

Gezond ziek zijn

Als je kindje ziek is, ben je als ouder vaak ook een beetje mee ziek.

Je hebt slaapgebrek, je kindje huilt meer dan anders en misschien weet je niet -meer- zo goed waar je ook weer op moest letten.

In de „basiscursus homeopathie”- cursus zijn diverse middelen aan bod gekomen en hebben we ”vitaal ziek zijn” besproken.

Een kind kwakkelt, ontwikkeld koorts of snot, is een paar dagen flink ziek en knapt dan op.

Het kan erna meer en is aanzienlijk beter dan eerst.

2-4 keer per jaar.

Is het steeds ziek of knapt het half half op, laat dan homeopathisch behandelen.

Hieronder nog even alles op een rijtje en twijfel je, bel dan gewoon even, dan kijken we er samen naar. Dat helpt.

3 dagen koorts, tot rond de 40 mag. Het is een gezonde afweer reactie.

- Geef Viburcol of een passend homeopathisch middel in overleg met je homeopaat
- Geef 500-1000 mg vitamine c ascorbaat poeder naast de borstvoeding of vaste voeding.
- Geef geen paracetamol, tenzij er echt sprake is van pijn en de middelen niet helpen
- Neem rust

Snot is een afweerreactie, het lichaam werkt indringers eruit

- Geef eventueel een passend homeopathisch middel, in overleg met je homeopaat
- Gebruik olie zoals Thijmolie en Thieves in de diffuser of op een doekje. Lavender of Gentle baby helpt kalmeren (Young Living)

Drinkt je kindje genoeg? denk aan **natte luiers**.

- Geef bv een nat washandje om op te zuigen.
- Niet eten is niet erg, minder drinken ook niet, niet drinken wel.

Is je kindje **allert**, kun je contact maken?

- Veel slapen is goed.
- Heel suf en slap zijn kan maar vraagt je aandacht

Is je kindje redelijk ontspannen of **overstrekt** het zich? Trekt aan oortjes, wil niet of juist wel liggen, wiegel helpt of stevig over de keitjes rijden...

Let op bijzonderheden zoals vlekjes, zwelinkjes, wil het wel of niet liggen, etc, we hebben het nodig bij de middelkeus uit je eerstehulp doos.

Wanneer moet je je zorgen maken?

- bij meerdere compleet droge luiers achter elkaar
- als je kindje het duidelijk benauwd heeft
- als het onophoudelijk gilt, stijf en stram is
- gilt bij verschonen en kleine bloedinkjes onder de huid heeft.
- Suf en lastig bereikbaar is

GA DAN DIRECT NAAR DE HUISARTS OF EERSTE HULP

Onthoud, ziek zijn is een gezond proces, het traint het afweer proces van je kind.

Telefoonnummer homeopaat:

Telefoonnummer huisarts.....



