**PRÍPAD DEPRESIE**

37 ročná klientka má štyri mesiace silnú depresiu. Nie je schopná obliecť sa, najesť sa, celý deň leží v posteli, má samovražedné myšlienky. Bola hospitalizovaná na psychiatrii.

Nasťahoval sa k nej otec, ktorý jej pomáha postarať sa o seba a o syna. Už vyše mesiaca berie antidepresíva (Oxazepam a Mitrazapin), ktoré jej predpísal psychiater, zatiaľ bez odozvy. Podľa jej slov, jej stav sa od brania antidepresív ešte zhoršil.

**Kedy ti začala depresia?** Pred 4 mesiacmi podal na mňa bývalý žalobu, zrútila som sa. Bojím sa, že ma pripraví o strechu nad hlavou, že sa nebudem vedieť finančne postarať o dieťa a zoberú mi syna. Nemám peniaze, vie kde má zaútočiť.

Už v minulosti ma viackrát udal na finančnej polícii (klientka je kaderníčka, podniká), že strihám doma načierno. Bola u mňa finančná polícia, hľadali všade vlasy.

Vždy to boli vymyslené veci, potom ako bol neúspešný na súde ma nechal zaplatiť právnika, ktorého si najal. Neustále sa mi vyhráža súdmi. Bojím sa policajtov, súdov.

Kľakla som si pred ním na kolená, aby stiahol žalobu. Nemrzí ťa tých 10 udaní na mňa? Nie, zaslúžiš si to!

Už som mala podobný stav pred pár rokmi, keď som naňho zavolala políciu kvôli alkoholu. Vymkol ma z domu, musela som mu podpísať, že sa s ním nerozídem. Potom mi zistili tetániu.

**Povedz mi viac o tom vzťahu:** Bola som láska jeho života, písal mi básne. Prvýkrát v živote ma mal niekto naozaj rád. Volali mi jeho kolegyne, že len o mne hovorí, tak som sa s ním stretla.

Bývala som silná, všetko som zvládala, nonstop som pracovala, na všetko som si zarobila. Aj na materskej som pracovala, dva týždne po pôrode som začala učiť angličtinu. Náklady sme si delili napoly. Postupne sa ku mne začal zle správať, zhadzoval ma, ponižoval. Klepol mi po prstoch a potom mi tie prsty pofúkal. Vždy ma dokázal presvedčiť. že ja som spravila chybu. Bola som preňho majetok, nemal kamarátov. Nakoniec som ho opustila - nevedel to zvládnuť.

**Povedz mi viac o depresii**: Celú noc bdiem a modlím sa, 7 hodín sa modlím, aby bol medzi nami mier. Je to taký strach, že sa s tým nedá žiť, chcem zomrieť. V noci som v bezpečnom priestore, ale keď nastane ráno, neviem zvládnuť bežný deň. Vstať a umyť sa je úloha ako zostrojiť lietadlo. Je to ako keď máš pred sebou pohár s vodou, ale nevieš ho zobrať a napiť sa. Akoby mi nefungoval mozog.

Celý deň ležím v posteli, neviem sa postaviť. Potrebujem, aby bol niekto pri mne a držal ma za ruku. Neustále musím mať niekoho pri sebe, iba vtedy to viem zvládnuť. Otec ma musí kŕmiť, aby som sa najedla. Hovorím mu: „Daj mi, prosím ťa, ten banán s láskou“.

Už dávnejšie poprosila rodičov, aby jej dvakrát za deň zavolali a  povedali mi, že ju majú radi.

**Čo by ti pomohlo?**Keby mu nejaký právnik pohrozil, že toto nemôže robiť s úbohou ženou. Aby si to uvedomil a bol medzi nami mier.

**Čo je pre teba dôležité?** Láska a rodina, pocit istoty, že ťa niekto pohladká, bude pri tebe stáť, nech sa stane čokoľvek.

**Zlatá rybka**: psychické zdravie, aby sa uvedomil a boli sme naspäť rodina, aby zo syna vyrástol psychicky zdravý človek.

**Fyzické symptómy:** cíti pálenie rúk až od dlaní až po lakeť a tŕpnu jej pritom ruky. Tiež cíti pálenie smerom od  hrudníka ku krku: „Je to ako čili papričky, strašne to páli. Cítim veľkú tiaž na srdci, zviera mi hrdlo a vypadávajú mi veci z ruky.“

LIEK ….

------------------

KONTROLA : Prišla ku mne domov, ľahla si na gauč: bojím sa, potrebujem niekoho, aby pri mne stále. „Bojím sa žiť. Chyť ma prosím za ruku.. Stále idem nižšie a nižšie. Predtým som dokázala aspoň navariť, teraz vôbec. Nefunguje mi vôbec pamäť…. Bodaj by som sa neprebudila. “

LIEK ….

-------------------

**Ďalšia kontrola o 3 týždne:**

„Neviem robiť základné činnosti: 5 vecí v obchode nakupujem 45 minút. Ak by som mala nakúpiť osem vecí, nezvládnem to. Chceš dať veci na pokladňu ale nedokážeš to. Každá úloha je nezvládnuteľná. Akoby som mala vygumovaný mozog.

Bojím sa ho, píše mi vyhrážky. Potrebujem niekoho, kto by prišiel, objal ma a povedal, že sa postará. Som ako malé dieťa. Otec mi musí dávať jesť, inak nejem celý deň.“

**Skús mi ešte viac popísať tvoj stav „som ako malé dieťa“**: „Je to akoby som mala päť rokov, musím sa držať niekoho. Je to stav, ako keď sa malé dieťa stratí na námestí, pozerá kde je mama a má strach. Nemáš emócie, nevieš plakať, máš len strach, bojíš sa cudzích ľudí, potrebujem aby niekto prišiel a zobral ma za ruku.

…Ako keď ťa nájdu na námestí a chytíš sa maminej ruky.“

**Detstvo?** „Moja mama mi hovorila, že nič neodkážem, nedala mi žiadne sebavedomie. Nikdy ma nezobrala na výlet, nespravila narodeninovú oslavu, nenakreslila do pamätníka. Sama som si nakreslila v maminom mene. Nikdy som nedostala len tak čokoládu. Hovorila mi, že som neposlušné decko, ktoré sa nemalo narodiť. Vždy som si myslela, že som najškaredšia, najhoršia. Vieš prečo som kaderníčka? Mama ma vždy strihala na chlapca, chcela som mať dlhé vlasy, nezazlievam jej to.

Od otca som cítila lásku, ale nikdy mi ani jeden nepovedal, že ma ľúbi, nikdy ma nepohladkali.

Iba raz v živote som pocítila že mám pre niekoho cenu. Iba raz som zažila lásku, od neho, nie od mamy. Povedala mi, že nevie dávať lásku, až keď som ju prosila, aby ma chytila za ruku, tak to spravila, bolo to v 2017.“

LIEK…

--------------

KONTROLA po dvoch týždňoch: „V deň keď som si dala homeopatikum chcel syn palacinky, otec mi chcel pomôcť. Mala som nožík v ruke, kričala som: nepribližuj sa, musím to zvládnuť sama! Povedala som si: buď to zvládnem a nakŕmim to dieťa alebo končím, skočím z mosta! Búchala som si hlavu o linku…

Zvládla som to. Dalo mi to silu!

Na ďalší deň som prvýkrát po dlhej dobe vedela vstať z postele a umyť sa. Predtým som to zvládala tak každý štvrtý deň a aj to nie doobeda. „Z toho, že som sa umyla, som mala taký úžasný pocit, akoby som bola nesmrteľná. Akoby som zostrojila tank. Skúsila som umyť umývadlo a keď sa mi to podarilo, začala som upratovať a upratovala som do 3.30 ďalšieho rána. Bála som sa, že sa to vráti a chcela som všetko stihnúť.“

Ohľadom vzťahu s bývalým manželom: „Človek, ktorý ma takto ničil ma nikdy nemohol mať rád. Občas ešte prídu nepríjemné chvíle, keď mi napíše nejakú vyhrážku, ale už sa ho nebojím, už nie som bábka, ktorou manipuluje. Homeopatia mi doslova zachránila život.“

Nárast energie udáva klientka z „mínus nekonečno“ pred homeopatikom na úplnú eufóriu vždy po podaní homeopatika. „Stačí mi spať 5 hodín, je to neuveriteľné!“

Momentálne je sedem mesiacov od prvej konzultácie a klientka plne pracuje, stará sa o dieťa a domácnosť bez problémov, vzťah s bývalým manželom zvláda bez strachu, s nadhľadom.