



das homöopathie- bulletin

DIE ZEITUNG DES VHG • AUSGABE APRIL 2008

Einzelexemplar € 2,00 Jahresabonnement € 16,00
Für Mitglieder natürlich kostenlos.

informatives
claudia mauer

Vorwort

Liebe Freundinnen und Freunde der
Homöopathie,

immer wieder kommt es zu Verwechslungen und Missverständnissen bei den Begriffen Pflanzenheilkunde, Homöopathie und Schüßler-Salze. Tatsächlich gibt es große Berührungspunkte dieser Therapieformen – in der Homöopathie und Pflanzenheilkunde werden Pflanzen verwendet, Homöopathie und Schüßler-Salz-Therapie gebrauchen potenzierte Arzneimittel. Trotzdem gibt es grundlegende Unterschiede dieser wichtigen naturheilkundlichen Behandlungen. Der in dieser Ausgabe veröffentlichte Beitrag soll Ihnen eine Hilfestellung sein, die genannten Therapien besser gegeneinander abzugrenzen. Alle drei Therapieformen sind, unter Beachtung bestimmter Regeln, sehr gut zur Selbstbehandlung geeignet. Aber bitte immer bedenken: die Selbstmedikation kann den Arzt nicht ersetzen! Sind die Beschwerden nach kurzer Zeit nicht

aufgeblättert

Informatives	
Vorwort	S. 1-2
Homöopathisches	
Die Hausapotheke Teil 4	S. 2-4
Arzneimittelbild	
Ledum palustre	S. 5-6
Homöopathisches	
Erstverschlimmerung	S. 7
News aus Potzitz	
Kräutergarten	S. 8
Gesundheitliches	
Phyto-Homöo-Schüßler	S. 9-12

behaben oder verschlimmern sich, muss auf jeden Fall ein Arzt oder Therapeut aufgesucht werden.

Es interessiert uns vom Verein auch sehr, wie Sie vor allem Homöopathie gebrauchen, wie Sie zur Homöopathie gekommen sind und welchen Stellenwert die „Globuli“ für Ihre Gesundheit und Wohlbefinden haben. Senden Sie uns bitte eine paar Zeilen über Ihre Erlebnisse und Erfahrungsberichte, wir würden gerne Ihre Geschichten allen Mitgliedern zu Gute kommen lassen und in unserer Vereinszeitschrift veröffentlichen. Wir freuen uns über Post von Ihnen – entweder per E-mail (info@vhg.at), per Fax (01/617 51 56) oder per Postweg (VHG, Postfach 18, 1232 Wien).

Und noch eine aktuelle Information für unsere Vereinsangehörigen aus der Steiermark: Am 05.05.2008 findet in der Apotheke Thondorf, Liebenauer Hauptstraße 308, Graz-Liebenau, um 19

Uhr ein Vortrag zum Thema „Grundlagen der Homöopathie – was ist Homöopathie, was kann Homöopathie und wie wende ich Homöopathie richtig und sicher an“ mit Herrn Hans Swoboda als Vortragenden statt. Die Teilnahme an diesem Grundlagenvortrag

ist für alle Zuhörer kostenlos. Ich hoffe auf Ihre zahlreiche Beteiligung, bringen Sie Ihre Freunde und Bekannten mit.

Viel Vergnügen bei der Lektüre
Claudia Maurer ***

homöopathisches
hans swoboda

Die Homöopathische Hausapotheke

Wie richte ich eine solche ein? - ein Vorschlag! Teil 4

Herz- und Kreislaufbeschwerden können Ausdruck verschiedener Erkrankungen sein. Sie bedürfen daher unbedingt einer ärztlichen Abklärung! Die Homöopathie kann jedoch auch bei Herz- und Kreislaufkrankungen eine wertvolle therapeutische Hilfe sein.

Herzklopfen, Herzrasen

Aconitum napellus D30 (Eisenhut)

Verursacht durch plötzlichen Schreck,

Angst, Panik, Aufregung. Stechende Herzschmerzen, harter Pulsschlag, großes Angstgefühl, vor allem nachts! Glaubt sterben zu müssen, große innere Unruhe, blasse Gesichtsfarbe

Phosphorus D12 (Phosphor)

Verursacht meist durch Aufregung, Vorahnungen, Phantasien und Angst. Inneres Zittern und Unruhe – zumeist bei eher schlanken und nervösen Menschen auftretend. Schwäche und Blässe sind typisch, braucht immer wieder Ruhepausen

Gelsemium sempervirens D12 (W. Jasmin)

Verursacht durch Erregung und Angst (z.B. vor Prüfungen), Unruhe und Zittern, oft wie betäubt und gelähmt, dunkelrotes Gesicht

Arnica montana D30 (Arnika)

Aufgrund großer körperlicher Anstrengung (Sport usw.) auftretende meist krampfartige Herzschmerzen

Weitere homöopathische Einzelmittel

Lachesis mutus, Nicotiana tabacum, Spigelia anthelmia, Selenicereus grandiflorus



Kreislaufbeschwerden

Veratrum album D30 (Weißer Germer)

Kreislaufkollaps z.B. nach langem Stehen in überfüllten Räumen oder auch in Folge körperlicher Anstrengungen, typisch sind die Kälte des Körpers, der schwache Puls und die Gesichtsblassheit, kalter Stirnschweiß, Übelkeit, oft Durchfall

Arnica montana D30 (Arnika)

Kreislaufbeschwerden nach Traumen (z.B. Unfall), große Empfindlichkeit gegen Schmerzen

Anamirta cocculus D4 (Kokkelskörner)

Benommenheit, Kopfdruck, Schwindel mit Übelkeit beim Bewegen verursacht oft durch Übernächtigung und Schlafmangel

Weitere homöopathische Einzelmittel

Leonurus cardiaca, Myrtillocactus geometrizans, Opium, Acidum arsenicosum, Carbo vegetabilis, Camphora

Schwindel

Anamirta cocculus D4 (Kokkelskörner)

(siehe auch unter "Kreislaufstörungen")
Cocculus ist ein wichtiges Mittel bei Reisekrankheit!

Nicotiana tabacum D4 (Tabak)

Ähnlich wie Anamirta cocculus, jedoch stärkere Übelkeit mit Erbrechen, kalter Schweiß, Herzklopfen

Weitere homöopathische Einzelmittel

Strychnos nux-vomica, Veratrum album, Phosphorus, Acidum phosphoricum, Gelsemium sempervirens

Durchblutungsstörungen

Bitte unbedingt beim Arzt abklären!

Bei arteriellen Durchblutungsstörungen

Secale cornutum D4
Lachesis mutus D12
Kreosotum D4



Crataegus-Früchte

Arnica montana D4
Nicotiana tabacum D4
u.a.

Bei venösen Durchblutungsstörungen

Aesculus hippocastanum D2
Hamamelis virginiana D2
Calcium fluoratum D12
Carbo vegetabilis D12
u.a.

Hypertonie

Unbedingt Arzt konsultieren!

Aurum metallicum D30 (Gold)

Erhöhter Blutdruck aufgrund emotionaler Ereignisse, dunkelrotes Gesicht, Schwindel, klopfende Kopfschmerzen – vor allem nachts, Druckgefühl auf der Brust

Arnica montana D30 (Arnika)

Erhöhter Blutdruck aufgrund körperlicher Anstrengungen, oft familiär bedingt, erhöhter Blutdruck, hochrotes Gesicht, Kopfschmerzen, Ohrensausen, Nasenbluten

Weitere homöopathische Einzelmittel

Viscum album, Plumbum metallicum, Barium carbonicum

Hypotonie

Crataegus D2 (Weißdorn)

Häufig wechselnder Blutdruck, Herzbeschwerden aufgrund körperlicher, aber

auch seelischer Belastungen

Haplopappus baylahuen D3

(Haplopappus)

Oft veranlagungsbedingte Kreislaufschwäche, Schwarzwerden vor den Augen, fühlt sich müde, Verschlechterung am Morgen

Weitere homöopathische Einzelmittel

Veratrum album, Acidum phosphoricum, Ferrum metallicum

Homöopathische Komplexmittel

Cralonin®-Tropfen

Bei Altersherz, Folgen von Herzmuskelschädigungen (z.B. durch Infekte), nervöse Herzstörungen, wetterbedingte Herzstörungen.

Enthalten: Crataegus, Spigelia anthelmia, Kalium carbonicum

Aurumheel®-Tropfen

Bei vegetativ-funktionellen Herz- und Kreislaufstörungen, Hypotonie, Herzrhythmusstörungen

Enthalten: Natrium tetrachlorauratum (=Aurum chloratum natronatum), Valeriana officinalis, Cytisus scoparius (=Spartium scoparium), Convallaria majalis, Arnica montana, Crataegus

Vertigoheel®-Tropfen

Vertigoheel®-Tabletten

Bei Schwindel jeder Genese

*Enthalten: Anamirta cocculus, Conium maculatum, Petroleum rectificatum, Ambra grisea ****

IMPRESSUM Homöopathie-Bulletin 04/08. Herausgeber: Verein zur Förderung der Homöopathie & Gesundheit, Postfach 18, 1232 Wien, ZVR-Zahl: 529496526. Redaktion: C. Maurer, Dr. M. Fischer, H. Swoboda. Layout: Sonja Hoffmann. Herstellung: Donau Forum Druck, 1120 Wien. Abo-Preis für Nicht-Mitgl: 16 Euro/Jahr. Leserbriefe an: info@vhg.at. Der Verein im Netz: www.vhg.at / Diese Ausgabe ist sorgfältig zusammengestellt worden, eine Haftung der Autoren und der Redaktion für Personen- oder Sachschäden ist ausgeschlossen. Bei Fortbestand der Beschwerden, länger anhaltenden oder chronischen Beschwerden immer einen Arzt konsultieren.

Ledum palustre

der Wilde Rosmarin, der Sumpfporst

Ledum palustre gehört zu den Heidekrautgewächsen und ist in den kühleren Regionen von Europa, Nordasien und Nordamerika beheimatet. Der immergrüne Strauch wird bis zu 1,50 m hoch und braucht zum Wachstum feuchte, saure Böden (Hochmoore), reichlich Niederschläge, hohe Luftfeuchtigkeit und wenig Wärme.

Aufgrund seiner ätherischen Öle verbreitet er einen eigentümlichen Geruch, sein Geschmack soll entfernt an Rosmarin erinnern. Der starke Geruch der giftigen Pflanze kann Schwindel und rauschartige Zustände auslösen.

In den nördlichen Ländern wurde Ledum als vielseitiges Naturheilmittel bei Erkrankungen der Atemwege und äußerlich bei Entzündungen eingesetzt. Die stark riechenden Ledumblätter halten Insekten wie Motten

und Wanzen fern, die Zweige in Getreidespeicher gelegt, sollen Mäuse vertreiben. Die Blätter haben einen angenehmen, würzigen Geschmack und geben in heißem Wasser oder Alkohol ihre Bestandteile ab, die Pflanze fand daher als Tee oder Würze für Getränke Verwendung. Wegen seiner berauschenden Wirkung wurde die Pflanze früher auch als Hopfenersatz beim Bierbrauen eingesetzt. (Grutbier). Heute wird Ledum noch in einigen Badezusätzen als Extrakt verwendet.

Auch bei Ledum findet man Ähnlichkeiten zwischen der Pflanze und der Ledum-Konstitution.

Die Pflanze gedeiht auf sauren Böden – der Ledum-Patient leidet unter **harnsaurer Diathese**, er ist **übersäuert**, egal, ob das Zuviel an Harnsäure aufgrund von Stoffwechsel-



©Antonie van den Bos

störungen, Nierenerkrankungen, zu viel und zu gutes Essen (Innereien) oder Trinken (Alkohol) herkommt.

Daraus resultieren Beschwerden wie **Rheuma** oder **Gicht**. Die Schmerzen beginnen meist an den Zehengelenken und breiten sich aufsteigend aus. **Gichtknoten** und **Schwellungen** haben eine leicht **bläuliche Farbe**, sind sehr **berührungsempfindlich** und fühlen sich **kühl** an. Auch der Patient ist kühl, er wirkt durchgefroren und fröstelt. Trotzdem verlangt er nach **kalten Anwendungen**, das schmerzhaft Beine möchte er am liebsten in eiskaltes Wasser stellen. So wie die Pflanze Nässe und Kälte zum Gedeihen braucht, bessern beim Ledumpatienten kaltes Wasser, kalte Umschläge etc. Warme Anwendungen, Bettwärme und Bewegung verschlechtern seine Beschwerden.

Auch psychisch ist der Ledum-Mensch sauer. Er ist mürrisch bis menschenfeindlich und kann aggressiv sein. Die Aggression ist

manchmal verdeckt als Autoaggression zu finden (Rheuma!). Der Ledummensch kann ursprünglich freundlich, mit hohem moralischen Anspruch gewesen sein, aber aufgrund von vielen Sticheleien und Verletzungen, die er auf der psychischen Ebene erleiden musste, zieht er sich immer mehr zurück und wird zum misanthropischen Einzelgänger.

Als **Akutmittel** kommt Ledum bei **Verletzungen** durch spitze Gegenstände, Tierbissen aller Art, Insekten- und Spinnenbissen, aber auch Verstauchungen und Prellungen zum Einsatz. Die Schwellungen und Blutergüsse, die sich nach der Verletzung bilden, sind bläulich und sehr berührungsempfindlich. Die betroffene Stelle fühlt sich kühl an, braucht aber Kälte (z.B. kalte Umschläge) zur Linderung.

Wann sollten Sie an Ledum denken

- **Hauptmittel bei Stichwunden; Bisswunden, Insektenstichen** - an der betroffenen Stelle bildet sich eine sehr berührungsempfindliche Schwellung mit bläulicher Hautfarbe, die Stelle fühlt sich kühl an; Besserung durch kalte Umschläge. Verschlechterung durch Wärme
- **Verstauchungen, Prellungen, Quetschwunden** - wenn sich trotz Arnika ein bläulicher Bluterguss bildet; die Schmerzen sind dumpf, stechend, reißend, schneidend, nach außen drückend; auch hier fühlt sich die betroffene Stelle kühl an; Besserung durch Kälte. Verschlechterung durch Wärme, auch Bettwärme, Bewegung ***



Was ist die so genannte Erstverschlimmerung und wie kommt sie zustande?

Ich höre von meinen Kunden immer wieder, dass ihre Schützlinge nach der ersten Behandlung (meist mit einer Hochpotenz) ein bis zwei Tage lang noch stärkere Beschwerden hatten als zuvor. Dann allerdings gingen die Symptome gänzlich zurück. Wie ist das zu erklären?

Hahnemann schrieb in seinem Organon, der homöopathischen „Bibel“, sinngemäß folgendes: jedes homöopathische Arzneimittel bewirkt eine Art Kunstkrankheit. Das heißt, der Krankheitsreiz der ursprünglichen Erkrankung wird verstärkt.

Wir wissen ja, dass unser Organismus Selbstheilungskräfte besitzt. Diese werden durch den stärkeren Reiz auch stärker angeregt und können so die natürliche Krankheit schneller heilen als ohne diese Unterstützung!

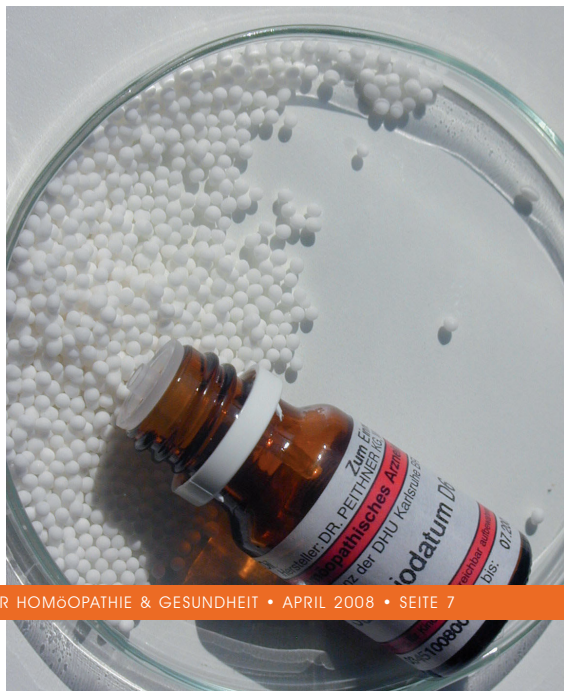
Erinnern Sie sich noch daran, was passiert, wenn man eine homöopathische Arznei unverdünnt einnimmt, also eine Arzneimittelpfropfung macht? Denken sie an die Küchenzwiebel: wie reagieren wir wenn wir sie schneiden? Den meisten Menschen beginnen die Augen und die Nase zu rinnen. Wann treten solche Symptome krankheitsbedingt auf? Im Anfangsstadium einer Erkältung!

Nehmen wir in dieser Phase *Allium cepa* in homöopathischer Potenz, ist der Spuk meist schlagartig vorbei. Die Zwiebel verstärkt den Reiz auf die Schleimhäute, den

die Schnupfenviren ausüben und täuscht dem Körper so eine stärkere Erkrankung vor, als es in Wirklichkeit der Fall ist. Dieser strengt sich also mehr an, als er es sonst tun würde und besiegt den Schnupfen in wenigen Stunden, wofür er ohne diese Täuschung einige Tage gebraucht hätte!

Mit diesem Trick gelingt es fast immer, eine Heilung anzuregen, auch und vor allem in chronischen Fällen, wo der Krankheitsreiz nicht mehr stark genug ist, um unser Immunsystem ausreichend zu stimulieren.

Wir sprechen auch von einer gleichsinnigen Unterstützung der Heilung, weil wir die Abwehrmechanismen, zum Beispiel Entzündungen und Fieber stimulieren und nicht unterdrücken, wie es die Schulmedizin macht. ***





Beinwell findet man in der freien Natur, an Bachufern, Gewässerränder, Gräben und in feuchten Gegenden. Der Name Beinwell stammt aus dem Mittelhochdeutschen: mit „Bein“ war der Knochen gemeint und „well“ kommt von wallen, was so viel wie zusammenwachsen bedeutete. Im Volksmund bekam er Namen wie Beinwurz, Hasenbrot, Heilwurz, Himmelbrot, Hundszunge, ...

Botanik

Das Kraut wächst von Europa bis nach Asien. Er kann bis zu 60 cm hoch werden und weist runzelig rauhaarige Blätter auf. Daher gehört es zu den Raublattgewächse (Boraginaceae) und ist mehrjährig. Gesammelt wird vom Frühjahr bis Herbst, die jungen Blätter und die Wurzeln. Seine Blüten sind wunderschön von rosa bis lila. Es gibt aber auch den kaukasischen Beinwell oder Comfrey, er wird bis zu einen Meter hoch. Weiters gibt es einen gelb blühenden Beinwell.

Inhaltsstoffe & Wirkung

Seine Inhaltsstoffe sind unter anderem: Allantoin, Asparagin, Rosmarinsäure, Inulin, Schleim, Harz, Kieselsäure, Gerbstoffe, Gummi, Zucker, Cynoglossin, Pyrrolizidin-Alkaloide.

Seine Wirkung ist hustenlindernd, blutstillend, stopfend, antirheumatisch, harnsäureauflösend, gewebebildend und wundheilend.

Anwendung

Ein Beinwellbalsam oder eine Tinktur helfen bei Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen und div. Muskel- und Knochenverletzungen. Sehr gut ist auch die Verwendung bei Blutergüssen (Hämatome). Beinwell wirkt weiters entzündungshemmend bei Venenentzündungen und Zellgewebsentzündungen.

Homöopathie

In der Homöopathie verwendet man Symphytum D6 und höher: bis 5 x tgl. 5 bis 10 Tropfen bei Knochenbrüchen, Wunden, Gelenkschmerzen, Durchblutungsstörungen.

Tee-Zubereitung

1 TL Wurzel in 125 ml Wein etwa 5 Minuten gekocht dann mit ½ l kalten Wasser zustellen, erhitzen und abseihen. Es ist ein Hustenmilderndes Mittel und wirkt kräftigend, gewebebildend und schleimlösend.

Umschläge

Mit jungen frischen Blättern kann man sehr gute Umschläge machen. Auf einem Tuch mit einem Nudelwalker weich klopfen und auf die betroffene Stelle auflegen.

Küche

In der Küche kann man junge Blätter vor der Blüte durch einen Backteig (1 Ei, 5 EL Dinkelmehl, Salz, Pfeffer, Muskat) ziehen und in heißem Fett frittieren. ***

Phytotherapie

„Deine Wiesen und Matten sollen deine Apotheken sein“ (Paracelsus)

Im Laufe von Jahrtausenden haben die Menschen durch Beobachtungen in der Natur, Selbsterfahrung und Intuition die große Heilkraft vieler Pflanzen kennen gelernt und ihr Wissen an die nächsten Generationen weitergegeben.

Bedeutende Persönlichkeiten wie Hippokrates, Dioscorides (erster großer Kräuterbuchautor), Hildegard von Bingen, Paracelsus (Signaturlehre), Sebastian Kneipp und Kräuterpfarrer Künzle prägten die Geschichte der Pflanzenheilkunde.

Die Pflanzenheilkunde oder Phytotherapie gehört somit zu den ältesten medizinischen Therapieformen und findet sich auf allen Kontinenten und in allen Kulturen. Pflanzliche Arzneimittel kommen dabei zur inneren und/oder äußeren Anwendung für Mensch, Tier und Pflanze (Pflanzenschutz) zum Einsatz. Die Heilpflanzen werden als ganze Pflanze (Kraut), Teile der Pflanzen (Blüten, Blätter, Wurzeln) genutzt oder nur bestimmte Pflanzeninhaltsstoffe zu Heilmitteln verarbeitet.

Das frische oder getrocknete Kraut wird direkt verwendet oder ein Aufguss (zarte Pflanzenteile wie Blüten, Blätter, Samen), eine Abkochung (Rinden, Wurzeln), Kaltwasserauszug (bei schleimhaltigen Pflan-

zen) oder Pulverisierung zubereitet. Die Heilpflanzen, Pflanzenauszüge oder Pulver können dann noch weiter zu Pasten und Salben, Teemischungen, Sirupen, Tinkturen, Elixieren und Extrakten, Tabletten und Kapseln verarbeitet werden.

Wesentlich für die Wirksamkeit eines pflanzlichen Heilmittels ist die Herkunft der Pflanzen (Umweltbelastung, Verschmutzung), der richtige Erntezeitpunkt, das schonende Trocknen, die passende Lagerung und natürlich die fachgerechte Zubereitung. „Die Dosis macht das Gift“ (Paracelsus). Die falsche Dosierung und Anwendung von Heilpflanzen kann genauso unangenehme und gefährliche Nebenwirkungen haben wie bei schulmedizinische Medikamente.

Pflanzliche Arzneimittel haben einen unschätzbaren Wert in ihrem Einsatz als bewährtes „Hausmittel“ bei vielen Erkrankungen, sie sind oft eine hervorragende begleitende Maßnahme bei schulmedizinischen Behandlungen und sind sehr gut zur Prophylaxe, bevor noch ein Schaden eintritt, geeignet.



Homöopathie



*„Des Arztes höchster und einziger Beruf ist, kranke Menschen gesund zu machen, was man heilen nennt“
- Samuel Hahnemann, §1 aus dem Organon der Heilkunst (6.Auflage)*

Begründer der Homöopathie war der herausragende Arzt und Pharma-

zeut Samuel Hahnemann (1755–1843). Als äußerst kritischer Geist war er mit den medizinischen Behandlungsmethoden seiner Zeit und ihren heftigen Nebenwirkungen nicht nur unzufrieden, er lehnte sie als unmenschlich ab. Aus dem Gedanken heraus, die Arzneien, die zur damaligen Zeiten meist Gifte wie Arsen, Quecksilber, Aconit u.ä. waren, größtmöglich verdünnt einzusetzen und mit seinem akribischen Forscherdrang entdeckte er die Gesetzmäßigkeiten der Homöopathie und entwickelte ihre Grundlagen.

Hahnemann führte den Begriff der „Lebenskraft“, „Dynamis“ oder „geistartigen Kraft“ ein. Ohne diese Lebenskraft kann der Körper nicht leben (vergleichbar mit dem Qi in der TCM oder dem Prana im hinduistischen Kulturkreis). Ungestört sorgt die Lebenskraft für einen harmonischen Ablauf aller körperlichen und geistigen Vorgänge im Körper = Gesundheit von Körper, Geist und Seele.

Wird der Mensch nun angegriffen, z.B. durch eine Mikrobe, einen Schlag, eine schreckliche Nachricht, ist die Lebenskraft gestört und es zeigen sich verschiedenste Symptome auf allen Ebenen. In der Homöopathie wird nicht eine Krankheit, sondern ganzheitlich der Mensch mit allen seinen Symptomen behandelt.

„Ähnliches heilt Ähnliches“ – dieser Grundsatz der Homöopathie drückt aus, dass eine Substanz, die bestimmte Symptome in einem gesunden Menschen hervorruft dieselben Symptome bei einem Kranken heilen kann.

Homöopathische Arzneien werden bei sogenannten Arzneimittelprüfungen von Gesunden eingenommen und ihre Reaktion (Symptome) darauf genauestens dokumentiert. Zahlreiche Arzneimittelprüfungen wurden von Hahnemann selbst und bis heute von seinen Nachfolgern durchgeführt, sodass jeder Homöopath oder jede Homöopathin für den Patienten mit der Gesamtheit seiner Symptome das genau passende Arzneimittel (= Simile) finden kann.

Auch für die Herstellung der homöopathischen Arzneien hat Hahnemann ein eigenes Verfahren entwickelt. Eine bestimmte Ursubstanz, meist aus dem Mineral-, Pflanzen- oder Tierreich, wird mithilfe von Milchzucker und Alkohol in verschiedenen genau im Homöopathischen Arzneimittelbuch festgelegten Schritten verdünnt und verrieben bzw. verschüttelt. Dadurch entwickelt die Substanz ihre therapeutische Wirksamkeit und kann als Globuli, Tabletten oder Tropfen verabreicht werden.

Prinzipiell kann alles, was es gibt, Ausgangsstoff für ein Arzneimittel sein. Ein Teil der homöopathischen Mittel wird aus Mineralien oder Metallen hergestellt, wobei sowohl die reinen Elemente (wie Aurum metallicum) als auch ihre Verbindungen (wie Calcium phosphoricum) zur Verwendung kommen. Der Großteil der homöopathischen Mittel wird aus Pflanzensäften oder Pflanzenverreibungen hergestellt (wie Bellis perennis).

Ein kleinerer Teil der Ursubstanzen stammt von Tieren. Hier werden entweder das ganze Tier verrieben (z.B. die Ameise - Formica rufa oder bestimmte Spinnen) oder nur das Gift potenziert (z.B. Schlangengifte). Nosoden sind homöopathische Arzneien, die aus Krankheitsprodukten von Mensch oder Tier gewonnen werden.

Homöopathie im klassischen Sinne verwendet nur Arzneien, die aus einem Stoff/Pflanze/Tier hergestellt werden. Es gibt auch Arzneien, die sogenannten Komplexmittel, die aus mehreren homöopathischen Einzelmitteln zusammengestellt sind und nicht nach dem Ähnlichkeitsprinzip sondern nach dem Beschwerdebild (Indikation) ähnlich wie in der Schulmedizin eingesetzt werden (wie z.B. Gripp-Heel®-Tabletten bei Grippe und grippalen Infekten / Erkältungskrankheiten).

Homöopathie ist in einem eingeschränkten Rahmen auch zur Selbstmedikation geeignet; bewährte Arzneimittel können bei leichten Erkrankungen auch ohne ärztliche Verschreibung eingesetzt werden und bringen bei richtiger Anwendung oft erstaunliche Erfolge. Auch Komplexmittel sind zur Selbstmedikation geeignet, wenn man sich

nicht für ein Einzelmittel entscheiden kann und eine homöopathische Beratung nicht möglich ist.

Schüßler Salze

Begründet wurde diese Therapieform vom Oldenburger Arzt Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler (1821-1898).



Ursprünglich arbeitete Schüßler als angesehener homöopathischer Arzt, suchte aber nach einer einfacheren Methode. Schüßler wurde stark von den damals neuen Erkenntnissen in der Medizin im Bereich Physiologie und der physiologisch-chemischen Zusammenhänge beeinflusst (Rudolf Virchow, Robert Koch, Max Petterkofer, Jakob Moleschott). Er führte den Begriff „Biochemie“ ein und fand im Rahmen seiner eigenen Forschungen heraus, dass es je nach Erkrankung zu einer Veränderung der Verwertbarkeit und Verteilung bestimmter Mineralsalze im Körper kommt.

Unser Organismus besteht aus wenigen bestimmten Stoffen, die in einem harmonischen Gleichgewicht stehen und für die reibungslose Funktion der Zellen und somit des Körpers notwendig sind. Starke Belastungen durch die Umwelt, minderwertige Ernährung, Stress, falsche Lebensweise etc. stören dieses Gleichgewicht, die Grundlage für Erkrankungen ist gelegt. Wir nehmen mit unserer Nahrung alle benötigten Mineralsalze auf, sie sind aber organisch gebun-

den und müssen erst durch den Stoffwechsel aufgeschlossen werden.

Nach Schüßler ist eine Erkrankung nicht Folge eines Mangels, sondern entsteht aufgrund von Nichtverwertbarkeit der aufgenommenen Mineralstoffe und Verteilungsblockaden im Gewebe. Durch die homöopathische Verreibung und Aufbereitung der Mineralsalze wird die Bioverfügbarkeit erhöht, die Verteilungsblockaden werden aufgehoben und jede Zelle ist wieder optimal versorgt.

Schüßler selbst ermittelte 12 Funktionssalze, die Grundmittel. Sie werden als Schüßler-Salz Nr. 1 (Calcium fluoratum) bis Nr. 12 (Calcium sulfuricum) bezeichnet. Schüßler selbst hat in den späteren Jahren seiner Tätigkeit Nr. 12 nicht mehr verwendet, da der schwefelsaure Kalk nicht in der konstanten Zusammensetzung des Körpers zu finden ist. Im 20. Jahrhundert wurden die Gewebesalze oder Ergänzungsmittel Nr. 13 (Kalium arsenicosum) bis Nr. 24 (Arsenum jodatum) eingeführt (Schöpfwinkel et al).

Die Auswahl der benötigten Mittel erfolgt nicht nach dem homöopathischen Ähnlichkeitsprinzip, sondern wurde von Schüßler nach den physiologisch-chemischen Vorgängen im Körper festgelegt. Je nach Erkrankung werden 3-6 mal täglich 1-6 Tabletten eingenommen. Die Tabletten werden nicht im Ganzen hinuntergeschluckt, sondern man soll sie im Mund zergehen lassen, da die homöopathisch aufbereiteten Salze über die Mundschleimhaut direkt in die Blutbahn aufgenommen werden.

Im engen Zusammenhang mit der Schüß-

ler-Therapie steht die Antlitzdiagnose oder Sonnenschau, begründet von Kurt Hickethier (1891 – 1958). Dabei werden auf Grund der Färbung, Glanz, Falten und Fältchen sowie Strukturveränderungen der Gesichtshaut die benötigten Salze ermittelt, je nach Ausprägung der Anzeichen die Menge der Tabletten festgelegt. Nach dieser Methode kann es zu sehr hohen Einnahmemengen von 60 bis 100 Tabletten pro Tag kommen.

Schüßler-Salze werden auch äußerlich in Form von Mineralstoffsalben Nr. 1 bis Nr. 11 verwendet. Weiters kann man die Tabletten auflösen und bei Hand- oder Fußbäder, Vollbäder, Umschläge und Kompressen anwenden.

Die alleinige Einnahme der Mineralsalze ist vor allem bei chronischen Erkrankungen nicht ausreichend, meist ist auch eine Veränderung der Lebensweise, Ernährung, Herdsanierung (Zähne!) usw. notwendig, um eine dauerhafte Linderung oder Heilung zu erreichen – die Herausforderung für den ganzheitlich tätigen Arzt oder Therapeuten. ***

