**Prípad 1:**

17 ročné dievča, plnoštíhla, tmavé vlasy aj oči, výrečná, intelektuálne vyspelá

Úzkosti, hlavne pri učení.

Zle sa cíti vo svojej izbe, nevie spať vo vlastnej posteli, má pocit, že tam nie je sama.

Depresívno - úzkostná porucha. Liek Citalec neúčinkoval, navyše sa jej zhoršila pleť, boľavé vyrážky, vysadený po čase.

Úzkosti začali, keď nastúpila na novú školu, keď sa jej nedarilo ako chcela. “Nechcem byť horšia ako trieda”, “mám pocit zlyhania sama pred sebou”, “pocit, akoby som klesla, keď niečo neviem”.

Úzkosti sa jej prejavujú sťahovaním v hrudi, búšením srdca, sťaženým dýchaním, potením rúk.

Pred troma rokmi sa jej zmenil život, zomrel jej psík (najobľúbenejší tvor pre ňu), viac pohrebov v rodine zažila, začala rozmýšľať nad smrťou, chcela sa zabiť. ”Nič ma tu nedržalo. Mala som odpor k životu. Nevidela som zmysel života. Pes bol stredobodom môjho života, moje všetko, oporný stĺp. Keď zomrel, cítila som sa sama a nepochopená. Nič ma nebavilo.”

“Depresívne stavy som mala z pohrebov, ale úzkostné až teraz. Viem, že úzkosti by prišli časom tak či tak, aj keby som nezmenila školu.”

“Som perfekcionistka, tvrdohlavá, neznášam zmeny, snažím sa o zdravý životný štýl, pravidelnú fyzickú aktivitu.”

*Spánok a sny:* “Necítim sa uvoľnene, keď idem spať. Zlý pocit, že sa niekto na mňa díva. Aj v noci sa budím na pocit, že sa na mňa niekto pozerá. Sny, že ma niekto naháňa. Vraždy. Pointa v snoch, že musím prežiť. Každý večer myšlienky na psa, ale o ňom sa mi nesníva.”

Rastliny mám rada, ale radšej mám zvieratá, zo psov som hotová. Aj psy ma akosi inak vnímajú.

*Farba:* 17 D

*Strachy:* fóbia z vracania, zo straty ľudí, na ktorých mi záleží.

*Zlatá rybka:*
1. Chcela by som naspäť môjho psa (bol súčasťou rodiny).

2. Nech sa vráti zomretý otec bratrancovi.

3. Budem aj sebecká, nech sa vyliečia moje psychické problémy.

“Potrebujem byť fyzicky aj psychicky v pohode, potrebujem sa hýbať, kvalitne tráviť čas (v parku čítať, s rodinou na výlet), Potrebujem vyzerať veľmi dobre. Čím sa cítim horšie, tým sa viac namaľujem (skrývanie pod maskou). Neznášam vyzerať slabo. Rodičia mi neveria, že som im vďačná, myslia si, že som vypočítavá. Podľa mňa vidia na mne iba zlé stránky. Cítim nespravodlivosť. Dlhodobú pamäť mám zlú.”

V spoločnosti ju majú radi. Radi s ňou chodili von, lebo s ňou bola zábava, teraz je už viac ticho. V spoločnosti cudzích ľudí nechce byť stredobodom pozornosti. Navonok pôsobí, že je v poriadku, ale vnútorný pocit je, že zlyhala.

Rada si oblieka voľné oblečenie.

Info od mamy: Žiarli na brata, je sebecká a vynucuje si pozornosť. Buď je výrečná, alebo naopak dokáže byť dlho sama a ticho akoby duchom neprítomná. Vie slovne útočiť a urážať, má v sebe zlosť.

**Kontrola po týždni:**

V noci sa už viac nebudila, aj večer zaspávala ľahko, bez nepríjemného pocitu, že sa na ňu niekto pozerá. Sny si viac nepamätá, alebo sa jej nesníva. Raz mala pocit úzkosti, horšie sa jej dýchalo, pocit dusenia, celá v kŕči, ale netrvalo to tak dlho ako bežne.

**Ďalšia kontrola po ďalších dvoch týždňoch:**

Veľmi dobre zaspáva, úzkosť nemala, dokáže sa učiť v izbe, cíti sa spokojnejšia, ľahšie sa rozpráva s rodičmi.

**Rubriky:**

Mind anxiety

Mind anxiety, sleep, falling asleep on

Mind dreams pursued of being

Mind; fear; evil, of

Mind; fear; failure, of

Mind; fear; sleep; go to, to

Mind; fear; vomiting, of

**Prípad 2:**

70 rorčná pani, vitálna, aktívna, temperamentná, veľa energie, veľa rozpráva, sebavedomá, oblečená v oranžovom tričku.

Bolia ju päty, viac pravá, pichavá bolesť, nedá sa jej chodiť, bolesť od päty stúpa až do hlavy.

Ožarovanie, ani rázové vlny nepomohli.

Keď stojí, má ešte znesiteľnú bolesť, ale keď zdvihne nohu, šialená bolesť. Má pocit, že to začalo po očkovaní na Covid.

Stará sa o mamu, ktorá s nimi býva. S manželom si nerozumie, hnevá sa ne neho, škaredo nadáva na neho. Vedomá si svojej atraktivity a naozaj vyzerala pekne, mlado.

Potrebuje stále nejakú aktivitu. Chodí pomáhať do škôlky, šije periny, chodieva na záhradku, …

Na vyšetrení nevedela obsedieť, nechcela nič iné riešiť, iba pätu. Má zvýšený tlak. Užíva lieky.

Hekla lava 5 C, v lekárni odporučená, nepomohla.

Upokojuje ju zapálenie si cigarety a potrebuje denne pohyb, práca v záhrade, prechádzky, hociaká fyzická aktivita a je nervózna z toho, že ju päta obmedzuje.

Tlačila na mňa, nech jej čo najskôr dám nejaký liek, lebo už nevie vydržať s nohou.

**Rubriky:**

Extremities; pain; feet; heels

Extremities; pain; feet; heels; extending to; upward

Extremities; pain; stitching; feet; heels

Extremities; pain; ulcerative; feet; heels

Generalities; motion, motions; desires

Mind; smoking; amel.

Po lieku bolesť podstatne menšia. Po týždni zopakovaná dávka, pretože stále nebola fit, ale následne

sa jej znova objavila bolesť, aj keď nie takáa výrazná ako na začiatku a začala cítiť miernu bolesť hlavy.

Doplnený detox očkovací a komplex s nízkymi potenciami na zníženie bolesti.

Po dvoch mesiacoch po detoxe sa cíti dobre. Päty nebolia, alebo len občas minimálne.

 **Prípad 3:**57 ročná pani, pôsobila príjemne, milo, jednoducho, bola usmiata, ale nevrózna.

Problém s trávením, neuróza čriev, preháňa ju, stolica riedka, pálenie záhy, nafukovanie. Bolesti brucha nemá.

Zle jej robí mak, orechy. Má rada syry, jogurty, mlieko neznáša.

Keď zomrel manžel, mala 46 rokov. Bol to pre ňu šok: “Prehnalo ma, mala som zlosť na neho, prečo mi to urobil. Strach mám doteraz. Od malička mám strachy. Asi kvôli mame, ktorej zomrelo dieťa, môj súrodenec. Potom sa bála o mňa, keď som bola chorá. Nemám strach zo smrti, ale bojím sa neznámeho, mám strach z cudzích priestorov, aj strach zo samoty. Po smrti manžela bol to hrozný stav - hnev, strach, beznádej, čo budem robiť. Rozpadol sa mi svet.”

“Žijem so svokrovcami, máme spoločný dvor. Svokra má zlú povahu, ale snažím sa s ňou vychádzať. Nie som hádáva, radšej ustúpim. Bojím sa toho, ako budem zvládať dom, keď svokor zomrie. Bude chýbať chlapská ruka. Býva v dome aj dcéra s priateľom a vnučkou. Milujem deti, v škôlke som bola stredobod pozornosti. Deti ma mali radi, teraz už chcem kľud.”

“Mám rada poriadok, upracem si, potom s kamarátkou posedím. Som praktická, stále som v pohybe. Niekedy zle spím, hlavne ak mám niekam ísť, mám z toho nervy.”

Od detsta mávala angíny, vysoké teploty, zápaľ pľúc, kašeľ, hlasivky, hrdlo. Detstvo mala pekné, aj keď otec pil, nezvládol smrť svojho dieťaťa. Bola rozmaznávaná.

*Zlatá rybka*: manžela, s ním som mala dobrý život. Pre mňa je rodina na prvommieste. Cítím sa sama, rodina sa mi rozpadla, keď manžel zomrel a syn odišiel do zahraničia. Zostala mi dcéra s vnučkou. Ale nechcem ju obmedzovať. Čas som obetovala rodine a zrazu všetko spadlo.

**Rubriky:**

Mind; shock, mental upset, being stunned, ailments from

Mind; forsaken feeling

Mind; fear; unknown, of the

Stomach; heartburn

Abdomen; flatulence

Rectum; diarrhea

Stool; frequent, too

Liek podaný dva dni po sebe a následne po týždni zopakovaný.

**Kontrola po dvoch 2týždňoch:** Cíti sa lepšie, nenafukuje ju tak veľmi ako predtým, stolica je pevnejšia a nie tak častá. Stále to však nie je bez problémov. Ešte raz jej bol zopakovaný liek po ďalšom týždni. Zatelefonovala, že nepotrebuje prísť, že sa cíti dobre. Keď si dáva pozor na to, čo zje, už nemá žiadne problémy. Ozve sa v prípade zhoršenia.