

# 大康自然健康中心

## OPTIMUM HEALTH CENTRE

### 組織鹽使用指南

#### 膿瘡 ABSCESS

處理方法 - 採用熱敷，亞麻仁粥劑敷塗患處。當膿瘡破開時，用金盞花汁用五份暖水開稀後清洗傷口，再用金盞花膏塗患處。

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS - 當患處很紅，痛及有博跳痛。每小時一劑。

硫酸鈣 CALC SULPH - 當膿頭已經形成；這療劑會幫助膿頭快些熟，不需要用手術刺穿膿瘡。

矽 SILICEA - 當膿瘡穿開後，這療劑可幫助膿液排出來，令傷口復合更好。

#### 暗瘡 ACNE

處理方法 - 應從飲食著手，避免肥膩食物，尤其是動物脂肪。注意正確清潔，運動及大便習慣是很重要的。如果有任何經期問題，先要處理。

療劑：

氯化鈉 NAT MUR - 早、晚一劑。這療劑對一些人面色不佳，如泥土色澤，無血色及傾向便秘，身體精神經常低落的人，最為適宜。

氯化鉀 KALI MUR - 每日服用三次。對因為錯誤飲食引起面部及頸部的暗瘡，暗瘡是充滿又白又濃的膿液。

磷酸鈣 CALC PHOS - 尤其適用青春期的女性。婦女經期通常是過早及經血多，有很多腰背痛問題。

#### 貧血 ANEMIA

處理方法 - 避免過分採用含鐵的補充劑。充足的食物養分，和暖的衣服及戶外運動，會有很大裨益。

療劑：

磷酸鈣 CALC PHOS - 每日三次，每次兩粒。這療劑會補充身體的紅血球。面色如臘白，頭痛，耳鳴，眩暈，手足冰冷，傾向過量經血。

磷化鐵 FERR PHOS - 當整體健康改善後，跟著採用。整體缺乏鮮血，唇白，藍眼圈，傾向有咳嗽、頭痛。

氯化鈉 NAT MUR - 每日三次，每次兩粒。對一些少女面色不乾淨，經常有心跳，情緒有抑鬱，低落，容易發惡夢，便秘，背痛，及容易有發冷發熱，神經痛等症狀的人。

#### 哮喘 ASTHMA

療劑：

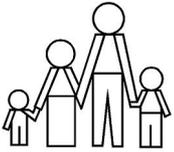
磷酸鐵 FERR PHOS 及磷酸鎂 MAG PHOS - 每十五至三十分鐘交替服用。這是當有氣喘，噁心作悶及咳嗽時採用。

徹底的治療方法

硫酸鈉 NAT SULPH - 早、晚一劑。尤其適合小朋友，皮膚問題以後，如濕疹，再出現哮喘。一

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



## OPTIMUM HEALTH CENTRE

些兒童每當氣候改變，就會喘起來。連續使用數星期後，再使用磷酸鈣 CALC PHOS，相同方法使用。如果能夠堅持一段時間使用這體質性的療劑，很多哮喘病都可以根治。

### 腰背痛 BACK PAIN

療劑：

硫酸鈣 CALC SULPH - 每日三次。腰背痛於下腰部，尤其是在早上，有麻痺寒冷及蟲爬的感覺。年青人因成長過快引起的背痛及運動後引起的背痛最適用。

氯化鈉 NAT MUR - 早、晚一劑。這種背痛如用硬物壓在背上，會感到舒適。

磷化鉀 KALI PHOS - 這種背痛因為身體流失精液，如汗水及神經受干擾而引起的。

### 遺尿 BED WETTING

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS - 如有發炎或肌肉軟弱。

磷化鉀 KALI PHOS - 對一些神經過度緊張的兒童。

### 昆蟲咬傷 BITES

療劑：

氯化鈉 NAT MUR - 紓減痛楚，可以內服或外敷。

### 腦筋疲倦 BRAIN FAG

療劑：

磷化鉀 KALI PHOS - 早上一劑及矽 SILICEA 晚上一劑，要服用一段長時間方為有效。這療劑可助安眠，恢復胃口，信心及體力。對一些怕冷的及傾向晚上出汗的小朋友，可加用磷酸鈣 CALC PHOS，在餐前服用一劑。

### 支氣管炎 BRONCHITIS

處理方法 - 體內應保持和暖平穩的溫度。病人要多上床休息，進食流質食物，如粥水。

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS - 首先採用二十四小時，每一小時一劑。當痰變為鬆散，痛楚及發燒減退，再可加用氯化鉀 KALI MUR，每兩小時交替使用。通常這處理方法已足夠。當咳嗽再變得稀鬆與及肺部出現震盪的聲音，就改用硫酸鉀 KALI SULPH，每兩小時服用一劑。對一些慢性支氣管炎主要療劑是硫酸鉀 KALI SULPH，磷酸鈣 CALC PHOS 及矽 SILICEA，先用一種，每日三次，連續一星期，再轉另一種，三種交替使用，當得到改善後，療劑可改用高份能，如 12X，減少次數至每日一至二次。

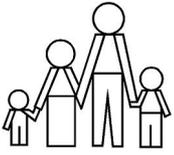
### 燒傷或灼傷 BURNS OR SCALDS

療劑：

多用蘆薈或金盞花汁外敷，內服方面可用磷酸鐵 FERR PHOS。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



### 感冒 CATAARH

處理方法 - 調節飲食，食物以清淡為主，避免進食牛乳類食物，要保持排便暢通，多飲開水。用乾擦皮膚方法保持排毒功能。衣服以純棉質或羊毛為主，寢室保持空氣流通，多作深呼吸。

療劑：

氯化鉀 KALI MUR - 鼻塞及鼻乾、痰液由喉嚨後咳出，是初起時的最好療劑，每三小時服一劑，一星期後再加以下療劑。

磷化鈣 CALC PHOS - 對慢性感冒有幫助。鼻腫脹或潰瘍，病人容易傷風。這療劑能夠強化黏膜。可與其他療劑交替地使用，或睡前一劑。

氯化鈉 NAT MUR - 當流液是清稀如水，不斷地流著出來，口唇可能會出現潰瘍。出現潰瘍的唇瘡，喪失味覺及嗅覺，病者通常無血色、容易背痛及頭痛。

硫酸鉀 KALI SULPH - 當分泌物變為黃及黏滑

硫酸鈉 NAT SULPH - 當出現大量綠色黏液，病人通常怕潮濕天氣。

矽 SILICEA - 當遇到特別頑固的情況，而流液腥臭，鼻孔感到乾及痛楚，或黏膜出現潰瘍，服用這劑外，可隨著用氟化鈣 CALC FLUOR。

### 感冒發燒 CATAARH FEVER

處理方法 - 可進行溫水浴及飲大量暖水，幫助身體出汗。食物方面減少刺激性及肉類食物，應以清淡為主。

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS 及氯化鈉 NAT MUR - 每小時一劑交替使用。當情況改善，可加長每劑之間的時間。

磷化鈣 CALC PHOS - 每日三次，作為病後調理虛弱體質，可作補品。

### 水痘 CHICKEN POX

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS 及氯化鈉 NAT MUR - 是主要療劑。通常不需長期服用，因為這疾病溫和及病程短暫。

### 腸絞痛 COLIC

處理方法 - 用熱敷腹部，保持足部溫暖。遇有便秘時，可用暖水灌腸，幫助排便。

療劑：

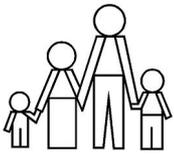
磷酸鎂 MAG PHOS - 在絞痛時會排氣，痛楚令病人身體向前屈曲，小孩會抽起腳。

磷化鈉 NAT PHOS - 病者有帶酸的症狀，例如糞便，嘔吐物有酸味。每小時一劑直到症狀紓緩後，改為每日三次。

硫酸鈉 NAT SULPH - 通常絞痛由右腹股溝開始，並且有口苦的症狀。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



## OPTIMUM HEALTH CENTRE

### 腦部震盪 CONCUSSION OF THE BRAIN

硫酸鈉 NAT SULPH – 對腦部震盪後遺症特別有療效。每晚睡前服用一劑。

### 便秘 CONSTIPATION

處理方法 – 要求每日大便，多作戶外運動，用手或乾擦進行腹部按摩，淋凍水浴或以凍水洗擦下半身，避免服用輕瀉藥。飲食方面，通常需要改變飲食習慣，每餐不要進食過量食物，食物以簡單及容易消化，多素少肉，多纖維、穀類，蔬菜水果為主，食全麥麵包、糙米、蘋果、梨、棗及無花果類，避免進食乳酪、煙的肉類及過度調味的食物，平日應大量飲開水，但不要在進餐時飲水，應在兩餐之間時飲。

療劑：

硫酸鉀 KALI SULPH – 有習慣性便秘，口淡、舌苔黃。

氯化鈉 NAT MUR – 糞便乾，難於排出，排便後有撕裂出血刺痛的感覺，常有痔瘡、頭痛、背痛。

矽 SILICEA – 肛門好像沒有能力推出糞便。有時糞便被推出部份後又再縮回去，通常小朋友營養不良，面色如土及恍白。

磷酸鈣 CALC PHOS – 大便遲緩、糞便乾帶血，對老年人有情緒低落，眩暈及頭痛有幫助。

### 幫助康復 CONVALESCENCE

療劑：

磷酸鈣 CALC PHOS – 主要功效是幫助改善血的質素，增加吸收及補充整體的健康。

磷酸鐵 FERR PHOS – 通常幫助磷酸鈣氧化血液。

### 咳嗽 COUGH

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS – 傷風過後的乾、短咳，胸口痛，有微燒，小朋友呼吸系統初出現毛病時，有效地將病程減短。

氯化鉀 KALI MUR – 咳聲響亮，嘈吵，帶有黏白的痰。

硫酸鉀 KALI SULPH – 咳中帶黃痰，呼吸有雜聲，通常病者不喜歡溫暖的房間。

磷酸鎂 MAG PHOS – 適用於抽搐性及類似百日咳的咳，晚間尤甚，神經緊張的乾咳。

磷酸鈣 CALC PHOS – 窒息性的咳，躺臥時有紓緩的感覺，痰呈條狀及堅韌。

硫酸鈉 NAT SULPH – 咳嗽時有空虛的感覺，胸痛，痰黃及厚。

### 嬰兒哭啼 CRY OF INFANT

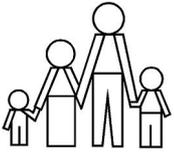
處理方法：先確定嬰孩之哭啼是否因不適引起，保持足部和腹部溫暖和乾爽。衣服不適宜太緊，檢查有沒有被釘刺的可能。

療劑：

通常會採用磷酸鈣 CALC PHOS – 需要時可再加磷酸鎂 MAG.PHOS.。如果是出牙期，磷酸鈣是會減低不安及哭啼的情況。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



## OPTIMUM HEALTH CENTRE

### 傷風後失聰 DEAFNESS FROM THE COLD

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS – 每日三次，幾日後如有需要可再加氯化鉀 KALI MUR，同樣方法服用。

### 體質衰弱 DEBILITY.

療劑：

磷化鉀 KALI PHOS – 通常問題出現在神經系統，表現癥狀包括精神緊張，失眠，少許活動也感疲累。精神及身體方面病人感覺情緒低落和處於敏感狀態。服量每日三次。

磷酸鈣 CALC PHOS – 通常是面青唇白的青春期少女，她們經常感到極度不安和緊張，容易頭痛。喜歡外出但一外出後又想回家。她們發育遲緩和血液循環不良，鼻子和耳朵凍。或者適用於成長期過速的孩子。服用量每日三次至四次。

氯化鈉 NAT MUR – 對貧血的狀態，面色青白，背部常感寒冷，膚色暗黃，給人一種不清潔的感覺，容易心跳，便秘，流稀釋的液體，情緒低落，尤其在經期時，背痛時喜用硬物壓背而感舒服，頸部消瘦，病人喜愛鹹味食物，不愛吃麵包。服用量每日三次。

### 出牙 DENTITION

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS – 當出現發燒時用。

氯化鈉 NAT MUR – 當孩子出現流大量清口水時用。

磷酸鎂 MAG PHOS – 當出現抽痛絞痛的症狀。

### 腹瀉 DIARRHEA

處理方法：在腹瀉緊急期，最好是避免進食食物，或者餓三餐，多飲清水。如想進食，食物清淡為主，如粥，麥片等，不要食刺激性食物，或纖維過高的食物，多休息。

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS – 糞便似水狀，或含有未經消化的食物，加上有絞痛。

磷酸鎂 MAG PHOS – 腹痛比較嚴厲時較為合用。

氯化鉀 KALI MUR – 糞便帶有血和有黏液，舌苔白。服用量每次腹瀉後用一劑。

磷酸鈣 CALC PHOS 及硫酸鈉 NAT SULPH – 是長期慢性腹瀉的最佳療劑。用法是早、晚交替使用及每次大便後。

### 耳疾 EAR, DISEASES OF THE (EARCHE)

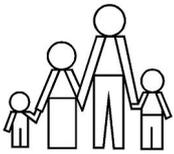
處理方法：用熱敷及採用磷酸鐵 FERR PHOS 一劑，每五分鐘一次，直至紓緩。

### 耳有嗡嗡聲 EAR, HUMMING IN THE

磷化鉀 KALI PHOS 是主要療劑。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



## OPTIMUM HEALTH CENTRE

### 耳朵流出液體 EAR, DISCHARGE FROM THE

氯化鉀 KALI MUR, 矽 SILICEA 及磷酸鈣 CALC PHOS 為主要療劑。服用方法, 每日三次, 連服一星期, 然後轉用另一種。

### 濕疹 ECZEMA

療劑:

氯化鉀 KALI MUR 硫酸鉀 KALI SULPH 及氯化鈉 NAT MUR 是主要療劑。服用方法, 早、晚各一劑, 連服一星期, 再轉為 12X 的份能。如兩至三星期後沒有改善, 就應轉換其他療劑, 以相似的方法服用。

### 眼疾 EYE, DISEASES OF

療劑:

氯化鉀 KALI MUR - 眼角膜潰瘍, 有黏液流出。

氯化鈉 NAT MUR - 肌同性弱視, 圍繞眼球神經痛, 很多淚水, 眼蓋有結粒。

矽 SILICEA - 麥粒腫 (俗稱眼挑針), 眼皮變硬; 選用的療劑要低過 6X。對慢性毛病選用 12X 較好。早晚一劑。

### 發燒 (一般性或發炎) FEVER (Simple or Inflammatory)

處理方法 - 病人房間空氣要流通及清涼, 床褥要輕適, 食物以清稀容易消化為主, 例如粥, 清湯, 檸檬水。飲熱水, 暖水浸浴 (可參考「自然療法知多D」一書) 幫助排汗來退燒。

療劑:

磷酸鐵 FERR PHOS - 是唯一需要的療劑, 每一小時服一劑直至退燒為止。

磷化鉀 KALI PHOS - 神經性發燒, 脈快速不規則, 加上神經性興奮及軟弱, 口乾, 口週圍出水, 有神智不清的傾向。

### 胃腸氣脹 FLATULENCY

磷酸鎂 MAG PHOS 及磷酸鈣 CALC PHOS - 是主要療劑。餐後服一劑磷酸鎂, 跟著每半小時再服一劑, 直到好轉為止; 早晚服一劑磷酸鈣作為體質療劑。

### 胃部不適 GASTRIC DISTURBANCES

療劑:

氯化鉀 KALI MUR - 因為錯誤飲食, 尤其是肥膩食物導致問題。

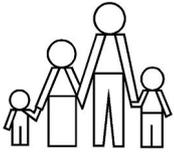
硫酸鈉 NAT SULPH - 如果連帶有肝的症候, 例如膚色黃, 右邊痛, 多氣, 腹瀉。

### 腺體毛病 GLANDULAR AFFECTIONS

組織鹽對身體各部位腺體毛病特別有效, 但對處理慢性腺體毛病時, 需要耐心, 不用經常轉藥。孩子經常性出現頸部淋巴結的結核或喉嚨扁桃腺脹大, 通常是有遺傳的因素, 因此在處理時不能心急。

採用: 自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



療劑：

氯化鉀 KALI MUR - 是處理急性腫脹主要療劑。

磷酸鈣 CALC PHOS - 是處理慢性的毛病。

矽 SILICEA - 是用在化膿的扁卡桃腺炎。

服法每日三次，可從 3 X 份能開始，一星期後加至 6 X，1 2 X。

### 口部生飛滋 CANKER OF THE MOUTH

處理方法 - 避食酸性的食物，煎炸油膩的食物，糖果。

療劑：

先用氯化鉀 KALI MUR，如果在三日後不先效，加氯化鈉 NAT MUR 一起用。

### 花粉熱 HAY FEVER

療劑：

氯化鈉 NAT MUR - 喜食咸味，陽光曬下會導致流稀鼻水，鼻道淚道感覺痕癢。

矽 SILICEA - 鼻及耳咽管出口有痕癢及麻刺痛感覺，強打噴涕及排出刺痛流液。失聲，喉嚨乾燥，咳嗽刺痛。凍飲，講說話，晚間躺下時都會加劇病狀。

### 頭髮脫落 HAIR FALLING

常見的頭髮脫落通常是由發燒引起，而且是暫時性的，可用磷酸鈣 CALC PHOS 每日三次來阻止。其他的頭髮疏落可以用頭擦經常梳擦頭皮，增進血液循環來改善。不要太密地洗頭。間歇性地服用氟化鈣 CALC FLUOR 及矽 SILICEA 也有效益。

### 頭痛，傷風性 HEADACHE, FROM A COLD

症狀：頭部有壓迫感，很多時早上感覺較佳，黃昏時差，眼充滿淚水，打噴嚏，鼻乾熱，有時會咳。

療劑：

通常祇需要磷酸鐵 FERR PHOS 每半小時一次密密使用。

### 頭痛，充血性 HEADACHE, CONGESTIVE

症狀：頭脹滿及重，伴有暈眩，由其是當屈身彎腰時，頭熱悸動，還見得到頸部動脈跳動，當痛加劇時會嘔吐，搖動頭部，躺平，轉身向下會令頭痛加劇，有時站立會更舒適。

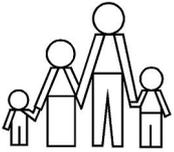
主要療劑是磷酸鐵 FERR PHOS。

### 頭痛，神經感張性 HEADACHE, NERVOUS

症狀：通常是週期性發作，痛的性質是撕裂性，蹦跳性或深硬性的痛楚，影響一邊性或某一點地方痛。痛處惡壓；不能忍受光線，嘈音及精神刺激，頭痛時往往出現噁心嘔吐黃膽水或黏液。

處理方法：在頭痛發作時用磷化鉀 KALI PHOS 及磷酸鐵 FERR PHOS 每半小時交替服用。在平服期用氯化鈉 NAT MUR 一星期，矽 SILICEA 另一星期交替地使用。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。



### 打嗝 HICCUP

處理方法 - 屏住氣是最簡單及很多時有效的方法，或者飲一大杯凍水。如果是嬰兒的話，可將嬰兒放在胸前哺乳。要留意是否進食過急或每次太多。

療劑：

磷酸鎂 MAG PHOS 是唯一一種需要採用的療劑。

### 喉嚨沙啞 HOARSENESS

處理方法 - 用大量凍水，或凍鹽水及凍海綿大力磨擦喉部。食清淡食物，少肉，戒刺激品。保持足部和暖，要不過度用聲線。

療劑：

每一小時交替服用磷酸鐵 FERR PHOS 及氯化鉀 KALI MUR。對付頑固的例子時，用硫酸鈣 CALC SULPH。

### 消化不良 INDIGESTION

處理方法 - 先從飲食着手。不要勉強跟從某些飲食理論，如果經驗告訴你某些食物對你不利，就要避免。要記著，對某人好的食物未必對另一位人一樣地好，雖然症狀相似。每個人都需要尋找適合自己個人的食物。食物要多方面，簡單而有營養的，慢慢吃，多咀嚼，要定時。進餐時不要大量飲水或其他飲品，以免沖淡腸胃的消化液。

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS - 胃窩按時感覺痛；嘔吐；餐後腹痛；氣脹；無胃口；厭惡牛奶；受不了肉類；緊身衣服受不了，渴飲凍水；喜刺激品。

氯化鉀 KALI MUR - 有舌苔；受不得油膩食物，口苦，肝功能遲緩，右肩下方有痛楚。

磷酸鉀 KALI PHOS - 餐後很快餓；胃常感空，左邊痛，心臟弱，胃常有小點痛處；非常緊張沮喪。

硫酸鉀 KALI SULPH - 舌苔黃；胃窩有硬物及脹滿感，胃痛，反酸。

磷酸鎂 MAG PHOS - 胃抽筋；收縮；打嗝；食後食物反流；渴食糖；胃痛。

氯化鈉 NAT MUR - 胃痛及容易反酸；口氣臭；便秘；對吸煙失去胃口；非常口渴；口酸；厭麵包；胃窩有紅色塊。

磷酸鈉 NAT PHOS - 酸性十分重；酸液湧上；舌苔濕黃膩；胃毛病因由於蟲的存在；胃灼熱；嘔吐深色、咖啡渣液體。

硫酸鈉 NAT SULPH - 膽毛病；口苦；嘔吐苦水；胃灼熱；大量胃氣產生，困在腸裡。

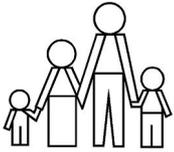
磷酸鈣 CALC PHOS - 這療劑對大多數的消化不良症有幫助；餐後感覺痛楚；渴食醃豬肉，火腿，咸煙肉；痛楚因氣排出得減，對處理大量胃氣毛病很少失手。

硫酸鈣 CALC SULPH - 渴食水果，茶，紅葡萄酒，綠葉蔬菜。

矽 SILICEA - 長期消化不良症，寒冷；極度肚餓；厭惡和暖的食物，受不了酒精刺激品。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



## OPTIMUM HEALTH CENTRE

### 腿抽筋 LEGS, CRAMPS IN THE

小腿後肌肉突然抽筋起來，晚間尤甚。

療劑：

主要療劑是磷酸鎂 MAG PHOS，每十五分鐘一次，連服數劑。跟著早晚一服磷酸鈣 CALC PHOS。

### 嘴唇 LIPS

嘴唇會出現的毛病包括唇瘡，裂，乾，剝落，腫；寒冷天氣皮膚爆裂，疱疹凍瘡。

療劑：

最好處理法是外塗冷霜，內服氯化鉀 KALI MUR。

氯化鈉 NAT MUR – 當嘴角爆裂，或在唇中央，凍瘡，上唇腫脹，每三小時一劑。

### 麻疹 MEASLES

處理方法 – 保持房間空氣流通，暗，適度和暖，但不得有風吹。小心不要讓病人在出疹過後傷風。可用海棉以溫水經常洗身，食物起初時要清淡，跟著要營養豐富，要避免一切肉類，飲品也要微溫，以免受寒。麻疹最危險的是過後的後遺症如支氣管炎，肺炎等。

療劑：

主要療劑是磷酸鐵 FERR PHOS，可以每二小時一劑，直至疹完全發出或當仍然有麻煩的咳時。如有舌苔，沙咳，腺體腫脹，有些聾，可跟着使用或交替使用氯化鉀 KALI MUR。在康復期，可服磷酸鈣 CALC PHOS，每三小時一次，直至完全康復為止。

### 記憶力差 MEMORY-DEFICIENT

這會是年老的癥兆，或可能是神經疲累，生病後，用腦過度的暫時現象。

處理方法包括停止用腦及服用磷酸鉀 KALI PHOS，每日三次。

### 腮腺炎 MUMPS

處理方法 – 病人要留守屋內，避免外出受寒或濕；腺體可以熱布敷，保持和暖，飲食要清淡，不可過飽。如果病人著涼，可能引發睪丸炎。

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS - 在當有任何發燒的跡象，每一小時一劑。通常是沒有發燒的，那就不用氯化鉀 KALI MUR 每三小時一劑就應該足夠。如腫脹經一段時間仍然不退，那就不用幾劑氟化鈣 CALC FLUOR。

### 頸硬 NECK, STIFF

通常是受寒或風濕引起。

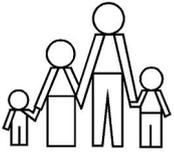
處理方法 – 用藥油按摩頸患處，保持頸部溫暖，不要受風吹或受濕。

療劑：

每兩小時服一劑磷酸鐵 FERR PHOS。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



## OPTIMUM HEALTH CENTRE

### 神經緊張 NERVOUSNESS

療劑：

磷酸鉀 KALI PHOS 及磷酸鈣 CALC PHOS 是主要療劑，要服用一段時間，由 6 X 開始用，一日三次服用一週，再轉另一種。如果病人是寒底及有些兒知識份子的頭腦，早晚一劑矽 SILICEA，一星期後，轉為 1 2 X，以同樣方式服用。

### 蕁麻疹 NETTLE RASH

避免刺激食物，保持大便正常，用麥片糊水浸浴患處，每二小時交替服用氯化鈉 NAT MUR 及氯化鉀 KALI MUR。

### 惡夢 NIGHTMARE

處理方法 - 晚餐不宜過飽；避免疲勞過度及太厚床褥。睡前服一劑磷酸鉀 KALI PHOS。

### 流鼻血 NOSE, BLEEDING FROM THE

處理方法 - 將臉部浸入凍水，及手潑凍水或水加醋入鼻孔裏，或用冰敷鼻樑或凍毛巾敷頸部兩側大動脈處。頭要保持高置，食物要簡單清淡。由於流鼻血往往是身體紓緩內部充血的表現，因此也不必強加抑制，平日生活要有節制，定期作適量運動，食物要有營養，避食刺激品，多用凍水洗身。

療劑：

主要的療劑是磷酸鐵 FERR PHOS，將三粒溶於一杯凍水，每幾分鐘飲一口，直至改善為止。

### 各種痛楚 PAINS

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS - 悸動的痛楚，帶有發熱，發炎及充血，肌肉及筋拉傷，扭傷。割傷及傷口的痛楚，可以磷酸鐵 FERR PHOS 粉直接塗敷患處。磷酸鐵 FERR PHOS 及磷酸鎂 MAG PHOS 是止痛用的主要療劑。

磷酸鎂 MAG PHOS - 痙攣性，抽縮性痛楚，加上刺，鑽感覺，神經痛，坐骨神經痛，經痛等。

磷酸鉀 KALI PHOS - 皮膚痕癢及神經刺激或蟲爬感。痕癢及刺痛的凍瘡。

氟化鈣 CALC FLUOR - 因為血液循環不良引起的足部疼痛及重沉感。下腰痛加上拖曳感。

磷酸鈣 CALC PHOS - 骨與關節深處的痛楚，晚間尤甚。痛楚因搖動手足而得減。

氯化鉀 KALI MUR - 痛楚伴有軟性腫脹，扁桃腺炎，纖維質的排液。因食脂肪或肥膩食物而引至胃痛。

矽 SILICEA - 痛楚是由又黃又濃的膿液，疔，齧膿腫，膿瘡引起的。

硫酸鉀 KALI SULPH - 胃痛加上胃窩有壓力及脹卜卜的感覺。

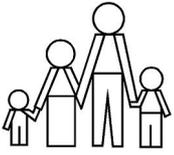
氯化鈉 NAT MUR - 痛楚伴有排水液癥狀，全身感到搏動。

磷酸鈉 NAT PHOS - 消化問題的心口灼熱，反酸。

硫酸鈉 NAT SULPH - 症狀與肝氣不和有關，噁心，頭痛等。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



## OPTIMUM HEALTH CENTRE

### 盜汗 PERSPIRATION

盜汗是與一般正常的出汗不同，通常是由於體質虛弱，營衛不保，急性病後或身體整體性虛勞引起，可以用海綿浸蘋果醋酸開水抹身，同時服磷酸鈣 CALC PHOS 3 X。

### 喉頭炎 PHARYNGITIS

紅，痛及口腔喉嚨黏膜腫脹。

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS - 如果喉嚨乾，熱及嚥吞時有痛楚；每一小時服用一劑。

氯化鉀 KALI MUR - 如果舌苔白色及喉嚨腫脹。

磷酸鈉 NAT PHOS - 如果舌苔有黃積。

慢性喉頭炎往往是與吸煙有關，必要戒煙。服用氯化鉀 KALI MUR 一個療程，每日三次，往往有意想不到的效果。

### 皮膚毛病 SKIN DISEASES

療劑：

磷酸鈣 CALC PHOS 3 X, 6 X - 化膿性的皮膚毛病，流出黃色濃液。

氯化鉀 KALI MUR 6 X, 12 X - 較厚的濕疹爆發；分泌白色膿液；疣；奶白色的舌苔。

硫酸鉀 KALI SULPH 6 X, 12 X - 流黃水狀液體的疹，黏膿；突然壓抑皮疹的後遺症。

氯化鈉 NAT MUR 6 X, 12 X - 流清水液的疹；過度食鹽引起的濕疹；皮膚出水；疱疹。

### 睡眠不安 SLEEP DISTURBANCES

通常是神經系統過度消耗的先兆，要治療整體的健康狀況。避免用神的工作，特別是在黃昏時候，不要飲刺激性，例如咖啡，不要在饑餓時上床睡覺，睡前一杯牛肉茶或熱豆奶或鮮奶會幫助你一覺睡至天明，保持足部和暖，需要的話，可用熱水袋上床。

最佳的療劑是磷酸鉀 KALI PHOS 每晚臨睡前服食。

矽 SILICEA - 如果病者是屬於神經緊張及容易興奮及身體寒冷的話，在日間服用。

### 喉嚨痛 SORE THROAT

處理方法 - 用濕布敷喉部附近；如果喉嚨是紅，發炎，十分之痛，燒熱感，用鹽水含嗽喉嚨及服磷酸鐵 FERR PHOS，每半小時一服。這對歌唱的喉嚨痛及用聲過度的人仕有用。黃昏喉嚨沙啞者。

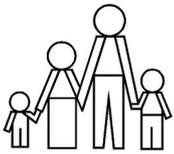
氯化鉀 KALI MUR - 當扁桃腺發大，喉嚨潰瘍發痛，肉芽腫性咽喉炎。喉嚨的黏液堅。

氯化鈉 NAT MUR - 吸煙人仕喉嚨痛及經過採用硝酸銀治療後引起的喉嚨痛。喉嚨感到收窄及針刺。慢性喉嚨痛及有硬物感及十分乾的。

氟化鈣 CALC FLUOR - 鬆弛性的喉嚨痛，吊鐘過長而黏貼喉部。晨早時分咳出黏痰。喉有燒痛。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



## OPTIMUM HEALTH CENTRE

### 鵝口瘡 THRUSH; (Aphthous, Sore-mouth)

處理方法：只能進食流質及涼的食物。用硼酸水保持口腔潔淨。

療劑：

氯化鉀 KALI MUR 及磷酸鈉 NAT PHOS 是適用的療劑，可每小時交替服用。

### 扁桃腺炎 TONSILITIS (Quinsy)

療劑：

氯化鉀 KALI MUR - 是主要療劑。

硫酸鈣 CALC SULPH - 如有膿包，這可與上述療劑交替服用。

### 扁桃腺腫脹 TONSILS, ENLARGED

兒童期常見的毛病，經常當口合時干擾呼吸。現時流行的做法是開刀割除，這是不必要的，可採用療劑治療，但要用數星期才能奏效。

主要療劑是磷酸鈣 CALC PHOS - 慢性扁桃腺炎，張開口時感到痛楚，嚥吞艱難，耳聾，聲沙啞。由 3 X 開始，每日四次，兩週後升至 6 X。

### 牙痛 TOOTHACHE

牙痛的成因很多：蛀牙，虛火，懷孕，極度溫度的轉變，酸甜食物都可以導致一隻或多隻牙痛起，痛的程度及性質也會不同，痛有時會延展到臉部，耳朵，頭頸部。

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS - 當有發熱，臉頰紅，痛因冷飲得減。

氯化鈉 MAT MUR - 當痛連帶大量眼淚及口水。

磷酸鎂 MAG PHOS - ，當痛可因熱敷及熱飲得減。

矽 SILICEA - 當痛是深入牙床骨。

氟化鈣 CALC FLUOR - 當牙瘡形成或有硬的腫脹。

劑量 - 每十五分鐘或半小時服用一次。當有改善後再減次。

### 泌尿毛病 URINARY TROUBLES

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS - 是對兒童遺尿其中最好的療劑及失禁問題，每次咳嗽時尿就迸出來。膀胱炎；尿急不能忍，站立更甚，有灼熱及痛。

磷酸鉀 KALI PHOS - 成長兒童的遺尿。老年人的失禁；尿燒燙，有血尿；尿道痕癢。

磷酸鎂 MAG PHOS - 痙攣性的閉尿症。尿石。

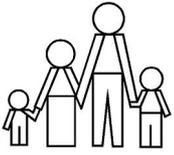
磷酸鈉 NAT PHOS - 膀胱黏膜炎的主要療劑，尿有大量黏液；尿頻；糖尿病。

硫酸鈉 NAT SULPH - 尿有沙，石，磚紅色粉狀沉澱物。對尿酸病人尤其有效，除這療劑外，最好是跟着用。

磷酸鈣 CALC PHOS - 膀胱容易生石；叢毛狀的沉澱物。

氯化鈉 NAT MUR - 排尿後尿道痛如刀割，尿多及尿頻；咳嗽，走路時會尿失禁。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。



### 疫苗注射後遺症 VACCINATION

療劑：

氯化鉀 KALI MUR 及矽 SILICEA 是疫苗注射後遺症的解藥，一早一晚服用。

### 嘔吐 VOMITING

嘔吐是兒童常見的癥狀，通常是飲食失當或急性毛病先兆。

如要成功地處理這問題，必要從整體考慮及顧及背後的成因，從病癥方面可以考慮下面的療劑。

療劑：

矽 SILICEA – 孩子一開始飲奶就嘔。晨早嘔吐加寒冷。

磷酸鐵 FERR PHOS – 嘔吐食物中帶酸液，食後不久就嘔吐；嘔吐鮮紅的血。

氯化鉀 KALI MUR – 嘔吐厚白的痰。

氯化鈉 NAT MUR – 嘔吐酸液，並非食物；凝結物；如咖啡滓般的暗色物質，水狀，線狀透明的黏液。

磷酸鈉 NAT PHOS – 口苦嘔黃膽水。晨早不適，惡心不斷。

磷酸鈣 CALC PHOS – 飲凍水及雪糕後嘔吐。嬰兒經常性地嘔吐，不斷要飲奶。出牙的嘔吐。

### 線蟲 WORMS, THREAD

處理方法 – 先從飲食着手，避食太多澱粉質，糊類食物。可間歇地以鹽水灌腸，一茶匙鹽加入四份之一加侖水，再用凡士林塗上直腸。

療劑：

磷酸鈉 NAT PHOS - 是對所有形狀的蟲的主要療劑，不論是圓形，長形或線蟲。癥狀方面可能是腹痛，睡眠不安，挖鼻孔，反酸，直腸痕癢，磨牙等。這療劑功能是消除過多的乳酸，而蟲是有賴乳酸為生。用 3 X 的早晚一服。

### 傷口，拉傷及扭傷 WOUNDS, SPRAINS AND STRAINS

療劑：

磷酸鐵 FERR PHOS – 這是對扭傷，趾傷，割傷，傷口等的首要療劑，它能減輕痛楚及充血，還可以作外敷用途。

氯化鉀 KALI MUR – 處理腫脹問題，與磷酸鐵交替服用。

硫酸鈣 CALC SULPH – 傷口發膿。

氟化鈣 CALC FLUOR – 瘀傷及骨。

矽 SILICEA – 傷口化膿，流出黃濃膿液。

硫酸鈉 NAT SULPH – 受驚後的後遺症。

磷酸鈣 CALC PHOS – 幫助骨折痊癒，在任何有骨傷或骨脆的情況下都後可以使用。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.