomáhalo to vtedy. Čipky si dávala po pôrode. Potom fajn. Občas si dala krém. Vybehlo to von. Je to asi sedem rokov dozadu. Keď mení polohu, je to lepšie. Pohyb jej pomáha. Ako boli na Devíne, uvedomila si, že jej nič nie je. Žila len tu a teraz. Hurá! A na druhý deň znovu..

**Mala niekedy v živote kŕče?**: v studenej vode mala kŕče v členku, aj v prste (dala si Mg – mala ho nedostatok a bolo lepšie).

**Vzťah k jazykom?**: chcela sa učiť taliančinu. Francúzština sa jej nepáči. Vie nemecky a anglicky.

**Číslo od 1-18?**: vybrala si číslo **11**. Je to jej osudové alebo životné číslo.

Zisťovala, či je ŠŽ v poriadku? Eozinofily mala na jeseň vysoké. Mala ísť na alergológiu. Plus dostala Magnosol.

V noci sa zobudí a nevie zaspať. Neospan - bylinková zmes. Horšie, keď má stresy. **Nad čím premýšľa?**: všetko, čo treba urobiť, čo nestihla. Alebo keď ju štve vzťah so synom.

Vrásky na tvári sa jej začali robiť. Má suchú pokožku.

**Aké mala mama tehotenstvo s ňou?**: “Mame bolo zle so svokrou, bývali spolu. Bývali tam necelých 5 rokov. Otec mohol dostať štátny byt, pokiaľ majú dve deti. Chcela druhé dieťa (jedno potratila). V januári sa narodila, a vo februári sa sťahovali. Veľmi rýchlo - potom čo mala papier. Bola hodne vynervovaná. Chcela ujsť zo svokrovského domu.

**Stolica?**: skôr riedka stolica ako hustá. Až moc. A je to lepivé. A to nemala dlhodobo. Vníma to posledné mesiace. Nemala problém so zápchou. Nie je to normálna konzistencia.

**Strachy?**: je úzkostlivá. Toto ju v noci prepadne (zdravotné problémy). “Zase chorý a že čo?!” “Zastane mi celý svet. Časový stres je najhorší faktor. A potom synove choroby – ako stihnem veci?” Strach z choroby. Depresívne až. Strach z výšky. Ponorenie do vody jej robí zle. Chcela sa naučiť ponoriť do vody, potápať, ale má z toho stres. A byť dolu hlavou robí zle. Neznáša kotrmelce. Stráca sa. **Iné strachy?**: veľký pavúk. Pavúci sú jej hnusné. Vie vyhodiť pavúka, keď je malý. Nemá dobrý pocit zo psov. Nevie, čo má od neho čakať. Netopier sa jej hnusí. Chlpatá lietajúca myš. Hlodavce a myši, potkany sa jej protivia. Nemá blízky vzťah k zvieratám, ale tieto jej vadia.

Strach z verejného vystúpenia - dav ľudí je pre ňu stres. Toto podstúpila v práci veľakrát.

**Želanie**: byť na bicykli. Byť pri mori. Pod stromom, vyvaliť sa, zaplávať si. Prepnúť a vypnúť.

**Morské zvieratá?**: ako jedlo vôbec, len rybu. Homár, krevety nie. Delfíny sa jej páčia. Nie dravce ryby. Nevyhľadáva to.

**Ešte niečo doplniť?:** Starká bola prísna. Ušla z domu do domu svokrovcov. Z blata do kaluže.

Liek mala v potencii 30CH a vypila ho na 3x v jeden deň.