

Homöopathische Hausapotheke

In der Hausapotheke können homöopathische Arzneien sehr gute Dienste leisten, da sie regulativ wirken und den Organismus zur Selbstheilung anregen können. Genauer über den Wirkmechanismus von homöopathischen Arzneimitteln ist auf dem Merkblatt Homöopathie zu finden. Es ist es auch möglich, mit ihnen Erkrankungen noch vor ihrem vollen Ausbruch „abzufangen“. Voraussetzung ist die richtige Auswahl und Einnahme der homöopathischen Arznei. Es ist allerdings eine genaue Beobachtung des Zustandsbildes erforderlich. **Tritt keine Besserung ein oder der jeweilige Zustand verschlechtert sich, ist unbedingt ein Arzt zu konsultieren.**

Wie finde ich die richtige Arznei?

Ich kann nach dem Erscheinungsbild vorgehen, wenn ich die Arzneien gut kenne, nach den bewährten Indikationen, oder bei den jeweiligen bewährten Indikationen nach dem Erscheinungsbild genauer differenzieren.

1.) Nach dem Arzneimittelbild, d.h. das Arzneimittel suchen, das dieselben oder möglichst ähnliche Symptome aufweist wie der/die Kranke. Z.B. bei Fieber, Schwitzen und Kopfschmerzen mit Benommenheit - Belladonna – (denn das sind die Symptome von Belladonna) - also wird man Belladonna D4 geben. Da es sich um eine akute Erkrankung handelt, wird man alle 15 min. 5 Globuli bis zum Eintritt einer Besserung geben.

Tritt keine Besserung ein, hat man wahrscheinlich die falsche Arznei gewählt. Also nach einer besser geeigneten Arznei suchen und diese geben.

2.) Nach einer Indikationsliste auswählen, die auf der Erfahrung von Homöopathen fußt. Z.B. bei Verletzungen: Arnika D4, oder bei Knochenbruch: Symphytum D4 und wird so ebenfalls zu den gewünschten Wirkungen und Erfolgen kommen.

Häufigkeit der Arzneigabe:

Bei akuten Zuständen (z.B. Fieber) Arzneigabe jeweils alle 15 Minuten bis 2 Stunden wiederholen. Im Allgemeinen gilt: um so akuter, um so häufiger. Wenn eine Besserung eintritt, die Arzneigabe erst wieder bei Auftreten einer Verschlimmerung wiederholen.

Bei nicht akuten Zuständen und Potenzen bis hinauf zu D 12 - 2-3 x täglich. Wenn keine Besserung eintritt, ist das Mittel falsch gewählt worden, daher entweder ein anderes Mittel auswählen oder einen Arzt konsultieren.

Dosierung: Einer Gabe entsprechen je nach Arzneiform: 5 Kügelchen, 5 Tropfen, 1 Tablette, oder 1 Messerspitze.

Einnahme: unverdünnt, direkt in den Mund, nicht schlucken, sondern 3 Minuten im Mund behalten und 5 Minuten davor oder danach nichts essen oder trinken!

Folgende Indikationsauflistung dient zur Erleichterung der Auswahl der Arzneien. In den einzelnen Gruppen sind die einzelnen Arzneien durch entsprechende Symptome zu differenzieren.

- **Erkältungen:**

Vorbeugend, oder bei dem Gefühl etwas erwischt zu haben,
nach Einwirkung von Wind und Zugluft.....Aconitum D30
Bei Erkrankungen mit Frösteln bis hin zum Schüttelfrost.....Aconitum D30
Bei Erkrankungen nach Durchnässung mit Anstrengung.....Rhus.tox. D4

- **Fieber:**

heiß, rot, trocken, kein Schweiß.....Aconitum D30
Fieber mit Schweiß, unter Umständen Benommenheit.....Belladonna D4
Fieber ohne allgem. Beeinträchtigung bzw. KrankheitsgefühlFerrum phos.D6

- **Husten:**

Trockener Husten, kein AuswurfBryonia D4
Husten bis zum Erbrechen, Rasseln über der LungeIpecacuanha D4
Feines Rasseln, Schleim kann infolge Schwäche
nicht abgehustet werdenTartarus stibiatus D4

- **Grippe:**

Vorwiegend im Brustbereich, wie zerschlagen, ÜbelkeitEupatorium perf.D4
Vorwiegend im Kopfbereich, mit Kopfschmerz, Kopf fühlt
sich schwer und voll anGelsemium D4
Bei begleitenden NierenschmerzenBerberis vulg.D4

- **Durchfall:**

Brechdurchfall (Kollapsneigung)Veratrum D6
wässrige Stühle (massiver Durchfall), KrämpfeArsenicum album D12

- **Kater:**

Im Gefolge von Überessen, Durcheinanderessen,
nach Sucht- und GenussmittelexzessenNux vomica LM12 o. D4

- **Eiterungen:**

Bei allen eitrigen Entzündungen (z.B. gelber Schnupfen, Abszesse, Akne) Sulfur D12

- **Schreck, Schock, Verletzungen:**

.....Aconitum D30
oder Rescue Remedy Bachblüten

- **Schmerzen:**

Plötzliches Auftreten oder EinschließenColocythis D4
Klopfender SchmerzBelladonna D4
Krampfartiger SchmerzChamomilla D4

- **Angina:**
Rote Mandeln Belladonna D4
Rote, stark geschwollene Mandeln, Kühle bessert Apis D4
Eitrige Mandeln Hepar Sulf. D12 oder Sulfur D12
Beginnende Abszedierung, Mundgeruch Merkur Solubilis D6
Gefühl und auch Schmerz „wie wund oder wie offen“ Causticum D12

- **Sonnenstich:**
Benommenheit, Kopfschmerz Belladonna D4 Lachesis D12

- **Sonnenbrand:**
bei Rötung, Hitze, Schwellung Belladonna D4, Apis D4
bei Blasenbildung Causticum D4

- **Körperliche Überanstrengung,
Verletzungen, Quetschungen, Muskelkater** Arnica D4

- **Insektenstich:**
Rötung, Jucken u. Schwellung - Kühle lindert Apis D4

- **Reisekrankheit:**
schon einige Zeit vor Abreise Cocculus D4, Tabakum D4
Ingwer kauen oder in Kapseln als Zintona

Achtung: Sollte keine Besserung eintreten, unbedingt einen Arzt konsultieren!!!

Literatur: Enders Handbuch der Homöopathie nach Dr. Mathias Dorsci Verlag: Haugh
Links: Österreichische homöopathische Gesellschaft : www.oeghm.at