

Gentle Warriors



Børneurterne

Af Harriet Beinfield, L.Ac.
og Efrem Korngold, L.Ac., O.M.D.

På dansk ved Betina Axil



Vi vil gerne have, at vores børn er robuste, trygge og sunde. Et robust barn tilpasser sig nemt, har masser af energi, er glad og engageret i livet omkring sig. Ved at støtte barnets naturlige vækst og udvikling, øger vi barnets evne til at modstå sygdom og til at tilpasse sig ved forandringer. Et sundt barn reagerer positivt på sund mad og kærlige omgivelser og kommer sig hurtigt over sygdom eller trauma, med blid behandling og mild medicin. At beskytte barnet har første prioritet for forældre og læger.

Børneurterne er sikre og effektive remedier der støtter og beskytter barnets ve og vel - fra spæd og helt op gennem voksenlivet - da de henvender sig til mange af de mest almindelige problemer vi ser hos børn i dag. Urteformularene fokuserer på hudproblemer, luftvejs- og fordøjelsesproblemer samt psykologiske problematikker.

Indenfor konventionel sygdomsbehandling af børn er antibiotika med til at redde liv, men almindeligvis skrives der alt for mange recepter ud til ikke-farlige sygdomme der ofte forsvinder igen af sig selv. Eksempler herpå kan være mellemørebetændelse, bronkitis, bihulebetændelse, halsbetændelse, mave-tarmkatar, urinrørskatar og hududslæt. Ondt i ørerne er den mest almindelige årsag til besøg hos børnelægen, og standardbehandlingen er penicillin, og det selvom studier har bevist at antibiotika ikke effektivt mindsker forekomsten af øreinfektioner. Det amerikanske Center of Disease Control skønner at 20 - 50 procent af de recepter der skrives på penicillin til børn er overflødige. Gentagne antibiotikakure underminerer barnets modstandskraft overfor infektioner og gør derfor at de ofte kommer igen og igen. Desuden vil der forkomme bivirkninger som candida infektion i mave-tarmkanalen, diarré og dårlig optagelse af føden.



Børneurterne stiller alternative løsninger til rådighed overfor børnesygdomme - uden ubehagelige bivirkninger. Før man griber efter barske farmaceutiske løsninger kan følgende formularer være hensigtsmæssige:

Windbreaker:	Ørepine, bihulebetændelse, ondt i halsen, forkølelse, influenza, allergier	Side 3
Chest Relief:	Halskatar, hoste, slim	Side 4
Pipe Cleaner:	Bronchitis, smertefuld hoste, fastsiddende slim	Side 5
Open Air:	Akut astma, hivende vejtrækning	Side 6
Deep Breath:	Kronisk astma, hivende vejtrækning	Side 7
Grow and Thrive:	Dårlig appetit, lav modstandskraft, svag fordøjelse, skrøbeligt væsen	Side 8
Tummy Tamer:	Dårlig fordøjelse, mave- tarmkatar	Side 10
Easy Going:	Forstoppelse	Side 11
Belly Binder:	Diarré	Side 12
Fire Fighter:	Udslæt, nældefeber, børnesår, insektbid og - stik	Side 13
Quiet Calm:	Traumer, stress, humørsyge, uro, hyperaktivitet	Side 15

Børneurterne fås som flydende ekstrakt, der smager mildt og accepteres nemt af børnene.



Forstyrrelser i den øvre brænder er typisk forårsaget af vind. Ydre vind sætter qi og væske i bevægelse der fører til rystelser, forstoppelse og smerter. På grund af spædbørns og små børns naturlige modreaktion er *oprør* typisk temaet over deres lidelser: Den fugtige, varme qi fra maven, tarmene og galdeblæren bevæger sig hastigt opefter og modarbejder hjertet og lungens nedadgående qi fra hoved og bryst. Resultatet er, at der hurtigt produceres store mængder, klistret, gul eller grøn betændelsesvæske (Hede og Slim). Betændelsen har ingen nem udvej, bortset fra næsen, øjnene og ørerne – som er det værste sted, betændelsen kan sætte sig.

Selvom Forsvars – qi'en (wei) hos børn er skrøbelig, er den også utrolig stærk og livskraftig. Derfor kan mindre lidelser som forkølelse og tandfrembrud starte pludseligt med kraftige symptomer. Barnet har kraftig slimafsondring, bliver pludselig ulykkelig og kan have skiftevis høj og normal temperatur. Windbreaker henvender sig til de tidlige stadier af sygdom og tilstande der har en tendens til at udvikle sig til almindelige betændelsestilstande som f.eks. mellemørebetændelse, bihulebetændelse, halsbetændelse eller bronkitis. Disse tilstande opstår typisk, når børn er blevet alt for varme, overtrætte eller efter store udsving i temperatur eller luftfugtighed. En let hoste, en løbende næse, en irriteret hals eller det, at barnet nemt bliver irriteret, kan være de første advarselstegn på en truende forkølelse eller influenza.

Denne formular kan også bruges forebyggende. På den måde opnår barnet beskyttelse når det udsættes for allergener og vejrforandringer. Desuden vil formularen virke som et panser mod nedsat immunforsvar, som følge af mental eller følelsesmæssig overstimulering. Målet er hurtigt at fjerne de primære patogene faktorer som vind og hede, at åbne de øvre luftveje og dæmpe symptomerne på betændelse – feber, ondt i ørerne, øm hals, løbende næse og udslæt.

Denne formular udrenser vind, hede og slim. Den lindrer snue, øm hals, ørepine, feber, de tidlige stadier af en truende forkølelse, influenza, mellemørebetændelse eller tilstoppet næse udløst af allergi.

Indikationer:

Symptomer fra hovedet, halsen, øjnene, ørerne, næsen og huden karakteriseret ved en brændende, kløende og prikkende følelse. Tykt gult eller grønt slim, hævelser, rødmen, svimmelhed, feber og rystelser. Udslæt på hovedet eller i ansigtet eller hormonknopper hos spædbørn. De tidlige stadier af forkølelse, influenza og allergier med nysen, løbende næse, kløende hals, hæs stemme, slim i halsen, en let hoste, lav feber/kulderystelser, svedafsondring, ømhed i musklerne. Aversion overfor træk og åbne vinduer samt følelsesmæssig irritabilitet og sensitivitet.

Vær opmærksom ved følgende symptomer:

Tørst og dehydrering, meget svag og kold, sveder under søvn.

Kontraindikationer: Ingen



Hvis den hyppigste sygdom hos børn er betændelsestilstande som mellemørebetændelse og betændelse i bihuler og hals, så kommer bronkitis ind på en sikker andenplads. Selvom øjne -, øre - og bihuleproblemer har en tendens til at vise sig pludseligt og intensivt, har de også en tendens til hurtigt at klinge af igen. I modsætning hertil kan hoste og blokeringer i brystet og halsen fortsætte i ugevis.

Når et barn hoster ofte eller meget i intervaller, er det tegn på at den sygdoms-fremkaldende proces har invaderet lungen og forstyrret dens nedadgående og spredende funktion. Konsekvensen heraf er, at man må genopbygge lungens oprindelige aktivitet. D.v.s. beskytte lungen fra yderligere negativ påvirkning, ved at styrke qi og wei, således at kroppen støttes i at uddrive sygdommen.

I løbet af andet stadie af en infektion i de øvre luftveje, tilløber der næsten altid hoste i følgeskab med øget produktion af slim. Af samme årsag er det yderst vigtigt på aggressiv vis at løsne og uddrive slim. Det problematiske mønster der kan opstå efter en lang periode med hoste og rigelig slim er udmattelse af lungens fugtighed og den efterfølgende tørhed. For at komme dette mønster i forkøbet er tilførsel af fugt til lungerne en primær forbyggende metode. Dette er ikke kun for at beskytte mod tab af fugt, men også for at sikre at slimafsondringen forsætter med at være flydende og let at komme af med.

Denne formular vil hjælpe med at undertrykke hoste, lindre halsen og brystet, blidt udskille slim, tilføje fugt, genoprette lungens qi, uddrive vind og hede. Desuden støtter den, den nærende qi og forsvars qi'en.

Indikationer:

Hoste med øget slimproduktion. Svært ved at hoste slimet op. Tilstanden forværres eller udløses af træk, træthed, kolde eller varme fødevarer eller drikke. Tilstanden forværres ved omgivelsernes skiftende temperatur eller luftfugtighed, tørhed eller tørst. Hosteanfald. Spændt i brystet og hiven efter vejret. Tør hoste, hvor hosten lyder som en sælhunds gøen (falsk strubehoste).

Vær opmærksom ved følgende symptomer:

Tør hoste uden slim. Høj feber. Udpræget tørst og dehydrering. Stakåndethed og hurtig vejrtrækning. Ekstrem svaghed. Sveder under søvn.

Kontraindikationer:

Kraftig hvæsen. Iltmangel. Uregelmæssig vejrtrækning eller hjerterytm.



Pipe Cleaner henvender sig til den potentielt stædige ubalance, almindelig kendt som astmatisk bronkitis. Denne diagnose beskriver en tilstand forårsaget af en inflammation der er kommet som følge af en virus- eller bakteriel infektion, eller en allergisk reaktion. De tydelige symptomer er en anstrengt hoste, med eller uden hvæsen, ledsaget af mørk eller gul/grønt slim der har en tendens til at blive tykt, klistret og svært at hoste op.

Formularen er baseret på en moderne opskrift af professor Liu Bichen. Pipe Cleaner indeholder fem hovedingredienser der tilsammen gør formularen kraftig anti-inflammatorisk og yderst effektiv mod allergi, mikrober og kramper i luftvejene. Professor Liu forklarer at formularen virker astringerende på lungen så hosten stopper. Den forhindrer patogene bakterier og svampe, modvirker proteinsensitivitet og histamin-chok. Den regulerer lunge qi, opløser slim, fugter lungen, nærer nyrerne, styrker den nedre brænder, udrenser hede, fjerner stagnationer i meridianerne og udvider bronkierne.

Det ses ofte at et akut astmatisk anfald kommer i kølvandet på f.eks. bronkitis der er forårsaget af en forkølelse eller influenza. Et anfald ses også ofte i forbindelse med bihulebetændelse, eller en allergisk reaktion på mad, medicin eller miljø. Uanset ætiologien så er det patogene mønster, et mønster af stagnation og udmattelse. Akkumuleringen og sammenfiltringen af slim, hede og toksiner blokerer den naturlige nedadgående bevægelse af lungens qi og udtørre yin (væske og blod). På længere sigt vil qi udmattes, sammen med lungens og nyrernes essens.

Pipe Cleaner opløser tykt, farvet slim og vender hurtigt en inflammatorisk proces i bronkierne. Samtidig løsnes der op for stagnation og hoste og hivende vejrtrækning lindres.

Indikationer:

Hivende vejrtrækning, hoste og dyspnø. Klistret og tyk gult-grønt slim som er svært at hoste op. Let til moderat feber (under 38,8° C). Tør hoste eller tørst. Hårdnakket og vedvarende bronkitis med eller uden astmatiske symptomer.

Vær opmærksom ved følgende symptomer:

Tør hoste uden slim. Hoste med flydende eller klart slim.

Kontraindikationer:

Ingen



Flere og flere børn rammes i dag af astma. Så mange, at det er ved at ligne en epidemi. Astma er en mulig konsekvens af lungernes og bronkiernes sårbarhed overfor en bred vifte af fysiske, kemiske og biologiske stressfaktorer. Det kan være luftforurening, vejrforandringer, mikroorganismer og allergener som pollen, mug, hår og skæl fra dyr, almindeligt husstøv, passiv rygning, kemiske gasser fra byggematerialer, gulvtæpper, insektgifte, pesticider og rengøringsmidler. Det fysiske miljø, vi udsætter vores nyfødte og småbørn for i dag, er en sand gang gift. Børnenes små organismer udsættes for en fysiologisk udfordring uden sidestykke i de første år af deres udvikling. Når astma først har manifesteret sig som en reaktion på sygdom, allergi eller kemisk påvirkning, er det svært at lave om på. Børn bliver hurtigt og let afhængige af kraftige bronkie-dilatorer, steroid sprays og antihistaminer for at kunne fungere nogenlunde normalt. Desværre yder disse medikamenter ikke beskyttelse overfor infektioner eller forurening og på lang sigt vil de svække kroppen og resultere i en generel udmattelse af qi og essens.

Set ud fra et kinesisk medicinsk perspektiv er astma en betegnelse for begrænset og besværlig vejrtrækning, karakteriseret ved gispen og kortåndethed. Normalt skelner man mellem to typer astma. Overenergitypen der skyldes ophobning af qi i lungen og underenergitypen der skyldes en udmattelse af qi i nyrerne og milten. Et akut astmatisk anfald er næsten altid en manifestation af ophobet qi der er "fanget" i brystet og som ikke kan finde sin naturlige nedadgående retning. Årsagen til at qi'en sidder fast i brystet kan være for megen fugt, tørhed, kold eller varm luft, vind, fysisk udmattelse eller træthed, følelsesmæssige ændringer, eller hvis barnet har været udsat for giftige påvirkninger. Uanset hvad årsagen er, så skal det astmatiske anfald behandles hurtigst muligt for at undgå yderligere svækkelse af lunger, bronkier og qi.

Denne formular lindrer trykken for brystet, stakåndethed, hvæsen og hoste, og opløser og fjerner slim.

Indikationer:

Akut astma: trykken for brystet, hvæsende vejrtrækning, overfladisk vejrtrækning, stakåndethed, hoste, slim der ikke kan hostes op, tør mund og hals, udspilet bryst og øvre maveregion.

Vær opmærksom ved følgende symptomer:

Ekstrem svaghed, apati, høj feber (over 38,8° C), dehydrering, infektion i bronkierne.

Kontraindikationer:

Ingen



Behandlingen af kronisk astma kræver at behandleren er opmærksom og fleksibel i sin behandling, idet astma er en kompleks tilstand. I tilfælde af kronisk astma er der underenergi (xu) ved roden, men også en overenergi (shi) indeni denne underenergi. Ved akut astma, er der overenergi (shi) ved grenen, men indeni denne overenergi er der samtidig en underenergi (xu). Praktisk talt, så vil de to tilstande sikkert optræde skiftevis eller samtidig, og behandlingen må følge derefter.

Open Air fokuserer på behandling af grenen – ved at afhjælpe det akutte astmaanfald med uddrivende og spredende urter – dog er der tilføjet nogle få urter for at undgå svaghed og for at styrke roden (samle nyre qi'en). Deep Breath fokuserer på at behandle roden, ved at styrke de underenergitilstande der ligger bag den kroniske tilstand. Det er tilstande som svækket qi og blod samt svækkelse af miltens, lungens og nyrernes fugt og essens. Deep Breath indeholder også urter der spreder og uddriver (qi og slim) for at modvirke den potentielle stagnation der kan opstå når man styrker qi og fugt midt i stagnationen. Der kan også være slim, kulde, hede og ophobet qi.

Det er bedst at bruge Deep Breath, når patienten ikke har en vedholdende hvæsende vejrtrækning eller hoste. Det har astmatikere dog tit, derfor kan det være ideelt at kombinere Open Air og Deep Breath. Patienter med astma er desuden meget modtagelige overfor sygdomme i de øvre luftveje forårsaget af infektioner og allergi. Deep Breath kan altså også bruges samtidig med andre formularer der lindrer hoste, udrenser slim, vind, hede eller kulde og som styrker og harmoniserer funktionskredsen.

Denne formular styrker lungen og nyrerne, og hjælper dermed til at opløse den svaghed, der ligger til grund for, at nogle mennesker er modtagelige overfor akutte astmatiske anfald.

Indikationer:

Kroniske vejrtrækningsproblemer karakteriseret ved stakåndethed, hvæsen og hoste i forbindelse med fysisk aktivitet eller udsættelse for kold luft, vind eller træthed. Stakåndethed, hoste og hvæsen efter infektion eller allergi. Hoste og hvæsen efter indtagelse af fødevarer der har tendens til at danne slim og blokeringer i hals, næse og bihuler.

Vær opmærksom ved følgende symptomer:

Akut astma. Almindelig forkølelse eller astma med feber

Kontraindikationer:

Ingen



Årsagen til de fleste problemer hos spædbørn og mindre børn er, at deres fordøjelsessystem som er under udvikling har en begrænset kapacitet. Næsteften at trække vejret begynder barnet at sutte på morens bryst. Sutterrefleksen aktiverer hele fordøjelseskanalen fra læber til anus.

Der er to fundamentale ubalancer der ligger til grund for udviklingen af al sygdom; utilstrækkelig førfødsels qi og efterfødsels qi. Vores førfødsels qi har vi meget lille kontrol over, hvis nogen kontrol overhovedet. Men evnen til at opbygge tilstrækkelig eller ligefrem overskud af efterfødsels qi, er en konsekvens af barnets medfødte konstitution, kombineret med forældrenes og miljøets påvirkning, fra det øjeblik barnet kommer til verden. Netop derfor er det så vigtigt at bevare og beskytte barnets skrøbelige mave og tarme, i barnets første leveår. Faktisk bør man være opmærksom på dette, indtil barnet er 7 - 8 år, når barnets første blivende tænder viser sig. Ifølge *Nei Jing* er det i denne alder, at det første stadie af vores livscyklus afsluttes.

Indenfor Kinesisk Medicin mener man at barnets første år domineres af aktiviteten i den midterste brænder - Milten og Mavens qi. Indtil barnet er cirka 1 år - er han/hun "mest mave" - en lille, glad, energifyldt "spisemaskine". Efterhånden som barnet vokser og når etårs alderen, begynder funktionerne for både øvre og nedre brænder at vågne. Barnet begynder så småt at tumle rundt, udforske, gå og tale. Alle disse færdigheder udvikles fra kroppens centrum. Altså mave - milt og midterste brænder. Grow and Thrive støtter livskraften og kapaciteten af lungens, hjertets, nyrens og leverens funktionskreds. Disse funktionskredse er afhængige af efterfødsels qi'en der udspringer fra milten og maven.

Eftersom den nærende qi der udspringer fra miltens funktionskreds, er grundlæggende for forsvars qi'en, så vil enhver ubalance i maven føre til lav modstandsdygtighed overfor skadelige, ydre påvirkninger så som hede, kulde og vind. Således er der god grund til at forestille sig, at fordøjelsesproblemer går forud for forkølelse og influenzalignende symptomer.

Grow and Thrive er en nærende tonic der støtter robust vækst, idet den fremmer den rette optagelse og jævne passage af føde gennem fordøjelseskanalen.

Indikationer:

Dårlig appetit, modstand overfor mad eller meget begrænset indtag af mad. Dårlig fordøjelse med bøvsen, oppustethed, kolikagtige smerter, forstoppelse eller diarré. Halsbrand. Dårlig fordøjelse forbundet med forkølelse, influenza eller allergi. Madforgiftning eller allergiske reaktioner overfor forskellige fødevarer, candida (trøske). Dårlig fordøjelse med kvalme eller mangel på appetit i forbindelse med lav feber eller kulderystelser.



Vær opmærksom ved følgende symptomer:

Forstoppelse og diarré efterfulgt af kvalme, feber, tørst eller dehydrering.
Kronisk diarré eller forstoppelse.

Kontraindikationer:

Opkastning. Vandig eller eksplosiv diarré. Dysenteri eller madforgiftning med høj feber. Mistanke om blokerede tarme eller blindtarmsbetændelse.



Barnets første år er domineret af dets vækst. Den mellemste brænder regulerer miltens og mavens funktioner som er ansvarlige for den næring der skal til, for at vækstprocessen kan foregå. Som barnet modnes, vil livskraften og kapaciteten af lungens, hjertets, nyrens og leverens funktionskreds blive dybt afhængige af den qi der udspringer fra milten og maven.

Maven er ikke kun ansvarlig for hurtig optagelse af næringsstoffer, men mange vigtige, immunologiske mekanismer formidles over membranerne i tarmene. Fordi mavens qi er så aktiv i de første år, og fordi organerne er så sensitive, kan tarmenes jævne peristaltiske bevægelser let forstyrres. Det kan medføre reflux af mad og væske, udvikling af luft i tarmene og starten på diarré eller forstoppelse.

Tummy Tamer er baseret på recepten Bao He Wan, der stammer helt tilbage fra 14. hundrede tallet. I modsætning til Grow and Thrive der en nærende tonic, er Tummy Tamer en formular der regulerer fordøjelsessystemets funktioner. Grow and Thrive er mere styrkende og samlende i sin effekt. Derved støtter den miltens evne til at producere efterfødsels Qi, der er så vigtig for vækst og udvikling. Tummy Tamer er mere aktiverende og spredende for at sikre mavens og tarmenes evne til at bevæge føde og affaldsstoffer på en jævn og rytmisk måde.

Tummy Tamer er et effektivt produkt mod fordøjelses ubalancer. Både til ubalancer forårsaget af følelsesmæssige påvirkninger, ufordøjelige eller urene fødevarer, kolik, tandfrembrud eller første fase af en forkølelse eller en influenza.

Denne formular lindrer dårlig fordøjelse, luft, oppustethed, og kolik forårsaget af stagnation af mad.

Indikationer:

Bøvsen, prutten, oppustethed, reflux, kvalme, dårlig ånde, ildelugtende afføring. Ondt i maven. Langsom fordøjelse af maden. Uregelmæssigt afføringsmønster. Slimophobning efter måltider. Træt og irritabel efter måltider. Fødevarerallergi eller intolerance. Madforgiftning. Forkølelse eller allergisymptomer der går forud for fordøjelsesproblemer.

Vær opmærksom ved følgende symptomer:

Ingen

Kontraindikationer:

Ingen



På grund af børns naturligt, sensitive fordøjelsessystem er det både nemt og meget normalt at de oplever fordøjelsesproblemer der fører til enten diarré eller forstoppelse. I tilfælde af forstoppelse er det vigtigt hurtigt at opløse stagnationen af føde og afføring, uden at forårsage diarré, fordi man har tilført for megen fugt eller har overstimuleret tarmene.

Easy Going er en variation af Tummy Tamer med en tilføjelse af hør og rabarber for at fugte tyktarmen og aktivere tarmenes peristaltik.

Easy Going er et gavnligt middel mod forstoppelse der kan opstå i forbindelse med forskellige omstændigheder som f.eks. uheldige kostvaner, virus eller bakterie infektioner, allergier, bivirkninger fra medicin, dehydrering i forbindelse med overophedning eller sygdom, eller en kombination af flere af tilstandene.

Denne formular er en variation af Tummy Tamer. Easy Going og Tummy Tamer vil begge eliminere stagnation og ophobning af føde, så vel som de generelle symptomer på fordøjelsesbesvær. Men Easy Going aktiverer ligeledes tarmene således at ubalancen efter akut eller kort tids forstoppelse, genoprettes.

Indikationer:

Uregelmæssig, besværlig eller udeblivende afføring, som kan ledsages af smerte, luft, oppustethed, mangel på appetit, og andre symptomer på dårlig fordøjelse. Astmatisk vejrtrækning ledsaget af udspilet mave og/eller forstoppelse.

Vær opmærksom ved følgende symptomer:

Akut mave-tarmkatar (mave- eller tarm influenza). Høj feber (over 38,8° C). Tørst, dehydrering, sved, svaghed eller slaphed. Mistanke om blindtarmsbetændelse eller tillukkede tarme.

Kontraindikationer:

Ingen



I tilfælde af diarré er det vigtigt gradvist at mindske tarmenes aktivitet og fugtafgivelse således, at der ikke opstår forstoppelse på grund af overdreven astringens og hæmning af peristaltikken. Diarré kan opstå af mange årsager, f.eks. stagnation af mad, overdrevent indtag af rå og kolde fødevarer, madforgiftning eller fødevarerintolerance (sensitivitet overfor stivelse, mælkeprodukter eller gluten), bivirkninger fra medicin (antibiotika, afføringsmidler, kunstige sødemidler), følelsesmæssige ubalancer, infektion i fordøjelseskanalen (mave-tarmkatar, candida, parasitter), eller enhver kombination af ovenstående faktorer. Hvis en voldsom, akut diarré fortsætter over længere tid, kan barnet blive svagt og dehydreret som følge af tab af væske og essentielle mineraler. Kronisk eller tilbagevendende diarré kan føre til vægttab og standse barnets vækst, idet qi og blod, yin og yang og især milten og maven udmattes. I sådanne tilfælde er det sikkert klogere at bruge styrkende formularer som Grow and Thrive eller Strengthen Spleen.

Belly Binder er en variation af Tummy Tamer. Her er lagt vægt på at astringere væsker og uddrive ydre og indre patogener (vind, kulde, sommer hede, fugt, fugtig varme og toksiner) samt at eliminere stagnation af mad. I tilfælde af diarré ledsaget af dårlig fordøjelse, madforgiftning, akut mave-tarmkatar, fysisk eller psykisk stress er Belly Binder det perfekte middel til hurtigt og blidt at genetablere en normal tarmfunktion.

Denne formular standser diarré og lindrer samtidig symptomer der typisk ledsager diarré som oppustethed, luft og kramper.

Indikationer:

Løs afføring og diarré ledsaget af oppustethed, kvalme, reflux, kolik og mangel på appetit.

Vær opmærksom ved følgende symptomer:

Skiftevis forstoppelse og diarré. Akut mave-tarmkatar (mave influenza).
Madforgiftning. Svaghed og slaphed, tørst, dehydrering og høj feber (over 38,8° C)

Kontraindikationer:

Ingen



Forekomsten af udslæt og forskellige former for eksem hos spædbørn og små børn er ret almindelig. Det er snarere reglen end undtagelsen, at disse problemer kan sættes i forbindelse med, at kroppen har vanskeligt ved at neutralisere og komme af med giftstoffer. Giftstoffer som er optaget i kroppen fra miljøet, men også almindelige affaldsstoffer fra kroppens egen stofskifteproces.

Uanset om et barn er født med allergiske tendenser eller ej, kan han eller hun få tendensen som en konsekvens af uønskede reaktioner på antibiotika og vaccinationer. Eller p.g.a uforenelige fødevarer eller fødevarer der er introduceret for tidligt i forhold til barnets udvikling, infektioner i luftvejene og fordøjelsessystemet og overdreven udsættelse for naturlige eller syntetiske forbindelser i barnets nærmeste omgivelser (f.eks. pollen, mug, skæl fra dyr, rengøringsmidler, kemi i tøj, sæbe og cremer og engangs-bleer). Udslæt og akne kan også være en naturlig og forventet reaktion på hormonelle ændringer, introduktion af nye fødevarer, forbigående symptomer i forbindelse med akut sygdom, eller manifesteringen af intens fysisk eller psykisk stress. Hvis disse symptomer ikke straks aftager som forventet i et sygdomsforløb som f.eks. mæslinger eller røde hunde, eller måske bare et simpelt tandfrembrud, så kunne det være tegn på at man burde sætte ind med yderligere hjælp.

Når organismen ikke er i stand til på normalvis at afgifte sig selv gennem dets fortrukne kanaler som blære, lunger og tarme, så vil den deponere giftstofferne i huden, som et alternativt afgiftningsorgan. Set ud fra et kinesisk medicinsk perspektiv, så vil hede og toksiner ophobe sig i blodet, hvis kroppen ikke kan skille sig af med det på normal vis. Når et vist niveau er nået, vil kroppen muligvis prøve at opbevare disse giftstoffer i form af små knuder eller cyster eller kroppen vil forsøge at slippe af med giftstofferne ved at danne små bumser, bylder eller revner der tillader blodet at udrense sig selv gennem huden. I alvorlige tilfælde kan man udvikle vaskulitis (inflammation af blodkar) eller cellulitis (inflammation af lymfekanalerne). Sådanne tilstande skal behandles i tide for ikke at udvikle sig til en systemisk forgiftning (blodforgiftning).

Huden er ikke noget effektivt organ for udskillelse, hvilket er grunden til at inflammation, pus, ømhed og kløe ofte er det uheldige resultat af hudens klodsede forsøg på at løfte kroppens afgiftningsbyrde. Idet sådan noget som cellulitis er sjældent hos børn, så støder man til gengæld ofte på kroniske, gentagne udslæt, bumser, blegner og bylder der kommer og går alt efter barnet konstitution, medicinindtag, hygiejne og livsstil.

Fire Fighter er et middel der fokuserer bredt for at hjælpe kroppen til at afgifte sig selv. Det er uanset, om det handler om udefra kommende giftstoffer eller restprodukter fra kroppens egen forbrænding. Formulærens ingredienser udrenser



hede og toksiner fra blodet, fugt fra slimhinder og hud, aktiverer leveren og tarmene, mindsker hævelser, fjerner pus og udrenser dårlig qi fra kroppens ydre lag.

Denne formular lindrer en lang række hudproblemer, som udslæt, akne, eksem, insektbid, allergisk betinget hudbetændelse og nældefeber.

Indikationer:

Smerte, hævelse og betændelse i huden, blodkar, lymfebaner eller lymfeknuder, halsen, bihuler, næse, øjne og ører. Kløe og inflammation i forbindelse med insektbid og insektstik. Nældefeber, udslæt, bylder og akne. Dysenteri og madforgiftning. Toksiske eller allergiske reaktioner på konventionel medicin.

Vær opmærksom ved følgende symptomer:

Mistanke om bakteriel infektion med høj feber. Under amning. Diarré.

Kontraindikationer:

Ingen



Forskellige begivenheder kan igangsætte følelsesmæssige ubalancer, som f.eks. irritabilitet i forbindelse med sygdom og træthed, medicinske indgreb og angstfulde oplevelser – også hvis barnet har været sulten længe, eller bare er almindelig overtræt som efter en fødselsdagsfest, overdreven fjernsynskiggeri, eller barnet har spist for meget sukker eller har kørt længe i bil.

Ligesom fordøjelsessystemet og luftvejene, så er både sindet og nervesystemet hos små børn sensitivt og lader sig let påvirke. Mange småbørn har endnu ikke lært at tilpasse sig den evige forandring der sker i deres omgivelser, samt de voldsomme forandringer der sker i barnet selv. Selv raske børn, der udadtil virker robuste og ukuelige, vil p.g.a. deres umodenhed og mangel på erfaring alligevel være skrøbelige overfor over-stimulering og for megen information. Ofte, men ikke altid, kan anfald af gråd, mareridt, uro, irritabilitet og angst være et varsel om naturlige og forventede fænomener. Det kan være tandfrembrud, hormonelle udsving, pludselig sult eller stærk trang til bestemte fødevarer, møde med nye mennesker, nye legekammerater og babysittere, samt trangen til uafhængighed og frygt omkring adskillelse. Alle sammen faktorer der kan komme fuldstændig på tværs af barnets hverdag – både spædbarnet, det lille barn og det lidt ældre barn.

Enhver afbrydelse af rutinen, uanset om det er sjovt eller ej, forventet eller ej, kan underminere et barns ligevægt og resultere i humørsvingninger og besværlig opførsel. Det er specielt udfordrende for ældre, sproglige børn der begynder at opdage og glæde sig over deres egne kompetencer og kraft, når de så pludselig ikke er i stand til at fuldføre en opgave, eller måske ikke engang selv ved hvad der vil tilfredsstille dem – de har brug for hjælp til at genfinde en livsnyders fornemmelse af ro og velvære i kroppen.

Den yderligere udfordring det er for små skolebørn at sidde stille ved deres borde og bevidst skulle rette deres opmærksomhed mod undervisningen, uden at lade sig distrahere af uro fra omgivelserne, kan sagtens resultere i dårlig koncentrationsevne og urolig opførsel.

Idet Quiet Calm arbejder på nervesystemet, kan den hjælpe med at opøve barnets egen selvregulerende mekanisme. Quiet Calm er sikker i brug. Det er hverken et sederende eller beroligende middel, men nærmere et nærende middel til hjernen og rygmarven og en slags forsoner mellem nyrer, lever og hjerte.

Quiet Calm dæmper rystelser i krop og sind, slapper muskler og nerver af, udrenser hede og slim, hjælper til at kunne fokusere mentalt og løfter sindet.



Indikationer:

Humørsvingninger, anfald af gråd, dystert humør, oprevethed, angst, ængstelighed, anfald af humørsyge, vågner om natten i angst, lader sig let distrahere, svært ved at fokusere mentalt, svært ved at falde i søvn og blive i søvnen. Hovedpine. Stagnation af slim og irritation af bihuler, hals og ører. Smerte.

Vær opmærksom ved følgende symptomer:

Hold godt øje med barnets reaktioner, hvis det samtidig får håndkøbsmedicin eller receptpligtig medicin. Det kan være antihistaminer, hostemedicin, smertestillende indeholdende opium, alle former for psykofarmaka som sovepiller, beroligende, bedøvende, anti-psykotiske midler, og antidepressiva samt epilepsimedisin.

Kontraindikationer:

Ingen



Dosering og brug af urterne

Til babyer der er et år eller yngre, og til børn mellem 1 og 4 år, er det vigtigere at give urterne hyppigt end at give én stor dosis. Urterne gives hver gang barnet normalt ville amme, drikke eller spise. For børn i alderen 5 - 12 år er regelmæssighed og tidspunktet også vigtigt. Urterne bør tages kort efter barnet står op om morgenen, før eller efter måltider og ved sengetid.

Som regel er det nemmest at give urterne til børn som en del af deres måltider morgen, middag og aften. Til helt små børn og til børn der ikke er glade for fremmede smage, kan man med fordel bruge den medfølgende pipette til at sprøjte urterne ind bagerst på tungen, hvor der er færre smagsløg og synkerefleksens lettere aktiveres.

Urterne behøver ikke at stå i køleskab, idet de har lang holdbarhed, bare de er lukket tæt og holdes uden for direkte sollys.

Ingen medicin bør gives koldt, direkte fra køleskabet. Giv urterne varme, hvis barnet er svagt og koldt og giv urterne ved stuetemperatur hvis barnet er varmt eller har feber.

Urterne kan blandes med juice, mælk, grød, mosede frugter eller grøntsager for at lette indtagelsen og yderligere kamuflere smagen. Dog skal man være opmærksom på at idet man opløser urterne i store mængder mad eller væske så vil det også blive nødvendigt at sætte dosis på urterne op for at opnå den forventede effekt, med mindre man netop ønsker en meget langsom og moderat effekt.

Dosering

0 - 4 år:	15 - 30 dråber	2 - 3 x daglig
4 - 8 år:	30 - 45 dråber	3 x daglig
8 - 12 år:	45 - 60 dråber	3 x daglig

obs. 30 - 35 dråber = ½ pipette

