

Dr. MARIA ENRICA QUIRICO

Remedii naturiste pentru mamă și copil

Cure homeopatice și remedii florale Bach,
din timpul sarcinii până în prima copilărie

Traducere din limba italiană de
Mihaela Nicoletta Tudose

Editura Paralela 45

Redactare: Mihaela Cosma
 Corectură: Dana-Ioana Chiriță
 Tehnoredactare și design copertă: Mihail Vlad
 Pregătire de tipar: Marius Badea

Coperta: © Evgeny Atamanenko, Vilor | Shutterstock

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

QUIRICO, MARIA ENRICA

Remedii naturiste pentru mamă și copil : Cure homeopatice și remedii florale Bach, din timpul sarcinii până în prima copilărie / Maria Enrica Quirico ; trad. din lb. italiană de Mihaela Nicoletta Tudose. - Pitești : Paralela 45, 2023

ISBN 978-973-47-3859-5

I. Tudose, Mihaela Nicoletta (trad.)

615

633

NOTĂ IMPORTANTĂ

Toate îndrumările și recomandările din această carte au fost verificate cu rigurozitate, profesionalism și bună-credință de către autoare. Fiecare cititor este responsabil pentru propriile acțiuni, fiind în măsură să hotărască dacă aplică metodele, sfaturile și prescripțiile incluse în carte. Autoarea și editorul nu sunt responsabili pentru eventualele tulburări sau prejudicii apărute, din neglijență sau în alt fel, în urma aplicării sugestiilor, recomandărilor, procedurilor, metodelor sau produselor descrise în această lucrare.

Rimedi naturali per la mamma e il suo bambino | Cure omeopatiche e fiori di Bach dalla gravidanza alla prima infanzia
 Maria Enrica Quirico

© 2021 Edizioni LSWR – Tutti i diritti riservati

Edizioni LSWR è un marchio di La Tribuna Srl. La Tribuna Srl fa parte di LSWR GROUP.

This edition of **Rimedi naturali per la mamma e il suo bambino** by **Maria Enrica Quirico** is published by arrangement with LSWR.

Copyright © Editura Paralela 45, 2023

Prezenta lucrare folosește denumiri ce constituie mărci înregistrate, iar conținutul este protejat de legislația privind dreptul de proprietate intelectuală.

www.edituraparelela45.ro

Cuprins

Introducere

VII

PARTEA ÎNTÂI – Considerații generale

Capitolul 1. Să fim bine informați, pentru a putea decide	3
--	----------

Capitolul 2. Prima noastră întâlnire	5
---	----------

Prima întâlnire copil–pediatru	5
--------------------------------------	---

Prima întâlnire a pediatrului cu voi, părinții	7
--	---

Capitolul 3. Copilul care se îmbolnăvește	11
--	-----------

Importanța simptomelor	11
------------------------------	----

De ce apare febra	12
-------------------------	----

De ce apare tusea	14
-------------------------	----

Capitolul 4. Virusuri și bacterii – doi inamici diferiți	17
---	-----------

Folosirea corectă a antibioticelor	17
--	----

Învățați să vă observați copilul	19
--	----

Capitolul 5. Copilul vostru este unic	21
--	-----------

Dragostea pentru homeopatie	22
-----------------------------------	----

Capitolul 6. Homeopatia clasică și cea modernă	29
---	-----------

Capitolul 7. Legi farmaceutice și cercetări științifice	33
--	-----------

Principiul similitudinii	33
--------------------------------	----

Principiul diluției sau legea <i>low dose medicine</i>	35
--	----

Principiul dinamizării	35
------------------------------	----

Capitolul 8. Date istorice despre apariția homeopatiei	37
---	-----------

PARTEA A DOUA – Mamă în devenire

Capitolul 9. Importanța primelor o mie de zile de viață	41
--	-----------

Sarcina – mari schimbări	44
--------------------------------	----

Dieta în timpul sarcinii	45
--------------------------------	----

Capitolul 10. Oboseala în timpul sarcinii	49
--	-----------

Capitolul 11. Greăța și vărsăturile	51
--	-----------

Capitolul 12. Tulburările gastrointestinale	55
Constipația	55
Hemoroizii	56
Diareea	58
Capitolul 13. Simptomele de gripă	61
Febra.....	61
Tusea.....	62
Guturaiul	62
Durerea în gât	64
Capitolul 14. Durerile dentare	65
Capitolul 15. Afecțiunile nevralgice	67
Sciatica	67
Durerea de spate.....	67
Durerea în zona gâtului.....	69
„Lovitura de bici” a coloanei cervicale.....	69
Durerea cervicală	69
Durerea provocată de anumite situații particulare.....	69
Durerea cauzată de un traumatism.....	70
Capitolul 16. Tulburările urogenitale și circulatorii	71
Cistita	71
Mici probleme de incontinență.....	71
Micoze vaginale cauzate de candida.....	72
Varice la membrele inferioare.....	72
Capitolul 17. Nașterea – a venit momentul să vă pregătiți	73
Ultima lună de sarcină	73
Travaliul.....	75
Capitolul 18. Sănătatea mamei după naștere	77
Revenirea acasă – mici probleme noi	77
Remedii pentru minte și corp	78
Remedii pentru recăpătarea energiei.....	79
Capitolul 19. Hrănirea la sân – o mare bucurie, dar și puțină durere	81
Alăptarea	81
Angorjarea sânilor.....	83
Mastita acută.....	84
Crăpăturile la sân	85

PARTEA A TREIA – Nou-născutul și sugarul

Capitolul 20. Primul an de viață – cele mai frecvente tulburări 89

Cum abordăm și rezolvăm primele tulburări	89
Colici	89
Vărsături și regurgități	91
Refluxul gastroesofagian	93
Inflamațiile oculare	95
Candidoza bucală	96
Dermatita seboreică neonatală (crusta de lapte)	97
Dermatita de scutec	98
Erupția dentară cu probleme	99

PARTEA A PATRA – Copilul care crește

Capitolul 21. Febra, durerile de urechi și bolile respiratorii 103

Nasul înfundat și primele răceli	103
Febra	106
Durerea de urechi: otita sugarului și a copilului	111
Durerea în gât – faringite și amigdalite	116
Tusea	118
Aftele bucale	125

Capitolul 22. Tulburările gastrointestinale – constipația, vărsăturile și diareea 127

Constipația și cauzele sale	127
Diareea și vărsăturile	134

Capitolul 23. Întărcarea 139

Prima masă solidă, la momentul potrivit!	139
Cum să facem să fie plăcut momentul mesei	140
Ajutor din partea remediilor naturiste	141
Rețeta primei mese solide	142

Capitolul 24. Tulburările somnului – metode, soluții și remedii florale Bach 145

Rețetă pentru nani	146
Importanța unui somn bun	146
De ce mulți copii nu dorm bine?	147
„Ritualul magic”	147
Când se trezește în timpul nopții?	150
Remedii naturiste pentru nani	150

Capitolul 25. Primul ajutor pediatric 159

Traumatisme și mici accidente..... 159

Capitolul 26. Primele vacanțe împreună 165

La mare..... 166

La munte..... 167

În călătorie..... 168

Înțepăturile de țânțar..... 169

Trusa de prim ajutor pentru vacanță..... 171

Capitolul 27. Să întărim sistemul imunitar 175

Cum întărim imunitatea copilului..... 175

Capitolul 28. Să înfruntăm cu seninătate primele despărțiri 177

Cum abordăm școala..... 177

CONCLUZII 183

ANEXĂ. Remedii din natură 185

Aconitum Napellus..... 185

Arnica Montana..... 185

Belladonna..... 185

Bryonia..... 186

Calendula (Gălbenele)..... 186

Chamomilla (Mușețel)..... 186

Drosera..... 187

Dulcamara..... 187

Echinacea..... 187

Euphrasia..... 188

Gelsemium..... 188

Nux vomica..... 188

Phytolacca..... 189

Pulsatilla..... 189

Rhus Toxicodendron..... 189

Sambucus (Soc)..... 190

MULȚUMIRI 191

DESPRE AUTOARE 191

Introducere

Am scris cartea de față pentru toți copiii pe care i-am întâlnit, i-am iubit și „urmărit” de la naștere până la vârsta adultă, pentru toți acei mici pacienți care vin zilnic la cabinetul meu și care cresc odată cu mine, dar și pentru toți cei care vor veni, zi după zi, lună după lună, an după an, încrezători în mine.



Vreau să le-o dedic tuturor mamelor și taților pe care i-am cunoscut de-a lungul carierei mele, pe care am avut șansa să-i învăț multe și datorită cărora am putut să învăț, la rândul meu, o mulțime de lucruri! Dar și tuturor părinților pe care nu-i cunosc, pe care nu i-am întâlnit niciodată, dar care, interesați de cartea mea, vor dori să aibă grijă de copilul lor cu tratamente „dulci” și remedii naturiste, reducând cât se poate de mult terapiile medicamentoase și terapiile invazive.

Sper să poată găsi în aceste pagini sugestii și sfaturi de specialitate, care să-i ajute să înfrunte sarcina dificilă de a crește un copil cu seninătate, fără grija, neliniștea sau frica excesivă că acesta se va îmbolnăvi.

În cartea mea vor găsi sfaturi, răsfățuri și tratamente „speciale” și specifice, pe care să le folosească, la nevoie, pentru copiii lor.

Copiii sunt fantastici! Fiecare copil are în el ceva „magic”, care transmite empatie, și de fiecare dată când se întâmplă să vizitez un nou-născut, mă îndrăgostesc literalmente de el, iar asta se întâmplă de mai multe ori pe zi.

Este o senzație minunată!

„Este miracolul vieții”, se spune de obicei. Iar eu le sunt recunoscătoare pentru că, datorită lor, am o muncă atât de plăcută!

Cum să folosiți această carte

Volumul este structurat în patru părți.

1. O primă parte, pe care aș numi-o a „de ce-urilor”, în care explic importanța informării atunci când alegem calea tratamentelor naturiste, când se pot utiliza și când nu, de ce apare o stare de rău, de ce este fundamental studiul simptomelor, de ce și când să folosim un remediu mai degrabă decât un altul și de ce, pentru mine, copilul dumneavoastră este unic și special.
2. Partea a doua, care se ocupă de mamă, din prima zi a concepției până după naștere și pe toată perioada alăptării, cu remedii specifice pentru fiecare situație.
3. Partea a treia, care se ocupă de nou-născut și de sugar în primul an de viață, cu afecțiunile și tratamentele blânde cele mai adecvate.
4. O a patra parte se ocupă de copilul care crește, cu problemele legate de alimentație, somn, traumatisme și mici accidente, precum și de primele desprinderi de părinți.

Partea întâi

Considerații generale

EDITURA PARALELA 45



Capitolul 1

Să fim bine informați, pentru a putea decide

Pentru a putea decide cu seninătate și în cunoștință de cauză cum și când să vă îngrijiți copiii cu ajutorul medicinei naturiste, este esențial să dați importanță, ca viitori părinți, tuturor lucrurilor care se petrec în timpul sarcinii și în primii ani de viață ai copilului și să fiți corect informați.

Ar trebui să știți cum funcționează un organism sănătos și unul bolnav, pentru că o informare sanitară adecvată vă poate ajuta să înfrunțați cu mai mult calm simptomele prezente atunci când copilul se îmbolnăvește.

Cunoașterea modului în care funcționează sistemul imunitar, care se formează și se dezvoltă gradual, de la naștere până în primii ani de viață ai copilului, vă va ajuta să țineți cont de specificul organismului său și să-l întăriți, evitând abuzul de medicamente.

Ar trebui să știți clar ce sunt medicamentele, cum funcționează la copii și când este nevoie de ele: ce este un antibiotic, când este util, chiar indispensabil uneori, și când este inutil, chiar dăunător; ce sunt antiinflamatoarele, sedativele pentru tuse, analgezicele și așa mai departe.

În același mod ar trebui să cunoașteți remediile naturiste, să înțelegeți ce sunt, cum sunt produse, din ce substanțe

sunt compuse, cum și de ce funcționează, când și cum trebuie utilizate.

Citind această carte, rând cu rând, pagină după pagină, vă veți da seama că, la urma urmei, nu este chiar atât de greu să vă cunoașteți copilul, să înțelegeți simptomele pe care le prezintă când se îmbolnăvește, să i le comunicați pediatrului homeopat pentru o corectă prescriere a remediului și să observați ameliorarea stării celui mic pe măsură ce se vindecă.

Prin cunoașterea unei alte realități în afara celei prezentate de medicina tradițională, fiecare dintre dumneavoastră va putea așadar decide mai ușor cărui specialist pediatru să-i încredințeze tratarea propriului copil. O informare adecvată va evita fie riscul de a vă adresa unui medic care prescrie multe medicamente (pe bază de cortizon, de antibiotice etc.), fie riscul de a apela la un pediatru naturopat „integralist”, care va pretinde că tratează orice boală exclusiv prin remedii naturiste.

Capitolul 2

Prima noastră întâlnire

Prima întâlnire copil-pediatru

Este un copil superb, de 3 anișori. Unul dintre acei copii care știe să atragă simpatia chiar de la prima întâlnire.

Doi ochi verzi imenși mă privesc atent, cu un amestec de curiozitate și neîncredere, de cealaltă parte a biroului: mă studiază, hotărăște dacă sunt bună sau rea, simpatică sau anti-patică ori dacă pur și simplu poate să aibă încredere în mine.

Mă observă de pe o poziție de siguranță: stă așezat pe picioarele mamei, dar știe deja, căci i s-a explicat de cel puțin zece ori înainte să fie adus, că în curând va trebui să rămână singur cu mine.

Iar eu știu foarte bine că în aceste ultime momente ale primei noastre întâlniri pun totul în joc. De ce îi voi spune, de felul în care îi voi vorbi și voi veni către el va depinde relația noastră viitoare.

Da, pentru că așa sunt copiii! Pentru ei nu există jumătăți de măsură, ei nu fac compromisuri: ori e albă, ori e neagră, ori îi placi, ori nu, ori ești frumoasă și bună, ori urâtă și rea. Ca să ajungi la o înțelegere și să empatizezi cu ei, trebuie să păstrezi mereu vie acea parte a copilului din tine și să le-o arăți în mod firesc, printr-o atitudine pozitivă și zâmbitoare, care să le respecte și să le înțeleagă fricile.



Și mai ales cu ei nu trebuie niciodată să te prefaci! Nu trebuie să încerci să-i tragi pe sfoară!

Din fericire, toate acestea îmi ies, simplu și instinctiv!

Firească și fără dificultate, am păstrat vie, chiar cu propriii mei copii, acea parte a „copilului” din mine care îmi permite să trăiesc situațiile de zi cu zi cu curiozitate, entuziasm și optimism, iubind simplitatea, consecvența și spontaneitatea celor mici.

Ador să am de-a face cu copii în fiecare zi, îmi place să relaționez cu ei, îndrăgesc puritatea lor, simplitatea cu care își exprimă gândurile; mă distrează replicile lor, devin curioasă la trucurile lor pentru a obține favoruri și mă emoționează afecțiunea pe care reușesc să o arate.

Mă numesc Maria Enrica și sunt medic pediatru într-un oraș de provincie.

Cred că aparțin acelei categorii de persoane pe cale de dispariție, care a reușit să aibă, când s-a făcut mare, chiar meseria la care a visat din copilărie! Să ai grijă de cei mici este pentru mine profesia sau poate ar trebui să spun „misiunea” cea mai frumoasă din lume! Atunci când m-am îndrăgostit

de pediatrie, m-am îndrăgostit instantaneu de fiecare copil, și din acel moment am decis să-i îngrijesc și să le urmăresc creșterea, în mod complet și personal, de la cel mai mic la cel mai mare, de la cel mai timid la cel mai îndrăzneț, de la cel mai blând la cel mai capricios.

Lumea copilăriei m-a fascinat încă de când eram o tânără pe cale să se specializeze ca medic, însă, după ce am devenit mama a doi copii minunați, dragostea mea pentru cei mici și pentru cunoașterea „planetei lor speciale” a ajuns la apogeu. Așa am decis să renunț la munca în spital pentru a-i putea urmări pe parcursul creșterii, ajungând astfel să fac parte – o mică parte – din familia fiecăruia dintre ei.

Fiecare mic pacient al meu este diferit de altul, așadar special nu numai în ochii părinților săi, ci și pentru mine! Chiar dacă văd atâtea copii în fiecare zi și de mulți ani, pentru mine fiecare copil pe care îl îngrijesc este unic și minunat!

Fiecare copil are o poveste scrisă în el și un mod diferit de a ne-o spune nouă, celor care suntem prin preajmă, pentru a-l vedea cum crește.

Fiecare copil este diferit: fizic, prin felul în care se îmbracă, vorbește, mănâncă, prin modul în care gândește și reacționează în situații care-i produc bucurie, frică, stres, disconfort.

Prima întâlnire a pediatrului cu voi, părinții

Părinți de nou-născuți

Abia așteptați să veniți la mine pentru prima vizită! Erați nerăbdători să-mi faceți cunoștință cu „micuțul” și să mă cunoașteți! Aveți atâtea întrebări să-mi puneți și, pentru a nu risca să uitați vreuna, le-ați salvat în smartphone.

Sunteți fericiți, mândri, plini de așteptări și de curiozitate, dar și de îndoieli și de temeri.

Sunteți părinții noului meu mic pacient.

Poate chiar de la prima noastră întâlnire, din comportamentele noastre, din felul de a ne raporta unii la alții ne vom da seama dacă între noi se va putea crea acel *feeling* special care ne va lega pentru mulți ani! Să vindec un copil înseamnă pentru mine să ajung, foarte discret, în proporție infimezimală, să fac parte din familia voastră. Întrebările pe care vi le voi pune vor fi importante tocmai pentru a ne cunoaște mai bine.



Mai întâi de toate, ce faceți? Cum vă simțiți în acest nou rol de părinți? Cum ați trăit lungile luni de așteptare? A fost o sarcină programată, „căutată” sau „întâmplătoare”? V-ați dorit-o mult? Ați întâmpinat dificultăți în concepere? Cum a fost nașterea? Cum merge alăptatul? Copilului îi e foame des? Vă descurcați sau vă este greu? Reușiți să vă odihniți și să vă recuperați?

Reușiți „să faceți echipă” ajutându-vă reciproc în îngrijirea micuțului, dar menținându-vă totuși relația de cuplu? Sau ești

o mamă celibatară și, brusc, toată lumea îți sare în ajutor, ție și bebelușului tău?

Fiecare nou nucleu familial este diferit și ascunde în interior o lume secretă, de multe ori rezultatul trăirilor trecute, care reapar imediat ce devenim mame sau tați. Experiențele, amintirile, emoțiile se reflectă activ în viața de familie atât de „schimbată” acum, condiționând la rândul lor senzații, emoții și reacții ale nou-născutului. Dacă legătura mea cu fiecare copil este diferită și specială, la fel trebuie să fie și cu fiecare dintre voi.

Am decis, în consecință, să leg relații mai „personale”, rezervând mai mult timp pentru a vorbi, dând o mai mare atenție problemelor sau situațiilor trăite, momentelor dedicate „formării” și „informării” sanitare individuale și în grupuri mici.

Într-o eră ca a noastră, în care site-urile web și rețelele sociale sunt consultate pentru orice lucru, și, fără o pregătire medicală adecvată, vă pot da informații false și incorecte, este foarte ușor ca acestea să vă sperie și să vă provoace „crize”.

Asta nu se va întâmpla dacă veți fi informați înainte despre cum să faceți față primelor accese de febră și primelor boli ale copilului vostru. Să știi dinainte ce se poate întâmpla și de ce se întâmplă este singurul mod de a reuși să înfrunți o situație nouă cu cel mai mare calm și cu siguranța de a o avea sub control.