

Guía Homeopática de la Mujer

Síndrome premenstrual y menopausia

VitalmenteBien · Homeopatía para toda la familia

Roxana Díaz Arcos

Esta guía reúne algunos medicamentos homeopáticos de uso frecuente en etapas y molestias comunes de la vida femenina, de acuerdo con diluciones existentes en Chile y según la escuela alemana.

1. Síndrome premenstrual

Remedio	Posología orientativa	Descripción
Conium maculatum	D6, 5 glóbulos cada 6 horas	Mastalgia (dolor mamario).
Lycopodium	D6, 5 glóbulos cada 6 horas	Deseos insaciables de dulces.
Lachesis	D6, 5 glóbulos cada 6 horas	Irritabilidad extrema.
Natrum muriaticum	D6, 5 glóbulos cada 6 horas	Retención hídrica y tristeza.
Pulsatilla	D6, 5 glóbulos cada 6 horas	Llanto, ansiedad, insomnio.

2. Menopausia

Remedio	Posología orientativa	Descripción
Ignatia	C-200, microglóbulos una vez al día; en casos extremos, cada 12 horas	Síntomas emocionales, duelo por pérdida de fertilidad.
Sulphur	C-200	Sofocos, calor, sequedad, prurito.
Sanguinaria	C-200	Sofocos faciales, migraña, calor que sube al rostro.
Sepia	C-200	Sofoco que mejora con ejercicio vigoroso.

Forma de tomar

Cuando se indique 5 glóbulos, pueden reemplazarse por 1 comprimido o por 15 gotas, 2 veces al día. Se recomienda tomar el medicamento aproximadamente 15 minutos alejado de las comidas.

Nota importante

Esta guía es informativa y no reemplaza una consulta homeopática personalizada, una evaluación médica, controles profesionales, estudios, tratamientos indicados ni atención de urgencia cuando sea necesaria.

Diluciones existentes en Chile, según la escuela alemana.

Roxana Díaz Arcos · homeopatiatemuco@gmail.com · contactovitalmentebien@gmail.com · vitalmentebien.life