

LATVIJAS UNIVERSITĀTE
MEDICĪNAS FAKULTĀTE

**APTIEKĀ PIEEJAMO HOMEOPĀTISKO LĪDZEKĻU
POPULARITĀTE LIETOTĀJU VIDŪ**

BAKALaura DARBS

Autors: Vladislava Aņisimova

Studenta apliecības Nr. : va19019

Darba vadītājs: **Dr.pharm Kristīne Saleniece**

RĪGA 2022

ANOTĀCIJA

Homeopātija ir specifiska alternatīvās medicīnas ārstniecības metode, par kuras efektivitāti sabiedrībā un veselības aprūpes speciālistu vidū ir vērojama polarizēta attieksme. No materiālisma viedokļa šai alternatīvās ārstniecības metodei nav racionālu pierādījumu varbūtējai efektivitātei. Arī zinātniskajā literatūrā klīnisko pētījumu informācija par šīs terapijas efektivitāti liecina, ka tā ir vienāda ar placebo efektu, tomēr ir virkne ārstu un pacientu, kuri šai metodei atrod skaidrojumu un praktisko pielietojumu.

Bakalaura darbā sniegti aptiekas apmeklētāju aptaujas rezultāti par homeopātisko līdzekļu efektivitātes subjektīvo vērtējumu un izanalizēti dati, kurus aptiekā piedāvātos homeopātiskos medikamentus lietotāji biežāk izvēlas iegādāties.

Pētījumā tika noskaidrots, ka vispieprasītākie homeopātiskie preparāti ir Aflubin tabletes vai pilieni, Oscillococcinum zirnīši, Homeovox tabletes. Novērots, ka lielākā daļa aptaujāto nespēj atšķirt homeopātiju no fitoterapijas.

ATSLĒGAS VĀRDI: homeopātija, homeopātiskie preparāti, alternatīva medicīna, medikamenti

ANNOTATION

Homeopathy is a specific method of alternative medicine treatment, the effectiveness of which is polarized in society and among health care professionals. From a materialistic point of view, there is no rational evidence for the possible effectiveness of this alternative treatment method. Also in the scientific literature, information from clinical trials on the efficacy of this treatment suggests that it is equivalent to the placebo effect, however, there are a number of physicians and patients who find an explanation and practical application of this method.

The bachelor's thesis presents the results of a survey of pharmacy visitors on the subjective evaluation of the effectiveness of homeopathic remedies and analyzes the data that users choose to buy homeopathic medicines more often.

The study found that the most popular homeopathic remedies are Aflubin tablets or drops, Oscillococcinum peas, Homeovox tablets. It has been observed that most of the respondents are unable to distinguish homeopathy from phytotherapy.

KEY WORDS: homeopathy, homeopathic preparations, alternative medicine, medicines

SATURS

IEVADS	6
1. LITERATŪRAS APSKATS.....	7
1.1 Kas ir homeopātija.....	7
1.2.Homeopātiskās ārstēšanas princips	7
1.3. Homeopātiskas zāļu formas.....	8
1.4. Homeopātisko preparātu gatavošana	10
1.4.1 Esences.....	11
1.4.2. Nostādinājumi.....	12
1.4.3. Triturācijas.....	12
1.5. Homeopātijas drošība	13
1.6. Homeopātijas popularitāte un pielietošana ārpus Latvijas	14
1.6.1. ASV	14
1.6.2. Itālija	15
1.6.3. Vācijā	15
1.6.4. Francijā.....	16
1.7. Ārstniecības augi (aktīvas vielas), ko izmanto homeopātijā	16
1.7.1. Dzeltenā gentiāna (<i>Gentiana Lutea</i>)	16
1.7.2. Zilā kurpīte (<i>Aconitum napellus</i>)	16
1.7.3. Muskuspīles sirds ekstrakts (<i>Anas barbariae hepatis</i>)	17
1.7.4.Surukuku čūskas inde (<i>Lachesis</i>)	17
1.7.5. Purpura krastkaņepe (<i>Eupatorium Perfoliatum</i>)	17
1.7.6. Mārrutks (<i>Cochlearia armoracia</i>).....	18
1.7.7. Kālija bihromāts	18
1.7.8. Zeltsakne (<i>Hydrastis</i>)	18
1.7.9. Metāliskais sudrabs (<i>Argentum nitricum</i>)	18
1.7.10. Pļavas silpurene (<i>Pulsatilla pratensis</i>)	19
1.7.11. Arnika (<i>Arnicae montana</i>).....	19
1.7.12. Mārdadzis (<i>Carduus marianus</i>)	20
1.7.13. Ārstniecības pienene (<i>Taraxacum officinale</i>)	20
1.7.14. Kumelīte (<i>Chamomilla vulgaris</i>)	20
1.7.15. Karolīnas jasmīns (<i>Gelsemium sempervirens</i>)	21
1.7.16. <i>Belladonna</i>	21
1.7.17. Divšķautņu asinszāle (<i>Hypericum perforatum</i>).....	21

2. MATERIĀLI UN METODEDES.....	22
3. ANKETĒŠANAS REZULTĀTI.....	23
3.1. Respondentu iedalījums pēc dzimuma	23
3.2. Respondentu zināšanas par homeopātiju	23
3.3. Vai Jūs esat lietojis homeopātiskus preparātus?	24
3.4. Kādus homeopātiskus preparātus Jūs esat lietojis?	24
3.5. Vai homeopātiskas zāles bija efektīvas?	25
3.6. Vai ārstniecības augu tēja ir homeopātisks līdzeklis?	26
3.7. Vai Jūsprāt, homeopātiskus preparātus drīkst lietot bērni un grūtnieces?	27
3.8. Kur Jūs ieguvāt informāciju par homeopātiskiem preparātiem?	27
4. DISKUSIJA	29
5. Secinājumi	32
6. PATEICĪBAS	33
IZMANTOTĀ LITERATŪRA	34
PIELIKUMI.....	39
1. Pielikums	39

IEVADS

Mūsdienu medicīna ir panākusi ievērojamu progresu daudzu nopietnu slimību ārstēšanā, pamatojoties uz stingrām zinātniskām dogmām un izmantojot dažādas zāles, kuras dažkārt iegūst sarežģītas ķīmiskās sintēzes ceļā. Ņemot vērā visus panākumus, nevar neatcerēties, ka daudzas zāles un klasiskās medicīnas ārstēšanas metodes, kas izārstē vienu kaiti, izraisa citu. Zāļu blakusparādības rada daudz nepatīkšanas un liek papildus lietot jaunas zāles, lai atrisinātu problēmu. Spilgts piemērs tam ir antibiotiku terapija, kas izraisa nopietnu disbakteriozi organismā. Nemaz nerunājot par to, ka pašas antibiotikas drīzumā var būt neefektīvas, jo parādījušās pret tām rezistentas patogēno mikroorganismu formas.

Uz tā visa fona ļoti pievilcīga izskatās homeopātija kā alternatīva ārstēšanas metode, kurai ir bagāta vēsture un nopietna veiksmīga pieredze slimību ārstēšanā. Ārstnieciskās homeopātiskās formas neizraisa blakusparādības, nesaindē organismu, jo aktīvo vielu devas ir ļoti mazas. Vienīgais homeopātijas trūkums ir nepietiekams un nepārliciecināms no oficiālās zinātnes viedokļa, homeopātiskās metodes ietekme uz organismu. Homeopātijai nav nekāda izskaidrojoša spēka, un neskatoties uz daudzajiem klīniskajiem pētījumiem, nav pierādījumu, ka homeopātiskiem līdzekļiem būtu kāda terapeitiska iedarbība, kas pārsniedz placebo (1).

Darba mērķis: Apkopot informāciju par homeopātisko preparātu izmantošanas popularitāti, kā arī uzzināt cilvēku viedokli par efektivitāti un zināšanas par homeopātiju kā alternatīvu ārstēšanas metodi.

Mērķa sasniegšanai tika izvirzīti sekojoši uzdevumi:

1. Noskaidrot homeopātiskās ārstēšanas principus un homeopātisko zāļu gatavošanu.
2. No respondentu atbildēm izvērtēt homeopātisko zāļu efektivitāti.
3. Aptaujāt respondentus, lai uzzinātu to viedokli un zināšanas par homeopātiju, kā arī kuri homeopātiskie preparāti ir pieprasīti lietotāju vidū.

1. LITERATŪRAS APSKATS

1.1 Kas ir homeopātija

Homeopātija ir Latvijā netradicionāla ārstniecības metode, kas balstoties uz vācu ārsta Zāmuēla Hānemana (Samuel Hahnemann 1755-1843) izstrādātajiem līdzības, viena preparāta, mazo devu un potencēšanas principiem izmanto homeopātiskās līdzekļus paša organisma aizsargspēju stimulēšanai un normalizēšanai.

Homeopātijas jomu 18. gadsimta beigās izstrādāja vācu ārsts Zamuēls Hānemanis, cenšoties atrast veidu, kā aktivizēt ķermeņa dabisko spēju izārstēt slimības. Homeopātija balstās uz 4 principiem: 1) Līdzīgs jāārstē ar līdzīgu; 2) viena preparāta princips; 3) mazo devu princips; 4) zāļu potencēšanas princips.

Z. Hānemana klasiskās homeopātijas un mūsdienu tradīcijās attīstītā homeopātiskās tehnikas ir apstiprinātas un lietotas arī Latvijā. Mūsdienu tradicionālajā homeopātijā, ievērojot homeopātijas galvenos principus, praktizētāji parasti lieto lielākas zāļu devas, biežāk izraksta vairākas zāles, dažreiz lieto kombinētās zāles un, ja nepieciešams, lieto konvencionālās medicīnas preparātus: vitamīnus, antibiotikas, zāļu drogas, ārstnieciskās tējas u.c. (2).

Homeopātiskās zāles, ko sauc par "ārstniecības līdzekļiem" parasti sastāv no plašiem dažādu augu un/vai dzīvnieku orgānu ekstraktu atšķaidījumiem un tiek ražotas izmantojot specializētu atšķaidīšanas un kratīšanas procesu, ko sauc par sukcesiju. Ārstēšanai izmantotie ārkārtīgi mazie daudzumi tiek pagatavoti, sērijveidā atšķaidot ekstraktus, spēcīgi sakratot atšķaidītā ekstrakta trauku. Līdzekļus ievada iekšķīgi, un pacienti dažreiz lieto pat 50 dažādus ekstraktus katru dienu. Alternatīva teorija ierosina, ka slimība tiek izārstēta, ieviešot aizsargājošu imunitāti (3).

1.2. HOMEOPĀTISKĀS ĀRSTĒŠANAS PRINCIPS

"Līdzīguma likums" liecina, ka ar tās pašas vielas (indes), kas, veselā organismā izraisa noteiktus slimības simptomus, mazu devu (homeopātiski sagatavotu) var ārstēt slimnieku(4). Piemēram, ja viela izraisa bezmiegu, ja to lieto lielā daudzumā, to var lietot bezmiega ārstēšanai ar homeopātiski pagatavotu preparātu.

Otrais klasiskās homeopātijas princips ir viena medikamenta lietošana. Ārstējot nekādā gadījumā nav nepieciešams un tāpēc nav pieļaujams lietot vienlaicīgi vairākas zāles, nozīmē tikai vienu vienkāršu ārstniecības vielu. To nosaka sekojoši faktori:

- nav iespējams paredzēt, kā divas vai vairāk ārstnieciskās vielas, ja tās apvieno, iedarbosies savstarpēji, un kā šī kombinācija iedarbosies uz pacientu, pat ja tās ir rūpīgi izpētītas, lai izzinātu to tīro specifisko iedarbību uz nenovājinātu veselu cilvēku;
- vienkārša zāle, kuras simptomu kopums ir precīzi zināms, ir efektīva to pielietojot tikai vienu pašu, protams, ja tā izvēlēta homeopātiski pareizi (4).

“Minimālās devas likums” ir balstīts uz principu, ka mazas devas stimulē, vidējas devas kavē un lielas devas nogalina, tādējādi homeopāti izmanto minimālo, potenciālo devu (5).

Homeopātiskie līdzekļi tiek sērijveidā atšķaidīti, bieži vien līdz pakāpei, kad līdzeklis vairs nesatur oriģinālo zāļu molekulas. Homeopāti uzskata, ka šķīdinātājs, bieži vien ūdens, ir “iespiests” ar oriģinālo vielu, tādējādi nodrošinot terapeitisko efektivitāti (6).

1.3. HOMEOPĀTISKAS ZĀĻU FORMAS

Bioloģiskās izcelsmes homeopātiskās zāles ir daudzveidīgas. Preparāti ietver materiālus no visdažādākajām sugām, sākot no cilvēkiem līdz baktēriju un vīrusu izraisītājiem un no veseliem, kā arī patoloģiskiem avotiem. Lielais vielu klāsts nozīmē, ka to kvalitāte un drošība homeopātiskās zāles jāapsver katrā gadījumā atsevišķi, ņemot vērā katra produkta individuālo raksturu un paredzēto lietojumu (7). Kā zāles homeopātiskajā praksē tiek izmantotas augu (ap 78%), dzīvnieku (ap 6%) un minerālu (apmēram 14%) izcelsmes vielas, tai skaitā spēcīgākās briļļu un klaburčūsku indes, bišu inde u.c. No augu materiāliem tiek izmantoti ārstniecības augi (uzpirkstīte, dzeloņainais velnābols, piparmētra u.c.), kā arī tautas medicīnā populārie ārstniecības augi. No dzīvnieku izcelsmes līdzekļiem papildus iepriekš minētajām čūsku un bišu indēm tiek izmantotas spāņu mušas, jūras sūklis u.c.

Atlikušie līdzekļi ir specifiski homeopātiski (grafīts, krupis, sēpija, mušmire, tūja, kaktuss, bārbele u.c.). Dažas minerālās izcelsmes vielas izmantoja Hānemans (no austeru bruņurupučiem iegūtas sēra aknas, no kalnu kristāla silīcija dioksīds un piena cukurs, grafīts, eļļa utt.). Papildus tiek izmantoti metāli (zelts, svins, dzīvsudrabs, varš, platīns), kā arī dažādi sāļi, metālu un skābju oksīdi (cinka sulfāts, kampars utt.) (8).

Galvenie homeopātiskie līdzekļi ir:

- esences (primārās tinktūras), kas ir no svaigiem augiem spiestas sulas;
- tinktūras - līdzīgas parastajām tinktūrām (novārījumiem);
- šķīdumi, kas izgatavoti no vielām, kas šķīst 45, 60 un 90% spirtā vai ūdenī;
- triturācijas (saberzumi) pagatavoti no dažādām sausām un šķidrām vielām.
- Šķidrās izejvielas (esences, tinktūras, šķīdumi) tiek apvienotas ar nosaukumu "sākotnējās tinktūras".

Šķidrās zāles gatavo no sākotnējas tinktūras, atšķaidot ar indifirentu vielu (ūdeni, spirtu, piena cukuru). Atšķaidīšana tiek veikta attiecībās "D" (decimālā skala) vai "C" (simtu skala). Hānemans sākotnēji strādāja ar simtdaļu skalu, pēc tam pārgāja uz 50 000 atšķaidījumiem ("M" skala). Pašlaik tiek izmantoti visas skalas, bet "M" ir retāk sastopama. Katrs atšķaidījums "D" vai "C" satur zāles proporcionāli šķīdinātājam 1:10 vai 1:100, lai kopējais zāļu daudzums vienmēr būtu 10 vai 100 vienības. Atšķaidīšanas procesā vienu daļu no iepriekšējā atšķaidījuma ievada kolbā ar sekojošu atšķaidīšanu un vairākas reizes sakrata. Pēc analogijas tiek veikta pulvera saberzuma sagatavošana ar piena cukuru.

Zāļu gatavošana decimāldaļās tiek veikta saskaņā ar šādu pamatnoteikumu: pirmajā decimāldaļā ir jābūt 1/10 no zāļu vielas. Katru nākamo atšķaidījumu sagatavo no vienas daļas iepriekšējā atšķaidījuma un 9 svara daļām indifirentas vielas (45% etilspirts, piena cukurs, ūdens).

Zāļu atšķaidījumu sagatavošana simtdaļās tiek veikta saskaņā ar šādu pamatnoteikumu: pirmajā simtajā atšķaidījumā jābūt 1/100 no ārstnieciskās vielas. Katru nākamo atšķaidījumu sagatavo no vienas iepriekšējā atšķaidījuma daļas un 99 vienaldzīgās vielas masas daļām.

Šķidro vielu (šķīdumu, esenci, tinktūru) atšķaidīšana tiek veikta telpā, kas ir aizsargāta no tiešas saules gaismas iedarbības. Šim nolūkam izmantoto kolbu tilpumam jābūt par 1/2–1/3 lielākam nekā atšķaidītās vielas tilpumam.

Zāļu nosaukums un atšķaidījums, kuram flakons ir paredzēts, ir norādīts gan uz korķa, gan uz flakona. Proti, simtdaļas atšķaidījumos pirms atšķaidījuma skaitļa tiek likts burts "C", bet decimāldaļās – "D"(8).

Decimālajai skalai pudeles ar nosaukumu un atšķaidījumu apzīmējumu no D1 līdz D30, sākot no D2, katru pilda ar atbilstošas koncentrācijas etilspirtu. Pirmo decimālo atšķaidījumu gatavo no esences saskaņā ar noteikumiem, kas norādīti attiecīgajā Homeopātiskās farmakopejas sadaļā. Katrs atšķaidījums tiek sagatavots 10 reizes spēcīgi

sakratot no augšas uz leju, pēc tam vienu daļu tikko pagatavotā atšķaidījuma pārnes uz nākamo pudeli un tā nākamo.

Simtdaļas skalai uz galda tiek liktas pudeles ar zāļu nosaukumu no C1 līdz C30 un katrā, sākot ar C2, ar vārglāzi pievieno 99 daļas atbilstošas koncentrācijas etilspirta.

No esences, tinktūras vai šķīduma saskaņā ar Homeopātiskās farmakopejas atbilstošās sadaļas noteikumiem sagatavo pirmo simtdaļu atšķaidījumu; vienu daļu ievieto pudelē, kas apzīmēta ar 2. numuru, aizvāko un sajauc, desmit reizes spēcīgi kratot no augšas uz leju. No otrā atšķaidījuma vienu daļu pievieno kolbā ar apzīmējumu 3, sakrata 10 reizes un tādējādi atšķaidīšanu turpina visās kolbās, katru reizi vienu daļu no iepriekšējā atšķaidījuma ievieto nākamajā kolbā, kuru krata 10 reizes. Lielākus atšķaidījumus sagatavo tādā pašā veidā.

Simtiem iedaļas receptēs ir norādītas vai nu ar arābu ciparu bez papildu zīmes - 1, 2, 3, vai C1 (CH 1), C2 (CH 2) utt., un decimālskaitli X1 vai D1. Tādējādi homeopātijā tiek izmantoti divi veidi, kā norādīt zāļu atšķaidīšanas pakāpi:

- decimālo (decimālo) skalu norāda ar burtu "D" vai romiešu cipars X; tajā sākotnējais atšķaidījums ir 1:10, un katrs nākamais attiecīgi ir 10 reizes lielāks nekā iepriekšējais;
- simto daļu skalu norāda ar burtu "C" (CH) vai bez burta vispār - tikai arābu cipars ir atšķaidījuma numurs, tajā katrs atšķaidījums ir 100 reizes lielāks nekā iepriekšējais.

Sagatavoto zāļu atšķaidīšana un atkārtota kratīšana homeopātijā ir svarīga zāļu klīniskās aktivitātes (potences) iegūšanai.

Homeopātiskās zāļu formas tiek izmantotas gan iekšķīgai, gan ārīgai lietošanai, un to klāsts ir diezgan ierobežots. Tā, piemēram, iekšķīgai lietošanai tiek izrakstīti: pulveri (*Triturationes*); cukura tabletes - graudi (*Pilulae*), pilieni (*Gutta*), šķīdumi (*Solutiones et Dilutiones*), tabletes (*Tabuletae*), ārīgai lietošanai - eļļas (*Olea*), linimenti vai podeldoki (*Linimenta*), ziedes (*Unguenta*) un spirta šķīdumi vai spirti (*Solutiones Spirituosae seu Spiritus*) (8).

1.4. HOMEOPĀTISKO PREPARĀTU GATAVOŠANA

Visi homeopātiskie preparāti ir sagatavoti saskaņā ar precīzi norādītajām Homeopātiskās farmakopejas sadaļām. Homeopātiskā farmakopeja satur 9 šādas sadaļas. Saskaņā ar pirmajām trim esences gatavo tikai no svaigiem augiem, un atkarībā no auga veida no tiem izspiež sulu (vai arī aprēķina tās daudzumu), ko pēc tam sajauc ar dažādu daudzumu spirta. Ceturtajā - tinktūras no sausiem augiem un dzīvniekiem, kā arī no dzīvjiem dzīvniekiem. Pēc piektā - ūdens šķīdumi, pēc sestā - spirta šķīdumi, bet pēc septītā, astotā un

devītā - beršana (triturācijas) no dažādām sausām un šķidrām vielām. (Homeopātiskos augu preparātus un šķidrās zāļu formas gatavo svara koncentrācijā) (8).

1.4.1 Esences

To pagatavošanas metodes galvenokārt ir atkarīgas no sulas procentuālā daudzuma svaigos augos. Ir trīs metodes.

1. metode (izmanto sulīgiem augiem, kas satur 60% vai vairāk sulas un nesatur sveķus, ēteriskās eļļas vai kampara savienojumus). Smalki sasmalcinātus, nobružātus augus vai to daļas ievieto salvetēs vai nebalinātas tīras drānas maisiņos un rūpīgi izspiež zem spiediena. Iegūto sulu sajauc ar vienādu masu 90% etilspirta, enerģiski sakrata un atstāj nostāvēties 8 diennaktis, pēc tam filtrē. Šādi pagatavotām esencēm jābūt pilnīgi caurspīdīgām. Iegūtā esence satur sulas ārstnieciskās vielas 1:2.

Lai iegūtu tinktūru (tinktūru) ar pirmās decimāldaļas stiprumu, ņem 2 daļas iegūtās esences un sajauc ar 8 daļām 45% spirta. Tālāk norādītos atšķaidījumus sagatavo parastajā veidā. Ar šo metodi esences tiek pagatavotas no uzirkstītes lapām, driģenes, velnābola, nātres, belladonnas, zilās kurpītes u.c. auga.

2. metode (izmanto mazāk sulīgiem augiem, kas satur mazāk par 60% sulas un nesatur sveķus, ēteriskās eļļas un kampara savienojumus). Šādos augos sulas saturu vispirms nosaka no neliela izejvielu parauga, izspiežot. Sulā, kas iegūta pēc filtrēšanas, nosaka sauso atlikumu un mitruma daudzumu izejvielās. Sulas procentuālo daudzumu aprēķina pēc formulas: (8)

$$X = \frac{100 \cdot a}{100 - b}, \text{ kur}$$

- a- mitruma daudzums augā
- b- sausās sulas atlikuma daudzums

Pēc tam sasmalcināto augu masu samitrina ar pusi masas 90% etilspirta, rūpīgi samaisa, līdz veidojas viendabīga masa. Pēc tam pievieno spirtu daudzumā, kas ir vienāds ar svaru aprēķinātajam augu sulas daudzumam, kārtīgi samaisa un nostādina 8-10 dienas. Pēc macerācijas masu izspiež, šķidrumu ielej flakonā, rūpīgi noslēdz un 8 dienas nostādina vēsā vietā, pēc tam filtrē. Iegūtā esence ir caurspīdīga, un tās zāļu saturs ir 1:2.

3. metode (izmanto augiem ar zemu sulīgumu, kas satur mazāk par 60% sulas un satur sveķus, taukeļļas un kampara savienojumus).

Šajā gadījumā izmanto nosacītu sulas daudzuma aprēķinu, kuram atsevišķu svaiga auga paraugu samaļ ar tādu pašu ūdens daudzumu, līdz veidojas bieza masa, un atstāj uz 24

stundām noslēgtā traukā. Sauso atlikumu (c) nosaka izspiestajā šķīdumā un mitrumu (a) atsevišķā šīs izejvielas paraugā. Sulas daudzumu aprēķina pēc formulas: (8)

$$X = \frac{100 * (a + c)}{100 - c}$$

- a- mitruma daudzums izejvielas paraugā
- c- sauss sulas atlikums

1.4.2. Nostādinājumi

Nostādinājumus gatavo no izžāvētām augu izejvielām un dzīvnieku audiem. 1 daļu rupjā kaltētu augu izejvielu pulvera sajauc traukā ar 5 daļām etilspirta, labi aizzīmogo un nostādina divas dienas, ik pa laikam apgriežot. Tad masu pārnes perkolatorā, pārlej ar etilspirtu ar ātrumu sausās izejvielas: tinktūra 1:10 un perkolē ar ātrumu 20 pilieni/min. Ja nav iespējams izmantot perkolācijas metodi, tad tinktūras gatavo ar macerāciju.

Lai to izdarītu, 1 daļu sasmalcinātā augu materiāla aplej ar 10 svara daļām atbilstošas koncentrācijas etilspirta (norādīts privātā rakstā) un ik dienas maisot tur 8 dienas. Tad ekstraktu notecina, atlikumu izspiež, apvienotos ekstraktus nostādina 8 dienas un filtrē. 1 daļa iegūtās tinktūras satur 0,1 g ārstniecisko vielu (1:10), tas ir, galvenā tinktūra atbilst pirmajam decimāldaļas atšķaidījumam (8).

Lai pagatavotu tinktūru no svaigiem dzīvnieku audiem, tos rūpīgi samaļ porcelāna piestā. 1 daļu sasmalcināto audu aplej ar 10 daļām atbilstošas koncentrācijas etilspirta un 14 dienas nostādina labi noslēgtā stikla traukā, ik pa laikam sakratot. Tad tinktūru notecina, atlikumus izspiež, abus šķīdumus apvieno, nostādina 8. dienas un filtrē. Sagatavotās tinktūras atbilst pirmajam decimāldaļas atšķaidījumam. Viena svara daļa galvenās tinktūras ar 9. veido otro decimālo atšķaidījumu pēc spirta masas daļām. Pirmo simto atšķaidījumu sagatavo, sajaucot 10 daļas galvenās tinktūras ar 90 daļām spirta, un nākamajiem atšķaidījumiem jau izmanto 45% spirtu (8).

1.4.3. Triturācijas

Triturācijas (pulveru saberzums) gatavo no ļoti dažādiem līdzekļiem (esences, tinktūras, metāli, minerāli, dzīvnieku izcelsmes vielas u.c.). Piena cukuru izmanto kā šķīdinātāju, jo tas ir vismazāk higroskopisks. Gatavo ar vienu no šīm metodēm (8).

1. metode (izmanto dažādas izcelsmes sauso ārstniecisko vielu sāberšanai). Lai izveidotu simtā lieluma triturāciju (C potence), vielu nosver un pievieno laktozi 99 reizes attiecībā pret tās svaru. Pēc tam porcelāna piestu piepilda ar vienu trešdaļu laktozes un ar piestalu vienmērīgi ierīvē virsmu. Tas tiek veikts, lai "aizvērtu" porcelāna bļodas poras, lai nekādas vielas paliekas nevarētu pieķerties sāniem (9).

Šajā gadījumā piena cukura daudzumu sadala 3 aptuveni vienādās daļās. Pirmo daļu liek porcelāna piestā un vairākas reizes apmaisa, lai ierīvētu piestas poras, tad pievieno izejvielu un 6 minūtes kārtīgi berzē ar spēku, pēc tam nokasa un maisa 4 minūtes, atkal berzē 6 minūtes un atkal nokasa 4 minūtes. Tad pievieno otro trešdaļu piena cukura, atkal berzē 6 minūtes, nokasa, maisa 4 minūtes un atkārto abas darbības vēlreiz. Visbeidzot pievieno atlikušo piena cukuru un abas darbības atkārto divas reizes, kā minēts iepriekš.

Ņemot vērā, ka īpaši svarīgs ir rīvēšanas process (palielinās zāļu iedarbība), katru triturāciju gatavo rūpīgi samālot un sajaucot vielu un piena cukuru 1 stundu. Higroskopiskas vielas var samalt tikai sakarsētās piestās.

2. metode (lieto triturācijas pagatavošanai ar šķidrumiem - ūdens vai spirta šķīdumiem). Lai to izdarītu, ņem 2 pilienus ūdens šķīduma vai 4 pilienus galvenās vielas spirta šķīduma (0,1 g), sasmalcina ar 9,9 daļām piena cukura un iegūst pirmo simtdaļu vai otro decimāldaļu. No čūsku indēm triturācijas vispirms iegūst ar piena cukuru līdz trešajam atšķaidījumam, pēc tam tās atšķaida ar spirtu un izsniedz šķidrā veidā vai granulās (tabletēs), kā norādīts tālāk (8).

3. metode (lieto triturāciju pagatavošanai no esencēm un tinktūrām). Lai to izdarītu, 2 svara daļas esences, kas sagatavotas saskaņā ar 1. un 2. metodi, sajauc un sasmalcina ar 99 svara daļām piena cukura, un iegūst pirmo simtdaļu atšķaidījumu (8).

1.5. HOMEOPĀTIJAS DROŠĪBA

Homeopātijas pretinieki runā ne tikai par šīs metodes neefektivitāti, bet arī to, ka homeopātiskās vielas var kaitēt cilvēka organismam. Kā tad ir?

Tāpat kā ar jebkuru citu medikamentu, katram pārveidošanas posmam no izejmateriāla līdz galaproduktam jābūt viegli izsekojamam. Dažu dzīvnieku izcelsmes materiālu, piemēram, čūsku indes, veselu kukaiņu vai noteiktu audu izcelsme var būt problemātiska; un augu materiālu var būt grūti noteikt, kad tas ir izžāvēts. Par laimi, patoloģisko cilvēka audu, tostarp orgānu, izmantošana tagad samazinās, un no šāda materiāla iegūti produkti parasti netiek piedāvāti pārdošanai sabiedrībai. Lai gan sagaidāms, ka liels atšķaidījums samazina baktēriju, vīrusu vai prionu slimību pārnesšanas risku gandrīz līdz nullei, daudziem cilvēkiem ir nemierīga sajūta, ka daži no šiem izejmateriāliem joprojām rada nelielu apdraudējumu (10).

Homeopātiskie preparāti nesatur ievērojamu daudzumu nevienas aktīvās vielas, bet pārsvarā ir neitrāls ūdens, etanols vai cukurs. Saskaņā ar Avogadro likumu homeopātiskie līdzekļi var nesaturēt nevienu aktīvās vielas molekulu, paliek tikai šķīdinātājs - spirts vai ūdens (dažkārt cukurs tiek piesūcināts ar to). Tādējādi homeopātisko zāļu drošība cilvēka ķermenim daudziem šķiet pašsaprotama un neprasa papildu pārbaudi. Tomēr homeopātisko zāļu drošums nekad nav bijis sistemātiski zinātniski pārbaudīts. Jautājums par homeopātiskās metodes drošību kopumā neaprobežojas tikai ar pašu preparātu īpašībām. Potenciālais homeopātiskās ārstēšanas kaitējums ir iespējams gadījumos, kad pacients atsakās no efektīvas medicīniskās palīdzības par labu homeopātiskajai ārstēšanai, potenciāli palielinot risku saslimt ar nevēlamiem slimības iznākumiem, kurus citādi varētu novērst ar savlaicīgu konvencionālo medicīnisku iejaukšanos (11).

Ja pieņemam mūsdienu skatījumu uz homeopātiju, kas imūnsistēmu "fokusē" uz konkrētu patogēnu likvidēšanu vai konkrētu orgānu nostiprināšanu, rodas šāda problēma:

1) cik lielā mērā imūnsistēma var "aizmirst" pēc ārstēšanas atpazīt toksīnus un citus kaitīgos efektus, ja ārstēšana ir izvēlēta pareizi, un pacientam nebūs vajadzīgas aizvien spēcīgākas devas (vairāk reizes atšķaidījums).

Pasaules Veselības organizācijas sagatavotajā ziņojumā, kurā piedalījās 400 eksperti no vairāk nekā 105 valstīm, teikts, ka Homeopātiskie produkti kopumā ir droši, ja vien tie ir pareizi sagatavoti; tomēr augsta aktīvo vielu koncentrācija nepietiekami atšķaidītos produktos var izraisīt blakusparādības. 2012. gadā publicētā sistemātiskā apkopojumā tika ziņots par homeopātisko medikamentu izraisītām alergiskām reakcijām un intoksikācijām. Papildus tiešajai iedarbībai homeopātiskās zāles var būt arī netieši kaitīgas izraisot neadekvātas galvenās ārstēšanas saņemšanu (12).

No vienas puses, homeopātiskie līdzekļi paši par sevi nevar būt kaitīgi. Bet pati metode kopumā un konkrētos gadījumos var kaitēt cilvēka veselībai.

1.6. HOMEOPĀTIJAS POPULARITĀTE UN PIELIETOŠANA ĀRPUS LATVIJAS

1.6.1. ASV

Līdzīgi kā citās attīstītajās valstīs, dati par homeopātijas lietošanu Amerikas Savienotajās Valstīs (ASV) iegūti no plašām, uz iedzīvotājiem balstītām aptaujām par komplementāras un integrējošas terapijas izmantošanu. ASV Slimību kontroles centri un Nacionālais veselības statistikas centrs veic ikgadēju civiliedzīvotāju, neinstitucionalizētu

iedzīvotāju aptauju, kas pazīstama kā Nacionālais veselības interviju apsekojums (NHIS). Jaunākie publicētie dati iegūti no 2012. gada aptaujas, un tajos tiek lēsts, ka 2,2% ASV pieaugušo un 1,8% bērnu pēdējā gada laikā ir lietojuši homeopātiju.

Pētījums atklāja, ka ASV biežākie homeopātijas lietotāji ir baltādaini, sievietes vecumā no 30 līdz 44 gadiem, dzīvo ASV rietumu daļā, ir precējušies, viņiem ir vismaz vidusskolas izglītība un viņiem ir zemāks ķermeņa masas indekss. Starp tiem, kuri izmantoja homeopātiju, lai risinātu kādu veselības stāvokli, visizplatītākie bija elpceļu un ausu, deguna un rīkles slimības (18,5%); muskuļu un skeleta sistēmas slimības (12,3%); nogurums, miegs, stress vai hroniskas sāpes (7,7%), kuņģa-zarnu trakta traucējumi (5,0%) un neiroloģiski stāvokļi (3,4%) (13).

1.6.2. Itālija

Toskānas reģionā (Itālijā) no 2003. līdz 2016. gadam tika veikts pētījums ar 5877 pacientiem tajā starpā piedalījās pacienti ar onkoloģiju. Salīdzinot klīniskos stāvokļus pirms un pēc homeopātiskās ārstēšanas, uzlabošanās tika novērota 74,1% gadījumu. Vēža pacientiem ar homeopātisko un integratīvo ārstēšanu pretvēža terapijas laikā tika novērots būtisks uzlabojums visiem simptomiem, īpaši karstuma viļņiem, slikta dūša, depresija, astēnija un trauksme (14).

Vēl viens veiktais pētījums pacientiem, kas apmeklēja homeopātisko klīniku laika posmā no 1998.gada līdz 2005. gadam novēroja atbildes reakciju uz homeopātisko ārstēšanu - par pacienta klīnisko diagnozi, lietotajiem līdzekļiem, devas stiprumu, receptes stratēģiju un gadījuma identificēšanu kā akūtu, hronisku-atkārtotu. Kopumā, 74% pacientu ziņoja par uzlabošanu, rezultāti bija labāki ar ilgāku ārstēšanas ilgumu un jaunāku pacientu vecumu. Vislabāk reaģēja elpceļu slimības, kam sekoja dermatoloģiskas un kuņģa-zarnu trakta patoloģijas, salīdzinoši vāji reaģēja psiholoģiski traucējumi (15).

1.6.3. Vācijā

Mančesterā tika veikta aptauja par bezrecepšu homeopātisko zāļu lietošanu, pētījuma mērķis bija noskaidrot efektivitāti, lietošanas ilgumu, vai respondenti tos kombinēja ar recepšu medikamentiem, to biežākām indikācijām. Visbiežāk ārstētie stāvokļi bija elpošanas, garīgi/psiholoģiski un traumas. Respondenti uzskatīja, ka homeopātija ir efektīva šo stāvokļu atvieglošanai un 13% to kombinēja ar recepšu medikamentiem (16).

1.6.4. Francijā

2021. gada veiktais pētījums 633 pacientiem par homeopātijas izmantošanu integratīvajā onkoloģijā Strasbūrgā. Rezultāti sekojoši: no 535 iekļautajiem pacientiem 164 izmantoja homeopātiju: tas ir 30,7%. Tās lietošanas galvenais mērķis bija samazināt vēža ārstēšanas blakusefektus (75%). Lietotāju vidū 82,6% bija "nedaudz" vai "ļoti" apmierināti, pret "diezgan" apmierināti - 15,5%, bet "nemaz" apmierināti - 1,9%. Homeopātisko ārstēšanu ārsts nozīmējis 75,6% gadījumu; ģimenes ārsts tika informēts 87% gadījumu un onkologs 82% gadījumu. Nogurums, sāpes, slikta dūša, trauksme, skumjas un caureja uzlabojās 80% gadījumu. Tomēr alopēcija, svara traucējumi un libido zudums bija vismazāk uzlabotie simptomi (17).

1.7. ĀRSTNIECĪBAS AUGI (AKTĪVAS VIELAS), KO IZMANTO HOMEOPĀTIJĀ

1.7.1. Dzeltenā gentiāna (*Gentiana Lutea*)

Dzelteno gentiānu izmanto pie visa ķermeņa gurduma sajūtas, bezspēka, hroniska noguruma, spiediena sajūtas galvā, apjukuma, reiboņa sajūtas, jutekliskuma, lai uzlabotu apetīti. Spiediens acs ābolos, biežas sāpes acīs, konjunktīvas apsārtums, redzes fascinācija uz dažiem mirkliem. Kairinājums degunā, kam seko ūdeņaini izdalījumi (18).

1.7.2. Zilā karpīte (*Aconitum napellus*)

Dažādas karpīša sugas ir izmantotas gadsimtiem ilgi gan kā indes, gan kā zāles. Sakne ir vistoksiskākā auga daļa. Zilo karpīti lieto, lai samazinātu drudzi kas saistīts ar saaukstēšanos, pneimoniju, laringītu, sauso klepu, izmanto arī kā diurētiku (19).

Infektoloģija: hipertermija, ko pavada bālums un sausa āda; rinofaringīts, streptokoku tonsilīts, vidusauss iekaisums; laringīts ar spēcīgu klepu; caureja, ko pavada resnās zarnas spazmas, augšējo elpceļu iekaisums, migrēna, Neirolģija: "aukstā" neiralģija, īpaši trīszaru nerva neiralģija; jebkuras lokalizācijas neiralģija, ko pavada tirpšana nejutīgums, drudzis, ko izraisa hipotermija. Lieto pie bezmiega, kad pēc aizmigšanas miegs tiek traucēts ar nakts pamošanos, parasti no pusnakts līdz 1 naktī; šādu pamošanos pavada trauksme, karstuma sajūta visā ķermenī (20).

1.7.3. Muskuspīles sirids ekstrakts (*Anas barbariae hepatis*)

Anas barbariae hepatis (muskuspīles aknu un sirids ekstrakts) - lieto, lai ārstētu un novērstu sezonālu saaukstēšanos un elpceļu iekaisuma slimības, uzlabotu simptomu kontroli un samazinātu elpceļu infekciju epizožu biežumu (21).

Četros randomizētos pētījumos tika pārbaudīta Oscillococcinum ietekme uz gripai līdzīgu slimību. 2 randomizētos kontrolētos pētījumos tika ziņots par reaģēšanas biežumu pilnīgai simptomu izzušanai 48 stundu laikā. Rezultātu apvienošana uzrādīja būtisku starpgrupu atšķirību. Netika konstatēta statistiskā nevienādība. Apvienojot rezultātus par simptomu izzušanas ilgumu, varēja secināt, ka Oscillococcinum ir nozīmīga, bet neliela labvēlīga ietekme, salīdzinot ar placebo (MIN dienas: -0,3; 95% TI, -0,5 līdz -0,1; n = 850; hī kvadrāts = 0,00 P = 1.00). (22)

1.7.4. Surukuku čūskas inde (*Lachesis*)

Lachesis ir surukuku čūskas inde, lieto pie menopauzes simptomiem. Lachesis ir pārsteidzošas ārstnieciskas un profilaktiskas īpašības gan pret viegliem, gan smagiem menopauzes simptomiem (23).

Sirds slimība. Lachesis, tāpat kā citas indes, ir viens no labākajiem sirds līdzekļiem. Vārstu slimības: tendence ģībt, asistolija, endokardīts. Čūsku indes izraisa ūdens uzkrāšanos, kas ir vēl viena norāde uz asinsrites traucējumiem. Tiklīdz pacients aizmie, viņš sajūt gaisa trūkumu.

Angīna. Lieto pret tīfu, pneimoniju, skarlatīnu, kad dominē rīkles simptomi. Ja gļotādas ir purpursarkanā vai zilganā krāsā ar pastiprinātām sāpēm, parasti kreisajā pusē. Drudzis, galvenokārt vakarā un naktī; ar sausu karstumu, neremdināmām slāpēm, nemieru. Stiprs vēsums ar ledus aukstuma sajūtu un bālu seju. No rīta bagātīgi sviedri (24).

1.7.5. Purpura krastkaņepe (*Eupatorium Perfoliatum*)

Purpura krstkaņepi lieto dažādu drudža stāvokļa ārstēšanā (25). Tā varētu būt gripa, malārija vai citi traucējumi. Izmanto pret sāpēm galvā, mugurā, ekstremitātēs, tajā skaitā arī sīki pēdu kauli, plaukstas locītava, sāpes trahejā, krūšu rajonā kā arī muskuļu sāpes, to nogurums (26).

1.7.6. Mārrutks (*Cochlearia armoracia*)

Mārrutkus lieto urīnceļu infekcijām, nierakmeņiem, šķidrumsa aizturi, klepu, bronhītu, locītavu sāpēm (reimatismu), žultspūšļa slimībām, sēžas nerva sāpēm, podagru, kolikām un zarnu tārpiem bērniem (27).

1.7.7. Kālija bihromāts

To galvenokārt, lieto, lai ārstētu gļotādas dzeltenus vai zaļganus izdalījumus no jebkuras ķermeņa daļas, tostarp deguna, rīkles, balsenes, maksts, urīnizvadkanāla un kuņģa. Visbiežāk to lieto saaukstēšanās ārstēšanai, ko pavada deguna blakusdobumu iekaisums vai kas pārvēršas par sinusītu.

Lieto kakla sāpēm ar pietūkušām mandelēm ar strutainajiem izdalījumiem, klepus ārstēšanai, visbiežāk pie sausa, rejoša (28). Kālija dihromāts var palīdzēt samazināt bagātīgu, stīgu, izturīgu gļotādas un trahejas sekrēciju pacientiem ar hronisku obstruktīvu plaušu slimību (29,30).

1.7.8. Zeltsakne (*Hydrastis*)

To sauc arī par zeltsakni, ir viens no efektīvākajiem līdzekļiem, ko izmanto elpošanas problēmu gadījumos, tam piemīt antibakteriālas un pretiekaisuma īpašības. Tas efektīvi risina sinusīta problēmas, elpceļu gļotādu iekaisumu, klepu ar brīvu krēpu izdalīšanos.

Lieto pie auss iekaisuma, ko pavada izdalījumi, daļēja dzirdes pasliktināšanās, troksnis ausī (31).

To lieto arī ādas slimību, apetītes trūkuma, smagu vai sāpīgu menstruāciju, gremošanas traucējumu un citu iekaisuma vai gremošanas traucējumu ārstēšanai (32).

1.7.9. Metāliskais sudrabs (*Argentum nitricum*)

Metālisko sudrabu lieto pie kuņģa problēmām - gastrīta (kuņģa iekaisums), kuņģa čūlas, atraugām, gāzēm, vēdera uzpūšanās gadījumā un pie caurejas. Gastrīta gadījumā tas ir visnoderīgākais, ja tas rodas pārmērīgas alkohola lietošanas dēļ.

Kuņģa čūlas gadījumā ir noderīgi tikt galā ar sāpēm vēderā, ko pastiprina ēšana. Tam seko vemšana. Sāpes var būt dedzinošas, graužošas ar čūlām. Kuņģī ir pārmērīgs gāzu daudzums, tas izraisa vēdera uzpūšanos un sajūtu, it kā vēders pārsprāgs.

Argentum nitricum lieto pie urinēšanas problēmām. Starp tiem arī urīnizvadkanāla iekaisums (uretrīts). Šādos apstākļos urīnizvadkanālā rodas dedzināšana, sāpes un nieze.

Tas ir arī piemērots gonorejas (seksuāli transmisīvās infekcijas, ko izraisa baktērijas *Neisseria gonorrhoeae*) agrīnā stadijā. Ir griešanas sāpes urīnizvadkanālā, pārmērīga asiņošana no urīnizvadkanāla. Tas ir noderīgi urīnizvadkanāla struktūras gadījumos.

Iedarbojoties uz rīkli, tas palīdz ārstēt laringītu (balsenes iekaisumu). To lieto, ja ir balss aizsmakums un dažreiz balss zudums. Var būt nieze un kutēšana balsenē. Tas arī palīdz atbrīvoties no sāpēm kaklā (33).

1.7.10. Pļavas silpurene (*Pulsatilla pratensis*)

Pļavas silpureni lieto pie artrīta, bronhīta, vējbakām ar klepu un drudzi, saaukstēšanās, gremošanas problēmām, acu un ausu infekcijām, galvassāpēm, masalām ar klepu un saaukstēšanos, cūciņu ar pietūkušiem un sāpīgiem dziedzeriem, menstruāciju grūtības-dismenorejas, menstruāla cikla kavēšanās, depresijas simptomu mazināšanā, kad cilvēks ir ļoti emocionāls un jūtīgs (34).

Lieto daudz kuņģa-zarnu trakta slimību ārstēšanai, piemēram, gremošanas traucējumi, ko izraisa taukaina, trekna pārtika. Galvenais šī līdzekļa lietošanas rādītājs gremošanas slimību ārstēšanai ir gāzu veidošanās vēderā, sāpes, caureja, slikta dūša, vemšana.

Tas ir ļoti efektīvs dažādu acu sūdzību novēršanai. Tas labi darbojas konjunktivīta gadījumā, ja no acīm ir biezi, dzelteni, bagātīgi izdalījumi. Nieze un dedzināšana acīs, kā arī plakstiņu salipšana miega laikā.

Izmanto pret ausu infekcijām un tādiem stāvokļiem kā ārējais un vidusauss iekaisums. Tas norādīts gadījumos, kad no ausīm izdalās biezas, dzeltenas, dzeltenzaļas, mīkstas strutas (kas atsevišķos gadījumos var būt notraipītas ar asinīm). Citas pazīmes ir dziļa nieze ausīs, aizsprostojuma sajūta ausīs un sāpes (35).

1.7.11. Arnika (*Arnica montana*)

Arnika, galvenokārt, tika pētīta pacientiem, kuri cieš no pēcoperācijas sāpēm. Arnikai ir bijusi dažāda ietekme uz pēcoperācijas sāpēm. Ārstēšana ar Arnica tabletēm vai augu Arnica ziedi divas nedēļas ievērojami samazināja sāpes pēc rokas operācijas, salīdzinot ar

placebo. Brinkhaus et al. pētīja Arnica efektivitāti pēcoperācijas sāpēm pēc artroskopijas, mākslīgās ceļa locītavas implantācijas vai krustenisko saišu rekonstrukcijas. Viņi atklāja, ka Arnica uzrādīja būtisku labvēlīgu uzlabojumu pacientiem tikai pēc krustenisko saišu rekonstrukcijas. Zobu ķirurģiskās procedūras izraisa sāpes un citas pēcķirurģijas sekas, un ir veikti pētījumi, lai izpētītu Arnica aktivitāti pret šiem simptomiem. Mawardi et al. ziņoja, ka sistēmiska Arnica lietošana ievērojami samazināja sāpju rādītājus pēc zobu ekstrakcijas.

Ārstēšana ar Arniku vienu pašu vai kombinācijā ar Arnikas krēmiem 6 un 12 dienas samazināja sāpes efektīvāk, salīdzinot ar kontroles grupu. Gēla krēma, kas satur 5% *Solidago chilensis* (Brazīlijas Arnikas ekstrakts), uzklāšana uz ādas 21 dienu mazināja roku sāpes pacientiem, kuri cieš no saliecēja un ekstensora cīpslu tendinīta.

Arnika ietekmē uz slodzes izraisītām muskuļu sāpēm, ir pārbaudīta veseliem cilvēkiem. Vietējā arnika, uzklājot uz ādas ik pēc četrām nomoda stundām, mazināja sāpes trīs dienas pēc skrējiena no kalna (36).

1.7.12. Mārdadzis (*Carduus marianus*)

Mārdadzis ir labvēlīgs aknām pēc alkoholisko dzērienu, īpaši alus, ļaunprātīgai lietošanai, varikozām vēnām un čūlām (37).

1.7.13. Ārstniecības pienene (*Taraxacum officinale*)

Ārstniecības pienene palīdz iznīcināt patogēnus kuņģa-zarnu traktā, normalizē cukura līmeni asinīs. Pētījumi ar pienenes ekstraktiem atklāja, ka tas var stimulēt insulīna izdalīšanos aizkuņģa dziedzera β -šūnās, kas tādējādi neitralizē hiperglikēmijas ietekmi (38).

1.7.14. Kumelīte (*Chamomilla vulgaris*)

Kumelītes izmanto, lai palīdzētu iemigt, kā vieglu nomierinošu līdzekli un mazinātu trauksmi. Lieto arī pie ķermeņa iekšpuses iekaisuma izraisītiem stāvokļiem, kuņģa-zarnu trakta un urīnceļu spazmām (39). Izmanto arī zobu, auss sāpēm, spazmām menstruācijas laikā (40).

1.7.15. Karolīnas jasmīns (*Gelsemium sempervirens*)

Karolīnas Jasmīnu galvenokārt, izmanto kā nervu sistēmas relaksantu, lai ārstētu dažāda veida sāpes, tostarp galvassāpes un sāpes, kas saistītas ar iekaisumiem. Jasmīns ir viens no homeopātijas svarīgajiem līdzekļiem pret gripu. *Gelsemium sempervirens*, plaši pazīstams kā dzeltenais jasmīns, ir izmantots, lai ārstētu nemieru, garīgu aizkaitināmību, bezmiegu, galvassāpes, urīnceļu kairinājumu, hiperēmiju un krampjus. To lieto spazmatisku traucējumu, piemēram, astmas un garā klepum. Augs ir izmantots histērijas, dismenorejas, pneimonijas un bronhīta gadījumā (41).

1.7.16. *Belladonna*

Lieto menopauzes laikā, tas palīdz novērst simptomus, tādus kā karstuma viļņi (42).

Belladonna izmanto, lai samazinātu kuņģa skābi, kas var palīdzēt gan sliktas dūšas, gan skābes refluksa gadījumā. Izmanto arī, lai kontrolētu sirdsdarbības ātrumu un atslābinātu mukuļus (43).

1.7.17. Divšķautņu asinszāle (*Hypericum perforatum*)

Divšķautņu asinszāle ir alternatīvs līdzeklis, ko galvenokārt lieto pie depresijas, bet arī reimatisma, gastroenterīta, galvassāpju un neiralģijas ārstēšanai. Pētījumi ir pierādījuši tā efektivitāti iekaisuma traucējumu, ļaundabīgu audzēju, baktēriju un vīrusu slimību ārstēšanā, kā arī antioksidantu un neiroprotektīvas īpašības. *Hypericum perforatum* (asinszāle) darbības mehānisms aptver neurotransmitera inhibējošo profilu un iespējamo pretiekaisuma un antioksidantu iedarbību, kas liecina par lomu sāpju mazināšanā.

Asinszālē ir divas aktīvās sastāvdaļas hipericīns un hiperforīns. Hipericīnam ir nozīme depresijas ārstēšanā, bet hiperforīnam ir galvenā asinszāles antidepresanta sastāvdaļa, kas iedarbojas uz nātrija kanāliem, kā arī tam ir līdzīgs darbības mehānisms kā tricikliskajiem antidepresantiem. Ekstraktam ir ievērojama afinitāte pret gamma- aminosviestskābi A, B, monoamīnoksidāzi A, B un adenoīnu, turklāt tas kavē serotonīna, noradrenalīna un dopamīna uzņemšanu (44).

2. MATERIĀLI UN METODES

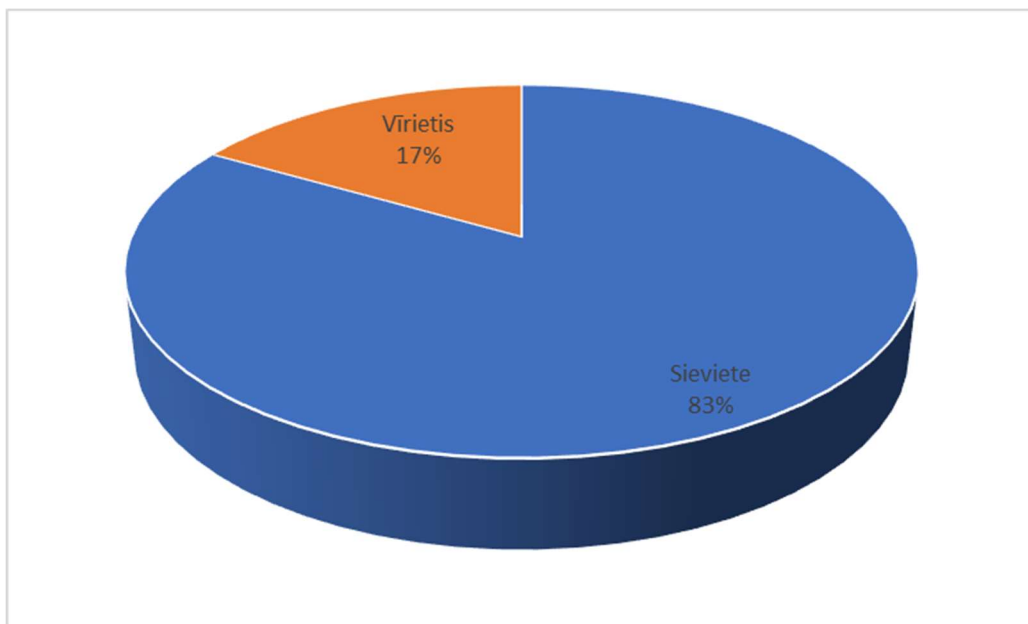
Lai noskaidrotu homeopātisko preparātu lomu cilvēku dzīvē, tika veikta aptiekas apmeklētāju aptauja.

Anketēšana tika veikta no 2022. gada 1. aprīļa līdz 2022. gada 1. maijam, tika validēta izsūtot ģimenes locekļiem, draugiem, kursabiedriem un pēctam izmantoti rezultātu iegūšanai pētījuma ietvaros. Aptaujā piedalījās 80 respondenti no 19 līdz 45 gadu vecumam gan sievietes, gan vīrieši. Aptaujas rezultāti tika apkopoti un apstrādāti ar Microsoft Excel 2017 datorprogrammu.

3. ANKETĒŠANAS REZULTĀTI

3.1. Respondentu iedalījums pēc dzimuma

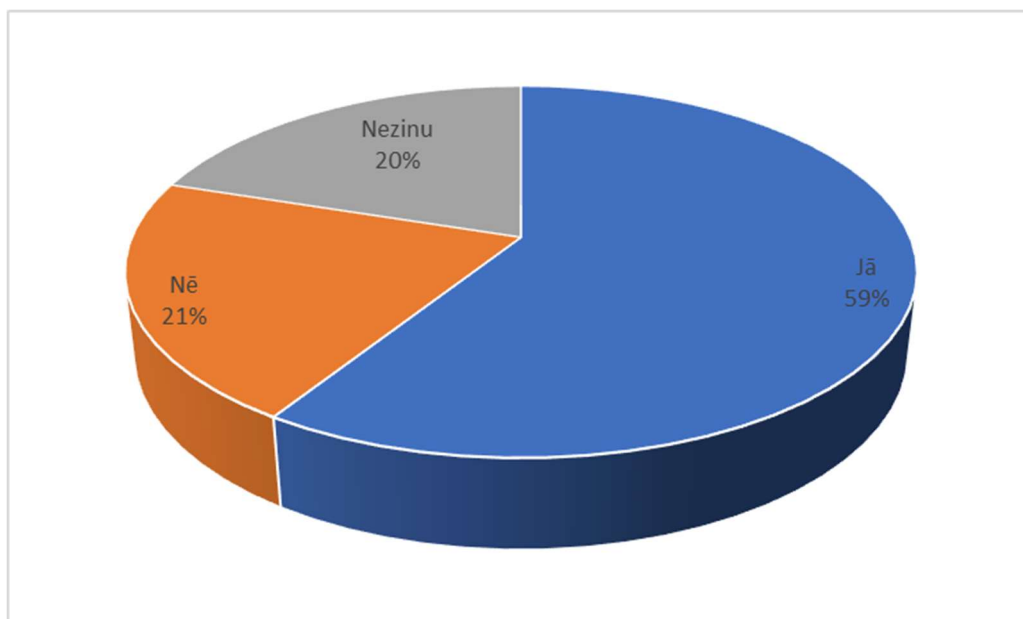
Apkopojot aptiekas apmeklētāju aizpildītas anketas, tika novērots, ka no visām anketām lielāka daļa – 83% aizpildījušas sievietes un mazāk aizpildīja vīrieši – 17% (skat. 3.1. attēls)



3.1. attēls. Iedalījums pēc dzimuma (%)

3.2. Respondentu zināšanas par homeopātiju

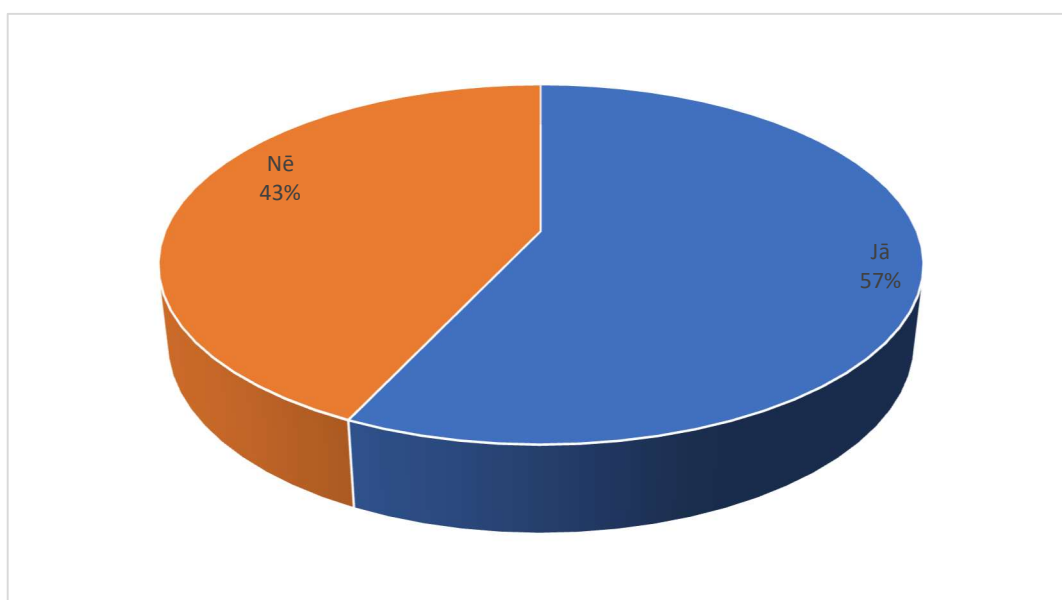
Apkopojot anketas rezultātus, tika novērots, ka lielāka daļa respondentu – 59% aplicina, ka zina, kas ir homeopātija, savukārt, mazāks skaits - 21% atbild ar noraidošu atbildi un vēl -20% pauž neziņu (skat. 3.2. attēls)



3.2. attēls. Respondentu zināšana par homeopātiju (%)

3.3. Vai Jūs esat lietojis homeopātiskus preparātus?

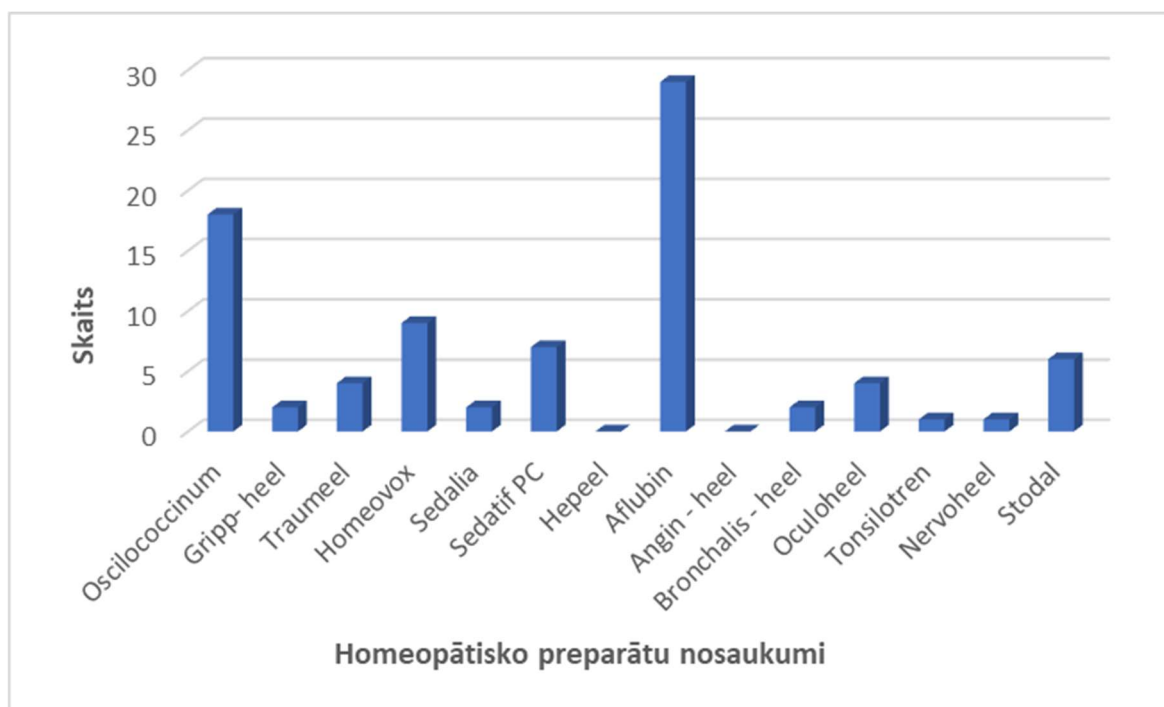
Apkopojot anketas rezultātus ir redzams, ka 57% respondentu ir lietojuši homeopātiskus preparātus, bet tās nav lietojuši 43% (skat. 3.3 attēls)



3.3. attēls. Homeopātiskos medikamentus lietojušo respondentu īpatsvars %

3.4. Kādus homeopātiskus preparātus Jūs esat lietojis?

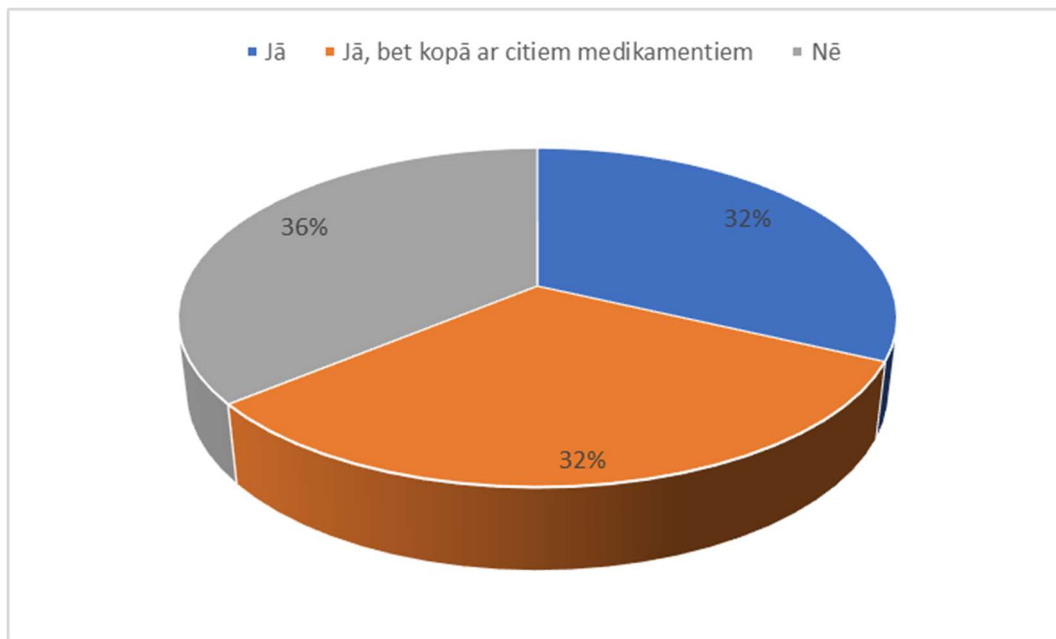
Apkopojot rezultātus, tika noskaidrots, ka visvairāk tika lietoti Aflubin tabletes un pilieni (n=29) un dozētie zirnīši Oscilococcinum (n=18). Nedaudz mazāk lietotas Homeovox tabletes (n=9), Sedatif PC tabletes (n=7), Stodal sīrups (n=5). Pavisam maz bija to, kuri ir lietojuši Traumeel ziedi un tabletes (n=3), Oculoheel acu pilienus (n=4), Bronchalis – heel un Gripp – heel tabletes (n=2), Sedalia bērnu sīrupu (n=2). Tonsilotren tabletes un Nervoheel tabletes bija lietojuši pa vienam respondentam. Hepeel tabletes un Angin – heel tabletes nebija lietojis neviens no aptaujātajiem respondentiem (skat.3.4.attēls).



3.4. attēls. Homeopātisko preparātu popularitāte starp aptaujātajiem respondentiem

3.5. Vai homeopātiskas zāles bija efektīvas?

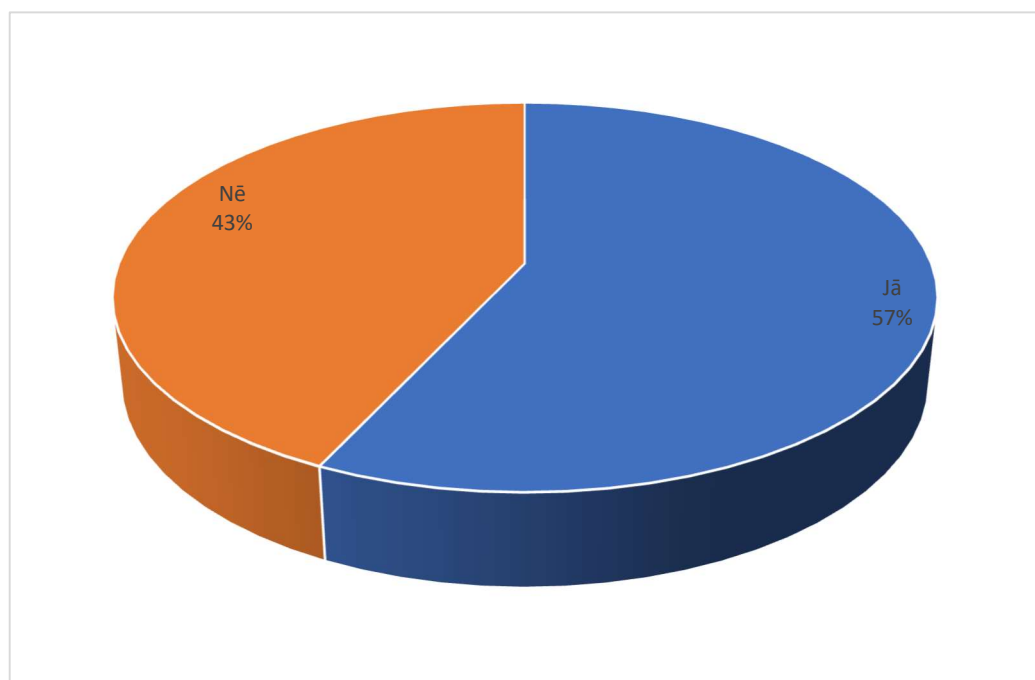
Apkopojot anketas rezultātus var secināt, ka lielāka daļa respondentu – 36% apgalvo, ka homeopātiskas zāles nebija efektīvas, bet 32% apliecina, ka jā tās bija efektīvas un tikpat - 32% respondentu izvēlas tos lietot kopā ar tradicionālās medicīnas praksē lietotajiem medikamentiem (skat.3.5. attēls).



3.5.attēls Respondentu subjektīvais viedoklis (%) par efektivitāti, lietojot homeopātiskos preparātus

3.6. Vai ārstniecības augu tēja ir homeopātisks līdzeklis?

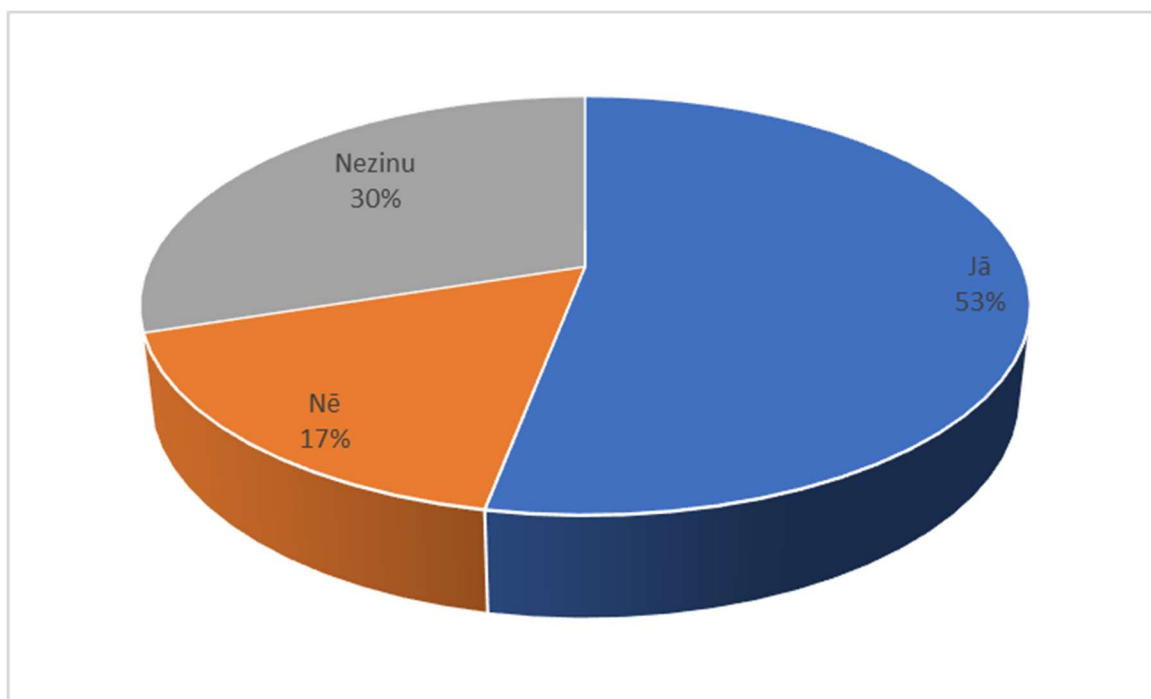
Pēc atbilžu rezultātiem var secināt, ka cilvēki neatšķir homeopātiju no fitoterapijas. Lielāka daļa - 57% ar pārliecību atbildēja, ka jā, ārstniecības augu tēja ir homeopātisks līdzeklis un 43% atbildēja, ka nē, nav (skat.3.6.attēls).



3.6. attēls Respondentu zināšanu pārbaude par homeopātiju un fitoterapiju (%)

3.7. Vai Jūsaprāt, homeopātiskus preparātus drīkst lietot bērni un grūtnieces?

Apkopojot anketas noskaidrojās, ka lielāka daļa – 53% no respondentiem uzskata, ka homeopātiskus preparātus drīkst lietot bērni un grūtnieces, 30% pauž neziņu, bet mazāka daļa - 17%, apgalvo, ka homeopātiju nedrīkst lietot bērni un grūtnieces (skat.3.7.attēls)

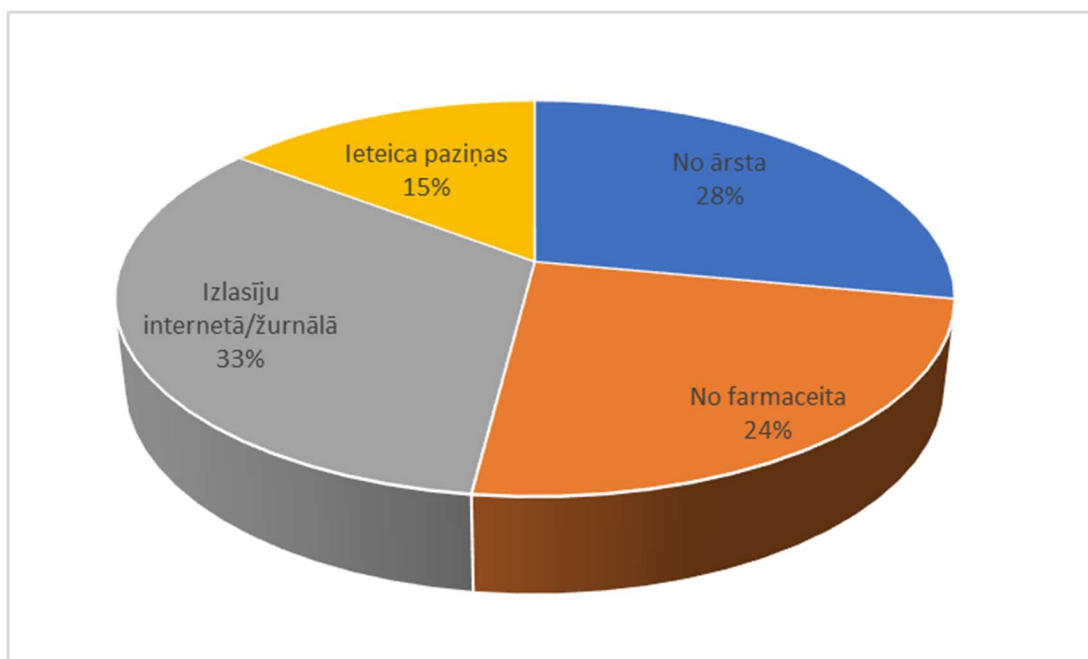


3.7. attēls. Respondentu (%) viedoklis par homeopātisko preparātu lietošanu bērniem un grūtniecēm

3.8. Kur Jūs ieguvāt informāciju par homeopātiskiem preparātiem?

Pēc atbilžu rezultātiem var secināt, ka lielāka daļa – 33% ieguva informāciju par homeopātiskajiem preparātiem masu medijos (TV, žurnāli, internets, radio), 28% nozīmēja ārsts, 24% ieteica farmaceits un 15% uzzināja par homeopātiskajiem līdzekļiem caur paziņām, kuri apliecināja, ka viņu praksē homeopātiskie līdzekļi ir bijuši efektīvi (skat.3.8. attēls).

2018. gadā Vācijā veiktā pētījumā tika pierādīts, ka grāmatas (65%) un internets (47%) bija visizplatītākie informācijas avoti, kā arī tika izmantotas farmaceitu konsultācijas ar vidējo ilgumu 10 minūtes (60%) (45).



3.8. attēls. Respondentu informācijas iegūšana avoti par homeopātiskajiem preparātiem (%)

4. DISKUSIJA

Šajā darbā tika pētīts Aptiekā pieejamo homeopātisko preparātu un to izmantošanas popularitāte lietotāju vidū. Šī terapija pieder pie papildu un alternatīvās medicīnas ārstēšanas metodēm, kas ietver produktu izmantošanu, kas iegūti no ļoti atšķaidītām augu, dzīvnieku vai minerālu sastāvdaļām, un pamatā tiek izmantota, lai novērstu noteiktus traucējumus organismā.

Darba autori interesēja noskaidrot Latvijas iedzīvotāju viedokli, izpratni un pieprasījumu par Homeopātiskajiem preparātiem. Tika izvēlēts analizēt kompleksos preparātus.

Pēc datiem par pirktākajiem homeopātiskajiem kompleksajiem preparātiem aptiekās no 1. aprīļa līdz 1. maijam 2022. gadā (3.4.attēls) pirktākie preparāti ir Oscillococcinum, Aflubin, Homeovox, kuru indikācijas ir: Oscillococcinum zirnīši – gripas simptomu novēršana, tādi kā drudzis, drebuļi, sāpes. Tie pierādīja arī savu efektivitāti aizsardzībā pret augšējo elpceļu infekcijām pacientiem ar hronisko obstruktīvo plaušu slimību (46). Aflubin tabletes vai pilieni- lieto gripas, gripai līdzīgu infekciju un saaukstēšanās ārstēšanai gan arī profilaksei. Homeovox tabletes – lieto pie balss pārpūles, balss zuduma, aizsmakuma, laringīta simptomātiskai ārstēšanai. Homeovox ieviešana kombinētajā ārstēšanā pacientiem ar balss saišu mezgliņiem un akūtu katarālu laringītu paātrināja skaņas akustisko īpašību atjaunošanos dažādos laikos pēc terapijas uzsākšanas, salīdzinot ar pacientiem, kuri saņēma tikai tradicionālo terapiju. (47). Šo preparātu pieprasījumu var skaidrot ar pavasara mājīgu laiku vai cilvēki vēlas pasargāt sevi no saaukstēšanās vai gripas līdzīgu infekciju. Šo faktu apliecina Ilzes Ozolnieces bakalaura darba pētījums par “Saaukstēšanās gadījumiem paredzēto homeopātisko zāļu apriti SIA “A APOTHEKA - 78” 2015. – 2016. gadā” (48)

Apkopojot respondentu atbildes uz jautājumu – “Vai homeopātiskie preparāti bija efektīvi?”, secināms, ka respondenti lieto gan homeopātiskos preparātus pie slimībām, kas pierāda savu efektivitāti (36%), gan kombinē tos ar medikamentiem (36%), uz to norāda rezultāti (3.5. attēls). Apskatot, citus pētījumus par homeopātisko preparātu efektivitāti, var apliecināt, ka homeopātiskajam preparātam ir spēja efektīvi samazināt bieža klepus simptomus un krēpu viskozitāti, kas saistīts ar augšējo elpceļu infekcijām.(49). 2012. gadā tika veikts pētījums par vienu no biežāk sastopamajām elpošanas sistēmas slimībām tāda kā astma, 2,1% ASV iedzīvotāju izvēlējās ārstēšanai homeopātiskus līdzekļus. 2018. gada dubultmaskētā pētījumā, kurā piedalījās 140 pieaugušie ar bronhiālo astmu, atklājās, ka homeopātisko līdzekļu pievienošana parastajai astmas ārstēšanai bija efektīvāka nekā parastā ārstēšana ar placebo(50).

Aptaujas rezultātā tika apkopoti 8 jautājumi par homeopātiju kā terapiju, pielietošanu un tās kompleksajiem preparātiem. Uz respondentu atbildēm - “Vai jūs zināt, kas ir homeopātija” un “Vai jūs esat lietojis homeopātiskus preparātus?” tika secināts, ka lielākā daļa pārzin, kas ir homeopātija (3.2. attēls) un arī vairāk par pusi respondentu atbildēja, ka ir tos lietojusi (3.3. attēls). Cilvēki kļūst arvien izglītotāki medicīnas sfērā, īpaši, ja runa ir par veselību, viņi meklē alternatīvas, kā izvairīties no sintētiskām vielām un aizstāt tās ar dabīgākām. Mūsdienās homeopātija kļūst aizvien pieprasīta ārstēšanas metode, to izmanto vairāk Indijā, ASV. Eiropas valstīs ir ļoti atšķirīga: piemēram, Ziemeļvalstīs homeopātija tiek izmantota reti (izplatība 1% Dānijā, Norvēģijā, Zviedrijā un 2% Somijā), Apvienotajā Karalistē un Īrijā (izplatība 1%), dienvidu valstīs (izplatība attiecīgi 2 un 3% Portugālē un Spānijā) un Austrumeiropā (izplatība 1–3% Čehijā, Igaunijā, Ungārijā, Polijā). Turpretim homeopātijas lietošana ir ļoti izplatīta ($\geq 10\%$) Francijā, Šveicē, Vācijā un Austrijā. Lielās atšķirības kaimiņvalstīs ar samērā salīdzināmu sociālekonomisko stāvokli (piemēram, trīskārtīga izplatības atšķirība starp Nīderlandi un Vāciju vai vairāk nekā 10 reizes atšķirība starp Dāniju un Vāciju) liecina, ka homeopātija nesedz neapmierinātu medicīnisko vajadzību. Atšķirības drīzāk liecina, ka homeopātijas lietošanu vismaz daļēji nosaka tirgus spēki un attieksme (1).

Salīdzinot ar jautājuma atbildēm – “Vai ārstniecības augu tēja ir homeopātisks līdzeklis?”, secināms, ka ne visi respondenti atšķir homeopātiju no fitoterapijas, to liecina respondentu atbildes (skat. 3.6. attēls). Tas nozīmē, ka respondenti tomēr nav izglītoti šajā jomā. Rezumējot, var atzīmēt, ka šajos divos virzienos slimību profilaksē tiek izmantotas tikai dabīgas vielas, tomēr atšķirība tajās joprojām ir būtiska un būtiskākā atšķirība ir devās, jo homeopātija tiek izmantotas tikai mazākas devas, fitoterapijā var izmantot lielas devas.

Jautājumā par homeopātisko preparātu izmantošanu starp bērniem un grūtniecēm respondentu lielāka daļa -53% atzina, ka homeopātiskus preparātus var lietot gan bērni, gan grūtnieces, 30% pauž neziņu un 17% atbild ar noraidošu atbildi (3.7. attēls). Jebkuras veselības problēmas sievietē, kura gaida mazuli, zināms, ka zāļu lietošana ir ierobežota, jo tās var kaitēt augļa veselībai, bet homeopātijas preparātu lietošana ir atļauta. Pēdējā laikā ārstniecības augu preparātus visbiežāk izmanto, lai ārstētu visbiežāk sastopamās ar grūtniecību saistītas problēmas, piemēram, sliktu dūšu, strijas un varikozas vēnas. Tie ir arī atbalstīti, lai saīsinātu vai, ja nepieciešams, palielinātu gestācijas periodu, palielinātu vai veicinātu dzemdības, samazinātu dzemdību procesa ilgumu, mazinātu starpenes sāpes pēc dzemdībām, mazinātu sāpes, kas saistītas ar sprauslām un sasprindzinātām krūtīm un palielinātu mātes piena ražošanu (Ernst 2002; Olson 2001). Biežāk augu izcelsmes un

homeopātiskos līdzekļus izmantos sievietes, kuras nevar piekļūt veselības aprūpes iestādēm
(51).

5. SECINĀJUMI

1. 57% aptaujāto kaut vienreiz dzīves laikā bija lietojuši homeopātiskus preparātus un 32% apgalvo, ka tie bija efektīvi, savukārt tikpat -32% respondentu tos lietoja kopā ar konvencionāliem medikamentiem. 53% aptaujāto recenzentu zina, ka homeopātiskos preparātus drīkst lietot gan bērni, gan grūtnieces un 17 % nav informēti par to lietošanu starp bērniem un grūtniecēm.
2. No 80 aptaujātiem respondentiem – 59% apgalvo, ka zina, kas ir homeopātija, tomēr nespēj to atšķirt no fitoterapijas. Vairāk par pusi -57% aptaujāto atbild, ka ārstniecības augu tēja ir homeopātisks līdzeklis, kas ir aplami. Tātad lielākā daļa cilvēku nezina atšķirību starp homeopātiju un fitoterapiju.
3. Vispieprasītākie homeopātiskie preparāti ir Aflubin pilieni un tabletes, kuri ir paredzēti gripai līdzīgu infekciju un saaukstēšanās profilaksei un ārstēšanai, otrs ir Oscilococcinum zirnīši, ko lieto gripas simptomu ārstēšanai un profilaksei un Homeovox tabletes, kuras paredzētas pie balss aizsmakuma, zuduma vai pārpūles gadījumā. Anketēšanas rezultātā tika novērots, ka homeopātiskus līdzekļus visvairāk iegādājas pie gripas simptomiem, to ārstēšanā un profilaksei. Sievietes homeopātiskos līdzekļus iegādājas biežāk nekā vīrieši. 83% anketu aizpildīja sievietes un 17% vīriešu.

PATEICĪBAS

Vēlos pateikties bakalaura darba vadītājai Dr. Pharm. Kristīnei Saleniecei par palīdzību, sapratni un sniegtajiem padomiem bakalaura darba izstrādē. Kā arī paldies saku anketas respondentiem par iesaistīšanos bakalaura darba tapšanā.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA

1. Cukaci C, Freissmuth M, Mann C, Marti J, Sperl V. Against all odds—the persistent popularity of homeopathy. Wiener klinische Wochenschrift. 2020 Mar 9;132(9-10):232–42.
2. Homeopātijas (klasiskās) medicīniskā tehnoloģija – [tiešsaiste]. dati.zva.gov.lv. Pieejams: <https://dati.zva.gov.lv/mtdb/31-papildinos-komplementrs-medicnas-medicniskie-pakalpojumi/homeopatijas-klasiskas-mediciniska-tehnologija>
3. Unconventional Theories and Unproven Methods in Allergy, Gailen D. Marshall, Stephen B. LeBlanc Middleton's Allergy: Principles and Practice, 98, 1599-1611.e1
4. Santa Liepa-Avotkalna - Homeopātijas terapija [tiešsaiste]. www.classicalhomeopathy.lv. Pieejams: <https://www.classicalhomeopathy.lv/page-1/>
5. Minimum & single dose [Internet]. www.homeopathyschool.com. Available from: <https://www.homeopathyschool.com/why-study-with-us/what-is-homeopathy/minimum-single-dose/>
6. Integrative Approaches to Pain Management, Delia Chiamonte, Chris D'Adamo, Brian Morrison, Practical Management of Pain, 49, 658-668.e3
7. Safety issues in the preparation of homeopathic medicines. World Health Organization, 2009; ISBN 978 92 4 159884 35 lpp; Pieejams: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/44238>
8. А.И.Тихонов, Т.Г.Ярных, Технология лекарств, Министерство здравоохранения Украины, Издательство НФАУ,2002; 623-632 lpp
9. Homeopathy - Potentisation [tiešsaiste]. Medindia.Pieejams: https://www.medindia.net/alternativemedicine/homeopathy/homeopathy_potentisation.htm
10. Kirby BJ. Safety of homeopathic products. JRSM. 2002 May 1;95(5):221–2.
11. Симёнова Н.К. Гомеопатия- М .: Fort-Profi, 2008. 122lpp
12. Unlu A, Kirca O, Ozdogan M. Homeopathy and cancer. Journal of Oncological Sciences [tiešsaiste]. 2017 Jul;3(2):77–80. Pieejams: <http://sciencedirect.com/science/article/pii/S2452336417300419>
13. Dossett M, Yeh G. Homeopathy Use in the United States and Implications for Public Health: A Review. Homeopathy. 2017 Dec 22;107(01):003–9.

14. Di Stefano M, Picchi M, Panozzo M, Noberasco C, Nurra L, Baccetti S, et al. Integration of Homeopathy and Complementary Medicine in the Tuscan Public Health System and the Experience of the Homeopathic Clinic of the Lucca Hospital. *Homeopathy*. 2018 Mar 17;107(02):090–8.
15. Rossi E, Endrizzi C, Panozzo MA, Bianchi A, Da Frè M. Homeopathy in the public health system: a seven-year observational study at Lucca Hospital (Italy). *Homeopathy*. 2009 Jul;98(3):142–8.
16. Reid S. A survey of the use of over-the-counter homeopathic medicines purchased in health stores in central Manchester. *Homeopathy*. 2002 Oct;91(4):225–9.
17. Bagot J-L, Legrand A, Theunissen I. Use of Homeopathy in Integrative Oncology in Strasbourg, France: Multi-center Cross-Sectional Descriptive Study of Patients Undergoing Cancer Treatment. *Homeopathy*. 2021 Mar 4;
18. Gentiana Lutea. from *Materia Medica* by John Henry Clarke. *Homeopathy*. [tiešsaiste]. www.materiamedica.info. Pieejams: <https://www.materiamedica.info/en/materia-medica/john-henry-clarke/gentiana-lutea>
19. Aconite Uses, Benefits & Side Effects - Drugs.com Herbal Database [tiešsaiste]. Drugs.com. Pieejams: <https://www.drugs.com/npc/aconite.html>
20. Aconite: A Clinical Snapshot – The American Association of Homeopathic Pharmacists [tiešsaiste]. www.theaahp.org. Pieejams: <https://www.theaahp.org/articles/aconite-a-clinical-snapshot/>
21. Colombo GL, Di Matteo S, Martinotti C, Oselin M, Bruno G, Beghi GM. The preventive effect on respiratory tract infections of Oscillococcinum®. A cost-effectiveness analysis. *ClinicoEconomics and Outcomes Research* [tiešsaiste]. 2018 Jan Volume 10:75–82. Pieejams: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5788925/>
22. Complementary Medicine for Treating or Preventing Influenza or Influenza-like Illness, Ruoling Guo PhD, Max H. Pittler MD, PhD, Edzard Ernst MD, PhD, *American Journal of Medicine*, The, 2007-11-01, Volume 120, Issue 11, Pages 923-929.e3, 2007 Elsevier Inc.
23. Особенности назначения препарата Lachesis в практике врача-гомеопата | Медицинские интернет-конференции [tiešsaiste] Pieejams: <https://medconfer.com/node/1821>
24. LACHESIS MUTUS - HOMOEOPATHIC MATERIA MEDICA - By William BOERICKE [tiešsaiste]. Pieejams: <http://www.homeoint.org/books/boericmm/l/lach.htm>

25. Hensel A, Maas M, Sendker J, Lechtenberg M, Petereit F, Deters A, et al. *Eupatorium perfoliatum* L.: Phytochemistry, traditional use and current applications. *Journal of Ethnopharmacology* [tiešsaiste]. 2011 Dec 8 ;138(3):641–51. Pieejams: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S037887411100729X>
26. Эупаториум перфолиатум (*Eupatorium perfoliatum*). Изучаем гомеопатические средства [tiešsaiste]. Edas.ru. 2021 Pieejams: <https://edas.ru/press-center/news/eupatorium-perfoliatum-eupatorium-perfoliatum-izuchaem-gomeopaticheskie-sredstva/>
27. *Cochlearia Armoracia* Homeopathy Mother Tincture Q [tiešsaiste]. Homeomart. Pieejams: <https://homeomart.com/products/cochlearia-armoracia-mother-tincture>
28. Kali Bichromium | Encyclopedia.com [tiešsaiste]. www.encyclopedia.com. Pieejams: <https://www.encyclopedia.com/medicine/encyclopedias-almanacs-transcripts-and-maps/kali-bichromium>
29. Frass M, Dielacher C, Linkesch M, Endler C, Muchitsch I, Schuster E, et al. Influence of Potassium Dichromate on Tracheal Secretions in Critically Ill Patients. *Chest*. 2005 Mar;127(3):936–41.
30. Oberbaum M, Shaare Zedek Medical Center, Hadassah Medical Organization. A Multicenter, Randomized, Double Blind, Placebo Controlled Trial to Investigate the Efficacy and Safety of the Homeopathic Remedy Kalium Bichromicum (Potassium Dichromate) to Decrease Viscosity and Amount of Sputum as Well as Time to Extubation, in Intubated Mechanically Ventilated ICU Patients. [tiešsaiste]. clinicaltrials.gov. 2012 Pieejams: <https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT00473473>
31. *Hydrastis Canadensis* - Homeopathic Medicine - Indications for its use [tiešsiste]. Homeopathy at DrHomeo.com. 2018 Pieejams: <https://www.drhomeo.com/medicine/hydrastis-canadensis-homeopathic-medicine/>
32. Goldenseal: Benefits, Dosage, Side Effects, and More [tiešsaiste]. Healthline. 2020. Pieejams: <https://www.healthline.com/health/goldenseal-cure-for-everything#benefits-uses>
33. *Argentum Nitricum* - Homeopathic Medicine: Its Uses, Indications and Dosage [tiešsaiste]. Homeopathy at DrHomeo.com. 2021. Pieejams: <https://www.drhomeo.com/medicine/argentum-nitricum-homeopathic-medicine-its-uses-indications-and-dosage/>
34. *Pulsatilla* | Encyclopedia.com [tiešsaiste]. www.encyclopedia.com. Pieejams: <https://www.encyclopedia.com/places/africa/angolan-political-geography/pulsatilla>

35. MD DVS. Pulsatilla for Women [tiešsaiste]. Homeopathy at DrHomeo.com. 2008
Pieejams: <https://www.drhomeo.com/pulsatilla/sepia-for-women/>
36. Smith A, Miles V, Holmes D, Chen X, Lei W. medicines Clinical Trials, Potential Mechanisms, and Adverse Effects of Arnica as an Adjunct Medication for Pain Management Clinical Trials, Potential Mechanisms, and Adverse Effects of Arnica as an Adjunct Medication for Pain. 2021 8:58. Pieejams: https://mdpi-res.com/d_attachment/medicines/medicines-08-00058/article_deploy/medicines-08-00058.pdf?version=1633770870
37. Carduus Marianus Mother Tincture Q [tiešsaiste]. Homeomart. Pieejams: <https://homeomart.com/products/carduus-marianus-mother-tincture>
38. Wirngo FE, Lambert MN, Jeppesen PB. The Physiological Effects of Dandelion (*Taraxacum Officinale*) in Type 2 Diabetes. *The Review of Diabetic Studies*. 2016;13(2-3):113–31. Ļemt ārā
39. Chamomile Uses, Benefits & Side Effects - Drugs.com Herbal Database [tiešsaiste]. Drugs.com. 2021. Pieejams: <https://www.drugs.com/npc/chamomile.html>
40. Know Your Remedies: Chamomilla Matricaria (Cham.) [tiešsaiste]. Homeopathy Plus. 2021. Pieejams: <https://homeopathyplus.com/know-your-remedies-chamomilla-cham/amp/>
41. Dutt V, Thakur S, Dhar V, Sharma A. The genus *Gelsemium*: An update. *Pharmacognosy Reviews* [tiešsaiste]. 2010 Jul ; 4(8):185. Pieejams: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3249920/>
42. Bordet M, Colas A, Marijnen P, Masson J, Trichard M. Treating hot flushes in menopausal women with homeopathic treatment—Results of an observational study. *Homeopathy*. 2008 Jan;97(1):10–5.
43. Belladonna: Uses and risks [tiešsaiste]. www.medicalnewstoday.com. Pieejams: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/318180>
44. Assiri K, Alyami Y, Uyanik JM, Romero-Reyes M. *Hypericum perforatum* (St. John's Wort) as a possible therapeutic alternative for the management of trigeminal neuralgia (TN) – A case report. *Complementary Therapies in Medicine*. 2017 Feb;30:36–9.
45. Achstetter K, Teut M. Use of Self-Medication with Homeopathy in Germany: Results of an Online Questionnaire Survey. *Complementary Medicine Research*. 2018;25(6):383–90.
46. Aouina H, Bamri A, Vesin A, Danno K, Aubry E, Faure C, et al. *Oscillocoquinum*® for upper respiratory tract infections and exacerbations in COPD: an observational,

- prospective study (OXITUNIS). *Drugs in Context* [tiešsaiste]. 2021;10:2021–42.
Pieejams: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34349821/>
47. Stepanova YE, Gotovyakhina TV, Korneenkov AA, Koren' EE. [The combined treatment of dysphonia in the subjects engaged in the voice and speech professions]. *Vestnik Otorinolaringologii* [tiešsaiste]. 2017 ;82(3):48–53. Pieejams: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28631682/>
48. Ozolniece I. “Saaukstēšanās gadījumiem paredzēto homeopātisko zāļu apriti SIA “A APOTHEKA - 78” 2015. – 2016. gadā”. Bakalaura darbs; Latvijas Universitāte 2017; 28 lpp
49. Zanasi A, Mazzolini M, Tursi F, Morselli-Labate AM, Paccapelo A, Lecchi M. Homeopathic medicine for acute cough in upper respiratory tract infections and acute bronchitis: A randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Pulmonary Pharmacology & Therapeutics*. 2014 Feb;27(1):102–8.
50. Homeopathic remedies for asthma: Types, effectiveness, and risks [tiešsaiste]. www.medicalnewstoday.com. 2019. Pieejams: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/325376#risks-of-homeopathy>
51. Boltman-Binkowski H. A systematic review: Are herbal and homeopathic remedies used during pregnancy safe? *Curationis*. 2016 Feb 25; 39(1).

PIELIKUMI

1. Pielikums

Aptaujas anketa bakalaura darbam

“APTIEKĀ PIEEJAMO HOMEOPĀTIJAS LĪDZEKĻU POPULARITĀTE LIETOTĀJU VIDŪ”

Esmu Latvijas Universitātes Medicīnas fakultātes farmācijas studiju programmas 3. kursa studente. Izstrādāju bakalaura darbu par "Aptiekā pieejamo homeopātijas līdzekļu popularitāte lietotāju vidū" un tā ietvaros vēlos noskaidrot Latvijas iedzīvotāju viedokli, izpratni un pieprasījumu par Homeopātiskiem preparātiem. Tāpēc lūgšu Jūs piedalīties manā pētījumā, kas ir anonīma un kuras dati tiks izmantoti tikai apkopotā veidā.

1.Dzimums:

- Sieviete
- Vīrietis

2.Vai jūs zināt kas ir homeopātija?

- Jā
- Nē
- Daļēji

3.Vai jūs esat lietojis homeopātiskus preparātus?

- Jā
- Nē

4.Kādus homeopātiskus preparātus jūs esat lietojis?

- Oscillococcinum
- Gripp – Heel
- Traumeel
- Homeovox

- Sedalia
- Sedatif PC
- Hepeel
- Aflubin'
- Angin – Heel
- Bronchalis – Heel
- Klimakt – Heel
- Oculoheel
- Tonsilotren
- Nervoheel
- Stodal

5. Vai homeopātiskas zāles bija efektīvas?

- Jā
- Jā, bet kopā ar citiem medikamentiem
- Nē

6. Vai ārstniecības augu tēja ir homeopātisks līdzeklis?

- Jā
- Nē

7. Jūsprāt homeopātiskus līdzekļus var lietot bērni un grūtnieces?

- Jā
- Nē
- Nezinu

8. Kur jūs ieguvāt informāciju par homeopātiskiem preparātiem?

- No ārsta
- No farmaceita
- Ieteica paziņas
- Izlasīju internetā/žurnālā

DOKUMENTĀRĀ LAPA

Bakalaura darbs

izstrādāts LU Medicīnas fakultātē.

Ar savu parakstu apliecinu, ka pētījums veikts patstāvīgi, izmantoti tikai tajā norādītie informācijas avoti un iesniegtā darba elektroniskā kopija atbilst izdrukai.

Autore: _____
(vārds, uzvārds) (paraksts) (datums)

Rekomendēju/nerekomendēju darbu aizstāvēšanai

Vadītāja: _____
(amats, vārds, uzvārds, grāds) (paraksts) (datums)

Recenzents/e: _____
(amats, vārds, uzvārds, grāds) (paraksts) (datums)

Darbs iesniegts LU Medicīnas fakultātē _____
(datums)

Vecākā lietvede Juta Bārtule _____
(paraksts)

Bakalaura darbs aizstāvēts bakalaura studiju programmas „Farmācija” Bakalaura gala pārbaudījuma komisijas sēdē _____ 2022., prot. Nr. _____.

Komisijas sekretāre: _____

(paraksts)