

しもやけの改善とともに心も開放されたケース

阿部 美里

女性 42 歳

【主訴】

手のしもやけ

【具体的内容】

3 年前マンションから一軒家に引っ越して以来、冬になると手がしもやけになる。手指が 1.5 倍位腫れることもあり、腫れると痛痒くなり感覚も鈍くなる。少し赤みもある。

特にお菓子をたくさん食べた後に腫れる傾向がある。酸っぱい飲み物が好き。

蒸籠を毎日使用していたり、ハンドクリームを塗っているので乾燥はしていない。

最近涙もろく、漠然とした将来の不安がある。

【レメディー選択】

2025. 3. 10

①Ars. 30C 1 日 1 粒と Hep. 30C 1 日 1 粒を水に溶かしてちびちびとる

夜 : Apis. 30C 1 粒舌下

7 日間継続

②Ars. 30C 1 日 1 粒と Arg-n. 30C 1 日 1 粒を水に溶かしてちびちびとる

7 日間継続

【選択の根拠】

ホメオパシーinJapan や講義の内容より基本キットからレメディーを選択

Ars. : 皮膚、血の循環、心配性、不安

Hep. : あかざれ、冬悪化、湿気で好転

Apis. : 皮膚、浮腫み、痒み、酸っぱいものが好き

Arg-n. : 精神、パニック、心配性、自己コントロール不足

【経過】

① をとり始めた翌日から色々な気持ちが湧き上がり、急に泣けたり何をしたら良いかわからないというパニックのような状態になりしばらく家事をやらなかった（できなかった）。

先の不安や心配は自分で思っていたよりも深かったということに気付いた。家事をやらなかったことや気温が暖かくなってきたこともあってか、1 週間経つ頃には手の荒れや赤みは引いてきて指先が軽く細くなった感じがした。

② をとり始めてから大きな変化はなかったが、ゆるやかに本来の自分自身に向かっていったように感じている。飲み終えてから多くの気持ちの変化に気付いた。

- ・自分はちゃんとできていないからしっかりしなきゃ、人に迷惑をかけないようにしなきゃという気持ちが自分が思っていたより強かったことに気付いた。そんなに頑張らなくても良いのではないかと考えた。
- ・すっかりしたとまでは言えないが、本来の自分らしさに近づいているのではないかとと思っている。忘れていた感覚を思い出したりしている。
- ・以前のように子供たちにヒステリックに怒るようなことがなくなり、穏やかな時間が増えた。
- ・一言で表すと「開放された」という感覚。

【考察】

主訴はしもやけであったが、長年の友人であるこの女性がいろいろなことに敏感で、将来に対する漠然とした不安があることは以前から感じていたので、精神的なことにアプローチすることが必要と考えた。レメディーをとり始めてから様々な感情の開放があり、レメディーをとっている間やとり終えた後にも多くの気付きや学びがあり、自分らしさに近づき穏やかな時間が増えたのでレメディーをとって良かった、と伝えてくれたので私もとても嬉しかった。

私がホメオパシーを勉強しているという話をしたら興味を示し基本キットも購入してくれ、これからレメディーのことを知って色々な場面で使っていきたいと言ってくれているので、もっともっと自分らしさに近づき心身ともに健康になり、充実した日々を送って欲しいと思っている。

元々いろいろなことに敏感な方なので、レメディーをとった時の体や特に心の変化にも敏感で、起こったことや気付いたことをたくさん教えてくれたので、私にとっても多くの学びがあった。ケース提出に協力してくれたこと感謝している。