

Die homöopathische Hausapotheke

schnelle Erste Hilfe bei akuten Krankheiten und Störungen

URANIA, 18.02.2005

Naturheilpraxis Maria Schäfgen

Linienstrasse 119, 10115 Berlin

www.maria-schafgen.de

Tel.: 030/214 34 40

Inhalt

- Allergien (Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Hauterscheinungen)
- Angst, Panik, Lampenfieber
- Bänderzerrung, Verrenkung, Verstauchung
- Blasenentzündung
- Blutergüsse
- Durchfall
- Erkältungskrankheiten
- Fieber, grippaler Infekt
- Gehirnerschütterung
- Halsschmerzen, Herzklopfen, Herzschmerzen
- Husten
- Insektenstiche
- Kreuzschmerzen/Ischialgien
- Reisekrankheit
- Schnupfen
- Schock
- Sonnenallergie, Sonnenbrand
- Übelkeit
- Wundbehandlung
- Zähne (Zahn wird gezogen, Zahnungsbeschwerden bei Kindern)

Samuel Hahnemann

1755-1843

Begründer der Klassischen Homöopathie

Ähnlichkeitsregel:

„Similia similibus curentur“

Ähnliches werde mit Ähnlichem geheilt!

Konstitution

- Körperlich-leibliche und seelisch-geistige Verfassung des Menschen bezogen auf seine Umwelt
- Dieses SOSEIN des Patienten ist das Resultat der Entgleisung seiner Lebenskraft
- Die Entgleisung ist erworben im Wandel des Lebens und im Fluß des Lebens auch fließend veränderlich.
- Der Wandel wird ausgelöst durch Umwelteinflüsse, Lebensumstände, Schicksalsschläge
- Die äußeren Erscheinungen eines Menschen spiegeln die inneren Erscheinungen seines Verhaltens und Benehmens wieder.

Akut

- Plötzlich
- Heftig Symptome
 - Tendenz zur Besserung

Hausapotheke!

Chronisch

- Über einen langen Zeitraum (oft viele Jahre) immer wiederkehrende Symptome
- Keine Tendenz zur Besserung
 - Nicht zur Selbstbehandlung geeignet!

Die Potenzierung – D Potenzen

- D 1: Verdünnung der Ursubstanz mit Alkohol 1:10
- D 2: 1/10 D 1 und 9/10 Alkohol

- D 1 enthält 1/10 der Ursubstanz
- D 2 enthält 1/100 der Ursubstanz
- D 3 enthält 1/1000 der Ursubstanz
- D 4 enthält 1/10 000 der Ursubstanz
- D 5 enthält 1/100 000 der Ursubstanz
- D 6 enthält 1/1 000 000 der Ursubstanz

Anwendung der Arzneimittel

- D 6, D 12
 - Jede halbe Stunde 5 Globuli oder 1 Tablette oder 5 Tropfen
 - Bei Besserung stündlich 5 Globuli, 5 Tropfen oder 1 Tablette, Einnahmeabstände vergrößern
- C 30
 - 5 Globuli sofort auf die Zunge, nach 60 Minuten Einnahme wiederholen und Besserung abwarten, höchstens 3 Tage einnehmen!
 - Bei heftigem Verlauf: auflösen in Wasser und alle 15 Minuten 1 Schluck trinken

Bezugsquellen für homöopathische Arzneimittel in Berlin:

- Cecilienapotheke

Gaudystraße 1
10 437 Berlin
Tel.: 030/4407128
U-S-Bhf. U 2 Schönhauser Allee
www.cecilienapotheke.de

- Mommsenapotheke

Wilmsdorfer Str. 100
10 629 Berlin
Tel.: 030/8835248
U-Bhf. U 7 Wilmsdorfer Str. oder Adenauerplatz
www.mommsen-apotheke.de

- Ziethenapotheke

Großbeerenstr 11
10 963 Berlin
Tel.: 030/547169-0
U-bhf. U7 Möckernbrücke
www.zietenapotheke.de

Die Arzneimittelprüfung am Gesunden

- Gesunde Prüfer, d.h. Menschen ohne akute oder chronische Erkrankungen nehmen homöopathische Arzneimittel sehr häufig ein und notieren die dann auftretenden Symptome. Dies geschieht absichtlich, um die Arznei in all ihren Facetten kennen zu lernen.
- In der Praxis möchte man, dass eine Arznei heilsam wirkt. Prüfungssymptome sollen vermieden werden. Die Heilwirkung unterscheidet sich von der Arzneimittelprüfung. Um eine Arzneimittelprüfung zu vermeiden, unbedingt die Dosierungsanweisung beachten!!
- **Je höher die Potenz der Arznei, desto seltener die Einnahme!!**

Einnahme-Regeln:

- Je heftiger der akute Zustand ist, desto häufiger kann die Arznei eingenommen werden
- Je höher die Potenz der Arznei, desto seltener sollte sie eingenommen werden
- Eine C 30 sollte maximal 3 Tage eingenommen werden, wenn sie bis dann nicht geholfen hat, war die Arznei falsch!
- 5 Globuli entsprechen 5 Tropfen oder 1 Tablette
- Babys und Kleinkinder werden –immer ausgehend von ihren Symptomen- mit den gleichen Arzneien und Potenzen wie Erwachsene behandelt
- Homöopathische Arzneien werden nie vorbeugend eingenommen, sondern erst dann, wenn Symptome vorhanden sind
- Wenn sich die Symptome ändern und wenn eine Arznei nicht wirkt, kann man die Arznei wechseln, man sollte jedoch nie verschiedene Arzneien zur gleichen Zeit verabreichen!!
- Chronische Beschwerden sollten nie selbstbehandelt werden, hier ist es wie im Handwerk: einfache Sachen kann man selbst machen, für komplizierte Probleme braucht man eine Fachkraft!!

Lactoseunverträglichkeit und Globuli

- Das Gerücht: Homöopathische Mittel wären auf Milchzucker aufgetragen worden und deshalb unverträglich bei Lactoseintoleranz
- Die Wahrheit: Homöopathische Mittel werden auf Kügelchen aufgetragen, die aus Saccharose, also aus Rohrzucker bestehen.
- Saccharose (Rohrzucker) wird von Menschen vertragen, die eine Lactoseunverträglichkeit haben

Was ist, wenn ich die Ursubstanz der Arznei z.B. Arnika nicht vertrage?

- Wenn die homöopathische Arznei in der Potenz C 30 eingenommen wird, ist sichergestellt, dass keine stoffliche Substanz mehr enthalten ist.
- Die feinstoffliche Wirkung der Arznei unterscheidet sich von der grobstofflichen Wirkung der Arznei (z.B. Hypericum, Arnica, Apis)
- Auch wenn man die Ursubstanz nicht verträgt, kann man die homöopathische Arznei (C 30) bedenkenlos einnehmen

Allergien

- Bei heftigen allergischen Reaktionen unbedingt einen Arzt aufsuchen!
- Allergische Neigung
 - Calcium carbonicum Hahnemannii D 12 über 6 Monate 3 x 2 Tbl. täglich (Schüsslersalz FA Nestmann)
- Rötung der Haut mit Brennen und Anschwellen
 - Apis C 30
- Rötung der Haut mit Schwellung und intensivem Jucken oder Brennen, evtl. kleine flüssigkeitsgefüllte Bläschen
 - Rhus toxicodendron C 30

Sonnenallergie/Sonnenbrand

- Hypericum D 6 2 x täglich
 - Allergische Reaktionen auf der Haut mit Jucken, kleinen Pusteln und Rötung
 - Sonnenbrand
- Calcium carbonicum D12
 - Bei Allergieneigung über 3 – 6 Monate
- Aconitum D 12
 - bei hochroter verbrannter Haut mit Unruhe

- Apis D 12
 - bei Blasenbildung und Schwellung

Insektenstiche

- Ledum D 12 zuerst
- Apis mellifica D C 30 bei rotglänzender Schwellung
- Lachesis D 12 bei blau-roter Entzündung der Schnittstelle

Apis mellifica C 30 – die Biene

Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten

- Folge von Zuviel und Durcheinander an Speisen, Getränken, Genußmittel (Alkohol, Kaffee, Tabak)
- Völlegefühl, Übelkeit, Aufstoßen, Erbrechen, Durchfall
 - Nux vomica C 30
- Folgen von fettem Essen (Buttercremetorte...)
 - Pulsatilla C 30

Verdorbenener Magen

- Nach fetten Speisen (Buttercremetorte)
 - Pulsatilla D 12
- Nach verschimmeltem Brot oder anderen verdorbenen Speisen mit Kälte, Schwäche, Ängsten
 - Arsenicum album C 200

Durchfall mit Koliken

Colocynthis C 30 – die Koloquinte

- Durchfall, Kolik
- Krampfartige Schmerzen unterhalb des Bauchnabels.
- Übelkeit, Erbrechen, Durchfall mit grün-gelbem Stuhl.
- Abgehende Winde und Druck auf betroffene Stellen verschaffen Linderung.
- Auch bei Koliken im Säuglingsalter, wenn das Kind die Beine an den Bauch zieht.
- Krämpfe in Gebärmutter oder Eierstöcken.
- Besserung: Wärme, Zusammenkrümmen, Kaffee, Druck auf den betroffenen Bereich

- Verschlimmerung: Wut, Berührung, Kälte

Blasenentzündung

- Plötzlich, wie angefliegen: Aconitum D 12
- Danach Belladonna C 30 bei Schweiß, aber kalten Händen und kalten Füßen, Blasenkrämpfen, Schmerzen
- Apis C 30 bei brennenden Schmerzen, aber wenig Urin trotz häufigen Harndrangs
- Dulcamara C 30 bei Folge von Unterkühlung mit Nasswerden, kaltes Baden
- Rhus toxicodendron C 30 bei Folge von Unterkühlung, Nasswerden, kaltes Baden mit Unruhe und innerem Getriebensein
- Cantharis D 12 bei blutigem Urin und stechenden, schneidenden Schmerzen beim Wasserlassen
 - Bei Nierenschmerzen und länger andauernden Beschwerden Arzt aufsuchen!

Aconitum napellus – der Sturmhut...bei stürmischem Herzen

- Angst, Panik, Lampenfieber
- Angst und Schreck mit heftiger Unruhe, Herzklopfen
- Angstzustände in einer Menschen-menge, in engen Räumen in Tunnels, im Flugzeug
- Schlafstörungen mit Angstzuständen
- Herzbeschwerden mit Angstzuständen
- Aconitum D 12 bei Bedarf alle 15 Minuten

Symptome wie angeworfen – Aconitum napellus

- Beginn akuter, fieberhafter Erkrankungen ohne Schweiß, trockene Hitze, Unruhe, Angst
- Heftiger Durst, vorher Frost
- Trigeminusneuralgie nach kaltem trockenem Wetter

Erkältung, Fieber, Husten, Halsweh, Heiserkeit

- Vitamin C, unhomöopathisch aber wichtig!
- Kann nicht gespeichert werden
- Wird im Dünndarm aufgenommen, maximal 200 mg auf einmal
- Bei einem akuten grippalen Infekt sinkt der Vitamin-C-Gehalt im Serum unter die Skorbutgrenze
- Essentiell
 - Der Körper braucht die Substanz, kann sie jedoch nicht selbst herstellen
 - große Säugetiere stellen bei Stress bis zu 12 Gramm (!) täglich her

Halsschmerzen

- Linksseitig
 - Lachesis D 12
- Rechtsseitig
 - Lycopodium D 6
- Mittig, hellroter Rachen
 - Phytolacca D 6
- Eiterstippchen mit Kälte, Zugempfindlichkeit

– Hepar sulfuris C 30

Aconitum napellus

Atropa

Belladonna

- Zuerst Aconitum bei heftigen, akuten Erkrankungen
- Wenn Schweiß eintritt, wirkt Aconitum nicht mehr, dann Belladonna
- Nie mit Belladonna beginnen, immer vorher Aconit geben
- Aconitum ist trocken, Belladonna ist feucht
- Hohes Fieber, feuchte Haut
- Roter Kopf, große Pupillen
- Klopfende Schmerzen bei Entzündung

**Belladonna C 30 – die Tollkirsche...hohes
Fieber...**

- Fieber mit Herzklopfen, hochroter Kopf
- Schüttelfrost, aber heiße dampfende Schweiß ohne Erleichterung
- Hals und Mandeln hochrot
- Weite Pupillen
- Fieberfantasien

Pulsatilla C 30

(Küchenschelle, Kuhschelle)

- Folge von kalten Füßen und unbeständigem Wetter
- Stockschnupfen drinnen, abwechselnd mit Fließschnupfen draußen
- Milde Absonderungen: dick, cremig, weiß bis gelb-grün
- Husten sobald ein warmer Raum betreten wird.
- Verlangen das Fenster zu öffnen
- Frieren stärker im warmen Raum

Eupatorium perfoliatum C30 (Knochenheil,

Wasserhampf)

- Folge von feucht-kaltem Wetter
- Bei fieberhaften Infekten mit Knochen- und Muskelschmerzen
- Fieber morgens höher als Abends
- Großer Durst auf Kaltes trotz Frieren
- Husten mit Kopfschmerz

Allium Cepa C30 (Küchenzwiebel)

- Erkältung bei nasskaltem Wetter
- Schnupfen: wundmachende Absonderung der Nase mit reichlich Tränenfluss
- Fließschnupfen mit Kopfschmerzen und Heiserkeit
- Augen brennen und sind rot

Kalium bichromicum D 12 (Kaliumdichromat)

- Schnupfen mit dickem, gelblichen, fadenziehendem Sekret
- Krusten und Borsten in der Nase, Sekretion in Nasenrachenraum
- Periodische Kopfschmerzen über der Nasenwurzel, den Augen und in der Stirnhöhle (Sinusitis)

Cinnabaris D12, (rotes Quecksilbersulfid)

- Bei subakuten oder chronischen Entzündungen der Nasen-
Nebenhöhlen und der Nasenschleimhaut
- Eitriger Schnupfen
- **Schmerz an der Nasenwurzel**
- **Gefühl von Kopf im Tank**

Gelsemium C 200 (wilder oder gelber Yasmin)

- Folge von Wetterwechsel von kalt auf warm-feucht (Frühling, Fön)
- Sommererkältung durch warme Zugluft
- Verlauf ist langsam
- Völlige Kraftlosigkeit, dicker Kopf, Augenlider sind schwer und müde, nichts geht mehr
- Kälteschauer laufen den Rücken hoch und runter
- Dumpfer Kopfschmerz steigt vom Nacken hoch und wird besser durch Wasserlassen

Ferrum Phosphoricum (Phosphorsaures Eisen) C

30

- Folge von nasskaltem Wetter
- Allmählich schleichende, anfängliche Grippe
- Fieberhafte Bronchitis mit trockenem, krampfartigem, bellenden und lauten Kitzelhusten (kaum Auswurf)
- Bei Fieber spielen Kinder weiter und beschäftigen sich noch Kreativ

Bryonia C 30 (weiße und rote Zaunrübe)

- Allgemeine Verschlimmerung durch jede Art von Bewegung (sogar Augenbewegung)
- Trockener, harter, schmerzhafter Husten, muss sich die Brust halten
- Betreten eines warmen Zimmers erregt Husten
- Trockenheit von Mund, Zunge und Hals bei großem Durst. Möchte

große Mengen auf einmal trinken

- Reizbar, will seine Ruhe haben

Drosera (Sonnentau) C 30

- Krampfhafter Reizhusten mit Schmerzen hinter dem Brustbein
- Husten hohl, trocken,
- Viel schlimmer nachts
- Anfallsweise mit Würgen bis Erbrechen
- Schlimmer durch Sprechen, Lachen und Singen

Nux Vomica C 30 (Brechnuß)

- Folge von Stress, Hektik und Überarbeitung
- Niesen und Schnupfen morgens beim Erwachen
- Husten erzeugt starke Kopfschmerzen
- Kopfschmerzen mit Schwindel
- Raves Gefühl im Hals; Kratzen im Rachen

- Schupfen ist tagsüber fließend; nachts und im freien Verstopft
- Sehr empfindlich gegen Zugluft; besser durch Wärme (z.B warmes Fußbad)

Chamomilla C 30 – die wilde Kamille....wenn Baby´s Zähnen kommen

- Fieber, unleidlich, eine Wange rot, die andere blass, verlangt bald dieses bald jenes und wirft es erbost wieder weg
- Schreien ohne ersichtlichen Grund
- Bauchkrämpfe
- Wärme <
- Kälte bessert nicht
- Abends, nachts <<
- Umhertragen >>
- Wirkt oft nur kurz, deshalb öfters wiederholen

Homöopathisches Kinderabonnement*

- Euro 75,00 0-7 Jahre
- Euro 100,00 8-14 Jahre

– Enthält sämtliche Behandlungskosten für 12 Kalendermonate
(Anamnese, telefonische und persönliche Beratungen,
Behandlungstermine bei akuten Erkrankungen)

*wenn das Kind nicht privat krankenversichert ist

Bei weiteren Fragen rufen Sie uns einfach an! 030/2143440

Dulcamara C 30 – Bittersüß, wenn kühle Nässe nicht vertragen wird

- Blasenentzündung
- Rheumaanfall
- Wenn man sich zu früh über das schöne Wetter freut und sich dabei verkühlt
- Durchfall nach Sitzen auf kaltem Untergrund oder Durchnässung
- Folge von Kälte mit Nasswerden und bei warmen Tagen die plötzlich abkühlen

Gelsemium C 200: „das Kaninchen vor der Schlange“

- Erwartungsspannung, Lampenfieber, Reiseieber
- Angst, Lampenfieber, inneres Zittern,
- Schlafstörungen,
- Panik vor wichtigem Ereignis, Treffen, Prüfung, Arztbesuch, bei blackouts

- Angst vorm Fliegen
- Angst vor Reisen

Verstauchung, Zerrung, Überanstrengung Rhus toxicodendron C 30 (Giftsumach)

- Überanstrengung, Verstauchung, Zerrung, Unterkühlung,
Durchnässung
- Nächte, Ruhe <<
- Anfangsbewegung <<
- Wärme >>
- Fortgesetzte leichte Bewegung >> (V.n.)

Blutergüsse

- Traum-Heel
- Oder
- Arnica C 30
- Bei großen Hämatomen: Ledum D 12 zusätzlich zu Arnika C 30

**Knochenbrüche, stumpfe Verletzungen, Blutergüsse,
Operationen: Arnica C 30 (Bergwohlverleih)**

- V.n. Bewegung, die aber schmerzhaft ist, entnervt läßt man es wieder sein
- V.n. Ruhe, Kühle, findet aber keine
- A.g. Bewegung, Erschütterung
- Das Bett wird als zu hart empfunden, man findet keine Liegeposition

**Hypericum perforatum C 200 – das
Johanneskraut**

- Nervenschmerzen
- Prellungen, Quetschungen
- Sturz aufs Steißbein
- Narben- und Phantomschmerzen
- Abgebrochener Zahn, Finger in der Tür
- Besserung: still liegen, mit dem Gesicht nach unten liegen, Kopf nach hinten beugen.
- Verschlimmerung: nasskaltes Wetter, Schock, Erschütterung

Hexenschuß, Ischialgie – Bryonia C 30 (die Zaunrübe)

- Heftig stechender , reißender Schmerz,
- Geringste Bewegung <<
- Warme Auflagen >
- Milde Kühle >
- Heftige Druck >>
- Zorn, Aufregung <<

Krampfadern, Venenentzündungen, Hämorrhoiden

- Calcium carbonicum D 12 über 6 Monate 2-3-x tgl. 2 Tabletten
 - Zur Stärkung des Bindegewebes
- Entzündete schmerzhafte Venen
 - Arnika D 12, 2 x tgl.
- Schmerzhafte Schwellung oder Knöchelödem
 - Apis D 12, 2 x tgl.

- Pulsierende Schmerzen
 - Belladonna C 30 aufgelöst in Wasser, 3 x tgl. 1 Teelöffel
- Infektion mit bläulich-roter Hautverfärbung
 - Lachesis D 12, 2 x tgl.

Arthroseschmerzen, Sehnenentzündung, Tennisarm,

**bei allgemeiner Überanstrengung (Schreiben, Stricken,
Tennispielen)**

- Rhus toxicodendron C 30
- Schlimmer durch Bewegung und körperlicher Anstrengung
 - Bryonia C 30
- Bei Entzündung, hellroter, ödematöser Schwellung
 - Apis C 30

Nasenbluten

- Calcium carbonicum D 12 über 6 Monate 2-3-x tgl. 2 Tabletten
 - Zur Stärkung des Bindegewebes
- Nasenbluten durch Schneuzen, Anstrengung oder Popeln
 - Phosphorus D 12

Lachesis muta D 12 – die Buschmeister-schlange

- Herzbeschwerden, schlimmer morgens und nach dem Schlafen
- Krämpfe im Brustraum mit starkem Herzklopfen, schnellem, unregelmäßigem Puls. Gefühl, als sei das Herz zu groß für den Körper.
- Halsschmerzen linksseitig, vor allem morgens
- Purpurroter, geschwollener Rachen, splitterartige Schmerzen bes. linksseitig.
- Hitzewallungen, Ohnmacht, Herzklopfen, Schweißausbrüche während der Wechseljahre, bei PMS, wenn die Beschwerden mit dem Eintreten der Menstruation besser werden

Muskelkater

- Aesculus D 6 3 x täglich und Arnica D 12 2 x täglich

Muskelkrämpfe, Wadenkrämpfe

- Cuprum metallicum D 12 bei allen Muskelkrämpfen und nächtlichen Wadenkrämpfen
- Chamomilla C 30 Nächtliche Beinkrämpfe, man verläßt das Bett und behält neuralgische Schmerzen

Cocculus D 12 (Kockelskörner) bei Reiseübelkeit und Jetlag

- Reiseübelkeit, auch beim Autofahren
- Schlaflosigkeit bei Zeitverschiebung auf Reisen oder Schichtarbeit

Literatur

- Enders, Norbert: Handbuch Homöopathie, Karl F. Haug Verlag, Heidelberg 1998
- Enders, Norbert: Hausapotheke für den homöopathischen Patienten, Karl F. Haug Verlag, Heidelberg 1986
- Enders, Norbert_ Homöopathischer Hausschatz, Karl F. Haug Verlag, Heidelberg 1989
- Ravi und Carola Roy : Selbstheilung durch Homöopathie, Knauer Verlag, München 1988
- Roger Morrison: Handbuch der Homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome, Kai Kröger Verlag, Groß Wittensee 1995
- William Boericke: Handbuch der homöopathischen Materia Medica, Karl F. Haug Verlag, Stuttgart 1994