

Homöopathie

BULLETIN

DIE ZEITUNG DES VEREIN ZUR FÖRDERUNG DER HOMÖOPATHIE UND GESUNDHEIT • AUSGABE FEBRUAR 2011

VHGG



JAHRESABONNEMENT EUR 24,00 • FÜR MITGLIEDER NATÜRLICH KOSTENLOS.



VORWORT



Liebe Freundinnen und Freunde der Homöopathie,

das vergangene Jahr
hat aufregend aufge-
hört, das heurige fängt
nicht weniger span-
nend an.

In den letzten Monaten von 2010 sorgte ein Arbeitspapier der AK, in dem die altbekannten Gegner der Homöopathie ihre Meinung kundgetan hatten, und das fälschlicherweise als Studie durch Medien und Pflichtschulen geisterte, für Unmut (siehe Artikel in der Dezember/Jänner-Ausgabe des Homöopathie Bulletin).

Zu Jahresbeginn planen heuer „kritische Verbraucherschützer“ eine weltweite Protestaktion, um negative Stimmung gegen die Homöopathie in den Medien zu verbreiten. Dabei sollen am 5. bzw. 6. Februar weltweit homöopathische Arzneimittel fläschchenweise von Demonstranten eingenommen werden, um deren Unwirksamkeit zu demonstrieren

Die Aktion soll in 40 Städten, darunter auch Wien, stattfinden. In Österreich und Deutschland wird diese „10:23 Kampagne“ – nach 10 hoch 23, der Avogadro'schen Zahl - von der GWUP (Gesellschaft zur wissenschaftlichen Untersuchung von Parawissenschaften) koordiniert.

Und da stellt sich die Frage, was an einer einmaligen Masseneinnahme einer Arznei von verschiedenen, zufällig zusammengestellten Gruppen von Menschen als „wissenschaftlicher“ Nachweis der Unwirksamkeit herauskommen soll?

Es ist eher ein Beweis für die Ignoranz und das Unwissen über die Homöopathie bei den Organisatoren. Als individuelles Heilmittel zeigt eine homöopathische Arznei nur bei Menschen mit der zum Mittel passenden Resonanz Wirkung (was bei einer weltweiten Massenveranstaltung nicht erhoben wird), für alle anderen ist die einmalige Einnahme wirkungslos und nicht schädlich.

Es ist doch immer wieder erstaunlich, wie sehr die Homöopathie schon seit Hahnemanns Zeiten Menschen aufregen und gegen dieses Heilverfahren aufbringen kann. Dabei kann die Homöopathie seit 200 Jahren auf zahlreiche klinische Beweise ihrer Wirksamkeit bei Menschen aller Altersgruppen und Tieren verweisen. Das die Wirkung noch nicht „wissenschaftlich“ geklärt und erklärt ist, liegt nicht an der Homöopathie, sondern an der Beschränktheit der Wissenschaft.

Viel Freude mit der Lektüre
Claudia Maurer

ACIDUM SULFURICUM

DIHYDROGENSULFAT, SCHWEFELSAURE

Wie bei allen Säuremitteln finden sich auch bei Acidum sulfuricum die Grundthemen Schwäche, Schweiß, Ängste und Zwänge in einer mitteltypischen Ausprägung. Wie ein roter Faden zieht sich das „Sauer-Sein“ durch das Arzneibild.



Die Schwefelsäure ist eine farblose, zähflüssig-ölige Flüssigkeit. Als hygroskopische Flüssigkeit entzieht sie der Umgebung Feuchtigkeit und setzt dabei Wärme frei. In freier Form kommt sie in der Natur kaum vor, selten findet man sie in vulkanischen Quellen. Als schwache Schwefelsäure ist sie am häufigsten in der Atmosphäre anzutreffen. Dabei verbindet sich Schwefeldioxid aus Verbrennungsvorgängen mit Wasserdampf und Sauerstoff zu Schwefelsäure, die dann als Sauerer Regen wieder zur Erde fällt und Schäden an Wäldern und Gewässern anrichtet. Bei

diesem Vorgang sind wir Menschen mit unserem Verbrauch von fossilen Brennstoffen nachweislich beteiligt.

Die Schwefelsäure, früher Vitriolöl benannt, ist ein seit langem bekannter Stoff. Schon in alchemistischen Schriften aus dem 8. Jahrhundert findet man Hinweise auf die Säure und ihre Verwendung. Die ersten wissenschaftlichen Untersuchungen führte der deutsche Chemiker Johann Rudolph Glauber um 1625 durch, dabei entdeckte er das nach ihm benannte Glaubersalz (Natriumsulfat).

Heutzutage ist die Schwefelsäure eine der wichtigsten und meistverwendeten Chemikalien. In der chemischen Industrie wird sie zum Beispiel zur Herstellung von synthetischen Waschmitteln, Farbstoffen, Sprengstoffen, Klebstoffen und vieler Sulfatsalze benötigt. In der Erdölindustrie reinigt sie Benzin und andere Erdölprodukte von unerwünschten Substanzen, in der metallverarbeitenden Industrie wird sie als Aufschlussmittel eingesetzt. Weiters ist die Schwefelsäure ein unverzichtbarer Bestandteil in der Düngemittelproduktion. Verdünnte Schwefelsäure findet sich als Batteriesäure in Autobatterien und Bleiakkumulatoren.

Die Schwefelsäure wirkt ätzend und ruft bei Kontakt Reizungen, Verbrennungen und Nekrosen hervor. Einatmen von konzentrierter Schwefelsäure ruft Schädigungen der Bronchien und Lungen hervor und kann zu tödlichen Erkrankungen wie Lungenemphysem und Lungenödem führen. Verschlucken führt zu Verbrennungen in Mund, Hals und Magen mit Erbrechen, Nierenstörungen und Kreislauf-

kollaps in Folge. Auf der Haut kommt es durch Schwefelsäure zu Verbrennungen und Nekrosen, je nach Größe der geschädigten Stelle bis zum Tod durch Kreislaufversagen. Als Berufskrankheit leiden Arbeiter in der Schwefelsäure verarbeitenden Industrie oft an verschiedensten -itis (= Entzündungskrankheiten): Bronchitis, Stomatitis, Konjunktivitis und Gastritis.

Samuel Hahnemann selbst hat die Schwefelsäure geprüft und in die Homöopathie als Acidum sulfuricum, auch als Sulfuricum acidum bezeichnet, aufgenommen. Die Schwäche der Säuren ist bei Acidum sulfuricum an den Verdauungsorganen, Blut und Blutgefäßen und auf der Geist-Gemütsebene deutlich sichtbar.

gereizt

Acidum sulfuricum Persönlichkeiten sind **ungeduldige, unruhige und nervöse Menschen**, immer in **Hast und Eile**. Dabei ist die Ursache ihres **mürrischen, widerwilligen und verärgerten Benehmens** nicht Starrheit oder Sturheit, sondern nur Ausdruck ihrer großen **Erschöpfung**. Eine große Sorge des Mittels ist, dass alles nicht rechtzeitig erledigt und fertig wird. Das lässt Ci-

dum sulfuricum Persönlichkeiten **ungeduldig** werden und schlecht oder kaum entspannen. Die Folge sind **Abgespanntheit** und **Mattheit** auf der psychischen Ebene, **zwanghaftes Verhalten** und **Rückzug**. Dann werden Fragen nur einsilbig beantwortet, völlig **ausgelaugt** sind sie nicht mehr in der Lage, Tätigkeiten auszuführen und leiden unter großer **Niedergeschlagenheit**.

schwach und sauer

Die **körperliche Schwäche**, verbunden mit **Zittern** oder einem **zittrigen Gefühl**, zieht sich durch das ganze Arzneimittelbild. Dabei wird das Zittern von den Betroffenen oft nur als inneres Zittern gefühlt und ist äußerlich nicht feststellbar. So stehen **Verdauungsschwäche, schlaffes Gefühl im Magen, Schwächegefühl im Bauch** oder auch **schwache Blutgefäße** mit Neigung zu dünnflüssigen, dunklen Blutungen in den Arzneimittellehren.

An das Mittel kann man auch denken, wenn bei einer Erkrankung die **Schwäche und Hinfälligkeit in keinem Verhältnis zur Krankheit** steht. Ebenso kommt das Mittel bei Erkrankungen von alten, entkräfteten Menschen in Betracht.

Alle **Ausscheidungen** wie Durchfall, Atem, Ausfluss oder Schweiß **riechen sehr unangenehm und sauer**. Saures Aufstossen kann die Zähne angreifen und stumpf machen. Der ganze Mensch ist sauer - körperlich wie psychisch.

Schweiß

Acidum sulfuricum Personen sind einerseits sehr **kälteempfindlich**, leiden aber andererseits immer wieder unter **Hitzewallungen**, die dann von **kalten, erschöpfenden Schweißausbrüchen** gefolgt werden. Das macht Acidum sulfuricum zu einem Mittel, das im Klimakterium gut helfen kann. Generell schwitzen Acidum sulfuricum Menschen leicht, jede Bewegung oder das Zusichnehmen von warmen Speisen und Getränken bringt sauren, klebrigen Schweiß reichlich zum fließen. In manchen Fällen lässt sich der saure Geruch nicht einmal durch Waschen beseitigen.

Symptome

Die **Kopfschmerzen** werden als drückend am Hinterhaupt oder wie ein Pflock an der rechten Schläfe beschrieben. Seltsamerweise erleichtert das bloße Hinhalten der Hände in der Nähe

des Kopfes, ohne Berührung die Beschwerden.

Bei den **Kopfbeschwerden** sind auch Beschwerden **nach einer Gehirnerschütterung** zu erwähnen. Die Empfindung ist als ob das Gehirn locker hin und her falle. Dabei treten **begleitend Kältegefühl, kalter Schweiß und starke Erschöpfung** auf.

Im Mundbereich sind zahlreiche Symptome in der Arzneimittelehre angeführt. Besonders bewährt hat sich das Mittel bei **Aphten** und **blutigem Zahnfleisch**, vor allem, wenn die Beschwerden von üblem Mundgeruch begleitet werden.

Wie schon erwähnt, finden sich viele Verdauungsbeschwerden bei Acidum sulfuricum. Beim Magen werden **Sodbrennen, saures Aufstossen, Übelkeit mit Frösteln** und **saures Erbrechen, Gastritis** bis zum **Magenschwür** beschrieben. Die Schwäche kann auch den Darm betreffen und neben einem leeren, schlaffen Gefühl noch **stinkenden, sauren Durchfall** hervorrufen.

Dabei besteht Appetit auf frische Speisen und Obst, das aber meist schlecht vertragen wird. Ebenso wird oft nach **Stimulanzien**

wie Alkohol, dabei vor allem die „harten“ Getränke wie Weinbrand und Schnäpse verlangt, das kann sich bis zum zwanghaften Verhalten steigern. Diese Arznei ist auch ein gutes Mittel für **Alkoholiker** mit Zittern und Verdauungsproblemen.

Bei den Hautsymptomen macht sich die **Schwäche der Blutgefäße** bemerkbar. Jeder kleine Stoss oder leichte Verletzung führt zu **blauen Flecken und Blutergüssen**, die nur schlecht heilen. Acidum sulfuricum ist ein gutes Mittel zur abschließenden Behandlung bei Verletzungen nach Arnica, Calendula oder Ledum.

Die Haut und Schleimhaut neigt leicht zu **Blutungen**, so werden **Nasenbluten** oder auch **Kapillarblutungen der Haut** (Purpura haemorrhagica, Petechien, Ekchymosen) erwähnt. **Narben** verfärben sich dunkelrot bis bläulich und werden schmerzhaft. Ebenso werden juckende **Hautausschläge, Abszesse, Furunkel** und **Karbunkel, Gangrän** und **Deckubitus** angeführt.

Die Symptome von Hitzewallungen mit heftigen, säuerlich riechenden Schweißausbrüchen, Unruhe und schlechter Schlaf, schlechte Laune und Erschöpfung mit zitterigem Gefühl beschrei-

ben recht gut die Beschwerden, die im **Klimakterium** auftreten können. Hier kann Acidum sulfuricum ein wahrer Segen sein. Ebenso bei **Menstruationsbeschwerden**, wenn die Regelblutung zu früh eintritt, zu stark verläuft und vor allem als sehr schwächend empfunden wird.

Modalitäten

Ursache von Erkrankungen, die Acidum sulfuricum benötigen sind oft mechanische Verletzungen wie Verstauchungen, Prellungen, Operationen und Unfälle wie zum Beispiel ein Sturz.

Verschlechterung der Beschwerden bei Kälte, Zugluft; abends; Alkohol, Obst, Kaffeegeruch, Rauch, nach dem Essen

Besserung durch Wärme (trotz Hitzewallungen); Ruhe, Liegen auf der betroffenen Seite

Wann Sie an Acidum sulfuricum denken sollten

Prellungen, Blutergüsse - verbessert die Gewebsdurchblutung und bringt ältere Verletzungen zur Abheilung; auch bei Erschöpfung nach Unfällen

Claudia Maurer

GRUNDLAGEN NATURHEILK TEIL 2

Im vorliegenden Teil der Serie werden der oft diskutierte Placeboeffekt und die Wirkung von Heilungsritualen und ihre Anwendung besprochen.

Placebo-Effekt

Placebos sind Scheinmedikamente, die keinen Wirkstoff enthalten, aber wie ein echtes Medikament (Verum) aussehen.

Der Placebo-Effekt ist der Menschheit bekannt, seitdem sie Krankheiten zu heilen versucht. Die uralten Schamanistischen Heilungsrituale stützen sich darauf, indem komplexe Rituale durchgeführt werden, welche das Vertrauen auf die Heilung verstärken. Bei Platon (427-347 v.Chr.) galt es als selbstverständlich, dass Worte die Kraft zur Heilung haben. Er empfahl den Ärzten, einem schwerkranken Menschen das Gefühl zu vermitteln, dass es nicht so schlimm sei, wie er vielleicht denke und dass er gute Heilungschancen habe. Später wurde dies von Hippokrates, dem Vorgänger der Naturwissenschaftlichen Medizin infrage gestellt.

Heute werden Placebos in sog. Placebo-kontrollierten Studien eingesetzt, um die Wirksamkeit der Medikamente objektiv nachzuweisen. In randomisierten und placebokontrollierten Doppelblindstudien („golden standard“)



weiß weder der Patient noch der Arzt, ob das wirkliche Medikament oder das Placebo verabreicht wurde, da dies verschlüsselt und über eine Zufallsverteilung zugewiesen wurde. Erst durch eine statistisch signifikant bessere Wirkung des Verums gegenüber dem Placebo ist die Wirksamkeit des Medikaments wissenschaftlich erwiesen und es erhält eine behördliche Zulassung. Die meisten in der naturwissenschaftlich orientierten Schulmedizin (evidenz-based-medicine) eingesetzten Medikamente haben in Placebo-kontrollierten Studien eine objektiv nachweisbare Wirksamkeit bewiesen.

Placebos haben einen nachweisbaren therapeutischen Effekt. Die Wirksamkeit des Placeboeff-

fekts wird je nach Diagnose auf 20-80% geschätzt.

Der Placeboeffekt kann durch verschiedene Faktoren verstärkt werden:

- Empathisch, vertrauensvolle, aufmerksame Gespräche im Zusammenhang mit der Verordnung
- Positive Erwartungshaltung des Arztes
- Große bunte Kapseln, teure Medikamente
- Invasive Verfahren wie z.B. Injektionen, Infusionen (auch Scheinoperationen!)
- Verabreichung durch einen Arzt
- Die Annahme, dass es sich um ein hochwirksames Medikament handelt

UNDLICHER HEILUNG

Der Wirkungsmechanismus von Placebos lässt sich bis heute nicht genau nachweisen. Wahrscheinlich spielt die vermehrte Ausschüttung von Endorphinen (körpereigene Opioide) eine Rolle, aber auch psychologische Faktoren wie Suggestion und Konditionierung sind vermutlich daran beteiligt.

Placebos (lat.: ich werde gefallen) können auch „Nebenwirkungen“ aufweisen, den sog. Nocebo-Effekt (lat: ich werde schaden), wie z.B. Magenbeschwerden beim Einsatz von Placebo-Schmerzmitteln.

Naturheilkundliche Anwendung

Bei Naturheilverfahren (wie auch in der Schulmedizin!) verstärken vermutlich folgende Faktoren den Placeboeffekt:

- die persönliche, ausführliche Zuwendung des Therapeuten im Rahmen der Erst-Anamnese
- detaillierte Anweisungen
 - zur Zubereitung und die Einnahme von Arzneien (z.B. im Rahmen der TCM, Ayurveda oder Phytotherapie)
 - zur Ernährung
 - zur Lebensführung

- invasiver Einsatz
 - von Nadeln im Rahmen der Akupunktur
 - Injektionen (Eigenblutbehandlungen, alternativmedizinische Arzneimittel, Neuraltherapie)
 - von Infusionen (Vitaminpräparate, Sauerstofftherapie, „Blutwäsche“)
 - beim Aderlass und Schröpfen

Der Placeboeffekt ist somit ein nicht zu vernachlässigender Faktor in der Naturheilkunde. Er unterstützt die Besserung und Heilung von Beschwerden und Krankheiten.

Da wir die Interessen der Patienten (nämlich gesund zu werden) in den Vordergrund stellen, wäre abschließend noch der bekannte (und zugegebenermaßen unwissenschaftliche) Ausspruch zu zitieren:

„Wer heilt, hat Recht.“

Heilungs-Rituale

Unser Leben ist kulturell bedingt von Ritualen geprägt. Rituelle Handlungen finden bei der Begrüßung, im täglichen Familienleben, bei gesellschaftlichen Veranstaltungen, bei der Geburt, der Trauung, beim Sterben und allg. bei der Religionsausübung

statt. Rituale verhelfen in Lebenskrisen den Betroffenen zu einem Gefühl der Sinnhaftigkeit und Ordnung. Sie ermöglichen auf einer symbolhaften Ebene die Auseinandersetzung mit den großen Fragen des Lebens: Sinn des Lebens, von Krankheit, Leiden und Tod.

Früher waren es die Religionen, welche für diese existentiellen Fragen der Menschen Antworten bereitstellten.

Im Schamanismus sind rituelle Heilungen besonders deutlich erkennbar:

Durch rhythmisches Trommeln, mantrisches Singen und Räucherwerk wird eine Art Trance hervorgerufen. Schamanen verfügen über ein Geheimwissen, welches ihnen in ihrer Gesellschaft die Kompetenz zum Heilen verleiht. Während des Heilrituals sind sie als Vermittler zwischen den Menschen und der Geisterwelt tätig. Schamanen besitzen in den Stammeskulturen oft eine beängstigende Macht, weil ihnen nicht nur die Macht über die guten sondern auch über die bösen Geister zugeschrieben wird. Der „Patient“ (lat.: geduldig) muss sich der Macht des Heilers anvertrauen und die Zeremonie über sich ergehen lassen.

Der Kranke muss im Ritual seine eigene Ich-Bezogenheit aufgeben, um sich einem größeren Zusammenhang hinzugeben.

Daraus erwachsen vielleicht Einsichten und spirituelle Erkenntnisse in Bezug auf die Erkrankung. Im Schamanistischen Ritual muss sich der Kranke völlig aufgeben, also quasi sterben. Danach geschieht eine Art Neugeburt: sich wieder eins fühlen mit dem Sein.

Elemente eines Heilungsrituals sind beim genaueren Hinschauen auch in der modernen Medizin gegenwärtig: Bei der Einweisung ins Krankenhaus gibt der Patient sozusagen an der Pforte seine Individualität ab. Von da an ist er „Patient“, läuft mit Pantoffeln und Schlafmantel durch die Flure und wird rundum versorgt.

Die Ärzte sprechen bei der Visite eine unverständliche medizinische Sprache, die Apparaturen und Untersuchungen vermitteln eine Übermacht der Medizin, und bei der Operation wird dem Patienten die Kontrolle gänzlich entzogen. Psychologisch gesehen hat er in der Klinik die Möglichkeit zur Regression, was vielleicht eine Heilung begünstigen kann.

Naturheilkundliche Anwendung

Heilungsrituale sind ein wichtiger und nicht zu unterschätzender Faktor in der Naturheilkunde, wie die folgenden Beispiele zeigen:

- **Akupunktur:** der Patient muss es über sich ergehen lassen, dass Nadeln in seinen Körper eingestochen werden, ruhig liegen und sich ganz der Prozedur hingeben.
- **Homöopathie:** bei der mehr als eine Stunde dauernden homöopathischen Erst-Anamnese gibt der Patient sozusagen alles von seinem Leben preis, fast ähnlich wie beim Psychotherapeuten oder (bei Katholiken) in der Beichte.
- **Ayurveda:** die Massagen, ätherischen Öle und Einläufe führen zu einem trance-artigen Entspannungszustand. Nackt und wie ein Kind gibt sich der Mensch den Anwendungen der Therapeuten hin.
- Elemente von Heilungsritualen werden in der Naturheilkunde oft bewusst eingesetzt. Das therapeutische „Setting“ (Kerze, Räucherwerk, Raumgestaltung, symbolische Gegenstände, Pendel, Biotensor, ritueller Ablauf etc.) spielt dabei keine geringe Rolle.

In der Märzangabe 2011 wird die Serie mit dem Kapitel „Lebenskrisen als Heilungsimpuls“ fortgesetzt.

Dr. Johannes Schön

Buchempfehlung



Dr. Johannes Schön

„**Naturheilkunde kompakt**“
erschien im März 2010 beim
Fakultas Verlag.

ISBN: 978-3851759181

Email:
ordischoen@gmail.com
www.j-schoen.com

ENTBINDUNG

HOMÖOPATHISCH BEGLEITEN

Die Schwangerschaft ist eine Zeit, in der viele Frauen zur alternativen Heilungsmethoden greifen. Homöopathie spielt hier eine wichtige Rolle.

Eine homöopathische Schwangerschaftsbegleitung wirkt sich nicht nur positiv auf die Schwangerschaft aus sondern auch auf die Geburt. Dazu gibt es einige Arzneien die während der Geburt eingesetzt werden können. Wichtig ist es, sich an die Gesetze der Homöopathie zu halten, vor allem bei fehlender Wirkung automatische, regelmäßige Wiederholungen zu vermeiden.

Hier besteht die Gefahr, dass die Gebärende eine Arzneimittelprüfung durchmacht, also Symptome der Arznei entwickelt. Ebenfalls sehr wichtig ist es, die Einnahme mit der Hebamme, dem Arzt und je nach Ihrer Erfahrung auch mit Ihrem Homöopathen zu besprechen.

Mögliche Arzneien zur Geburtbegleitung

Kalium phosphoricum: der Geburtsfortschritt ist normal, aber die Gebärende wird sehr schwach und fühlt sich zu erschöpft um weiterzumachen. Ebenfalls bei einer Erschöpfung durch Schlafmangel kann Kalium phosphoricum helfen.

Gelsemium: große Schwäche,



Oberlieder fallen herab, Zittern, rotes Gesicht, Erwartungsspannung/Erwartungsangst, Benommenheit, Apathie, die Wehen neigen dazu nach oben, oder in den Rücken zu schießen, eventuell Wehen-Stillstand.

Caulophyllum: heftige Wehen die aber erfolglos bleiben, da der Muttermund äußerst rigide ist (öffnet sich nicht oder nur langsam), die Wehenschmerzen wandern umher (zu den Brüsten) oder springen hin und her, eventuell Schwäche und irgendwann hören die Wehen vor Erschöpfung auf (Geburtsstillstand).

Chamomilla: äußerst schmerz-

hafte Wehen mit großer Reizbarkeit, große Überempfindlichkeit gegen Schmerzen und äußere Einflüsse, schlechte Laune, niemand kann ihr etwas recht machen. Eventuell eine Wange rot und die andere blass.

Nux Vomica: gereizter Zustand, regt sich über Kleinigkeiten auf, empfindlich auf alle äußeren Einflüsse (Geräusche, Gerüche, Licht) und die geringste Kälte lässt sie frösteln. Wadenkrämpfe, starker Stuhl- / Harndrang, auch wenn der Darm schon entleert ist bleibt immer noch ein krampfartiges Ziehen im Mastdarm oder in der Blase. Frieren und Zittern der Beine.

Belladonna: häufig bei Erstgebärenden angezeigt, vor allem bei sportlichen und nicht mehr ganz jungen Frauen, Muttermund ist krampfhaft zusammengezogen, heiß und berührungsempfindlich. Geburt verläuft zäh und langwierig. Gesicht ist hochrot, heiß, bei jeder Wehe schießt das Blut zum Kopf, Krämpfe (Grimassen, Beinkrämpfe).

Aconitum napellus: große Angst (Todesangst), Unruhe (wirft sich hin und her), kurze oder fehlende Wehenpausen, Scheide und Muttermund sind trocken und heiß, trockene Haut, großer Durst, Blutdrang zum Kopf.

Kalium carbonicum: die Wehen konzentrieren sich im unteren Rücken oder sie strahlen zu den Hüften, Oberschenkel; vor allem stechende Schmerzen.

Da es sich bei der Entbindung um einen sehr energiereichen Prozess handelt ist die Anwendung von mittleren und hohen Potenzen wie C30, C200 oft erforderlich. Aus diesem Grund ist es wichtig gute Homöopathiekennnisse zu besitzen, um die entsprechende Arzneien in diesen Potenzen anzuwenden. Für Hebammen, die an einer homöopathischen Ausbildung in

Österreich interessiert sind, bietet die Österreichische Gesellschaft für Homöopathische Medizin (ÖGHM) seit Oktober 2010 einen Ausbildungslehrgang mit Hebammendiplom.

Loslassen

Ich gehöre zu Frauen die alles perfekt machen möchten. Die Entbindung war keine Ausnahme, ich versuchte alles vorzuplanen. Ich habe meinem Mann alle möglichen mit der Homöopathie gut zu begleitende Zustände und die dazu passende homöopathische Mittel beigebracht.

Die Geburt verlief natürlich ganz anders. Ich hatte gute Wehen aber der Muttermund öffnete sich nur langsam. Caullophyllum C 200 brachte einen Vorschnitt aber erst, als ich meine Kontrolle losgelassen und zu einer PDA (Kreuzstich) eingewilligt habe, was natürlich nicht in meinem Plan der „perfekten Geburt“, stand, ist es passiert.

Alles war auf einmal im Fluss. Bis der Anästhesist kam um die PDA zu setzen, war meine Tochter bereits entbunden. Erst im Nachhinein habe ich verstanden, dass das wichtigste war, sich dem Fluss der Entbindung voll anvertrauen und alles loszulassen.

Aber wie kann man alles loslassen inmitten von Schmerzen, Wehen und Sorgen?

Eine der Möglichkeiten um loszulassen ist es die Aufmerksamkeit auf den Körper, besser gesagt auf den Körper von innen zu lenken. Die Energie in den Händen oder Füßen „von innen“ zu spüren oder sich auf das Ein- und Ausatmen zu konzentrieren, sich vorzustellen wie die Luft beim Atmen in den Körper ein und ausströmt.

Dadurch zieht man die Aufmerksamkeit weg vom Denken und gibt sich dem, was ist, hin. Wann immer sie Angst verspüren oder starke Schmerzen, versuchen sie die Aufmerksamkeit wieder ins Körper innere zu lenken.

Nach der Entbindung

Da es bei jeder Geburt zu einer Gewebeverletzung kommt (Plazentaablösung, Geburtswegeverletzung) ist Arnica montana ein hervorragendes Mittel nicht nur für die Wundheilung, sondern auch für die Gebärmutterrückbildung und Linderung der Schmerzen.

Jede Frau unabhängig von der Art der Entbindung profitiert von **Arnica montana C30 1x5**



Globuli 1x tgl. für 3-5 Tage nach der Geburt. Bei weiter bestehendem Zerschlagenheitsgefühl im Bauch / Genitalbereich oder bei großen Hämatomen (Blauer Fleck) im Genitalbereich können sie die Einnahme verlängern.

Am besten mit Absprache mit Ihrem Homöopathen. Bei zu starken Nachwehen beim Anlegen der Babys an die Brust können sie zusätzlich 5 Globuli von Arnica C30 in einem Glass Wasser auflösen und beim Stillen

alle 3- 4 Minuten löffeln (mit einem Plastiklöffel oder jeweils einen kleinen Schluck im Mund einwirken lassen); bei Besserung pausieren.

Zusätzlich zur Arnica unterstützt die Calendula die Wundheilung. Nehmen Sie **Calendula C30** 1x5 Globuli 1x tgl. für 3-5 Tage, am besten in zeitlichem Abstand zu anderen Arzneien (z.B. Arnica morgens und Calendula abends).

Bei Dammschnitt empfiehlt sich

zusätzlich zur **Arnica montana** (wie oben beschrieben) noch **Staphisagria C30** 1x5 Globuli für 3 Tage.

Nach einem Kaiserschnitt ist die Einnahme von **Arnica montana** (wie oben beschrieben) und **Bellis perennis C30** 1x5 Globuli für 5 Tage für die Rückbildung der Gebärmutter und Heilungsunterstützung der operationsbedingten Verletzung empfohlen.

Ein hervorragendes und nicht selten indiziertes Mittel nach der Entbindung ist noch die Pulsatilla. Viele Frauen werden nach der Geburt sehr weinerlich, Ihre Stimmung schwankt, sie sind anhänglich. **Pulsatilla C200** (Personen mit wenig Homöopathie-Erfahrung, sollten bitte nur mit einer C30 Potenz arbeiten) 1x5 Globuli ist oft eine Rettung.

Bitte nur eine Einmalgabe und dann die Wirkung abwarten, bei erneuter Verschlechterung der Stimmung wiederholen. Bei fehlender Wirkung nach der Einmalgabe konsultieren sie bitte Ihren Homöopath, da natürlich je nach den hervorstehenden Beschwerden noch viele anderen Arzneien für den Baby-Blues/ Stillpsychose in Frage kommen.

Dr. Kristina Schönleitner

HOMÖOPATHIE-RÄTSEL AUFLÖSUNG „DER BAUCH ZWICKT SO“

Der kleinen Sabine mit Blähungskoliken hat Atropa bella-donna C30 geholfen.



Es gibt natürlich mehrere Arzneien, die bei Blähungskoliken in Frage kommen. Also müssen wir nach den Symptomen, die im jeweiligen Patientenfall am auffallendsten sind, suchen.

Bei unserer Patientin war das Rückwärtsbeugen während der Bauchschmerzepisoden und die Besserung in der Bauchlage am auffallendsten. Ebenfalls hervorstechend war die Zeit des Auftretens: am Anfang kamen die Bauchschmerzen nur am Abend; untertags und in der Nacht war die kleine Sabine beschwerdefrei. Diese 3 Modalitäten führten mich zur Belladonna.

Zum Mittel passend wäre auch das plötzliche Auftreten von Beschwerden und das Schreien während der Schmerzen, beides ist jedoch bei Blähungskoliken bei Säuglingen eher üblich, also in diesem Fall nicht als auffallend zu beurteilen.

Wir gratulieren allen, die die richtige Lösung gefunden und eingesandt haben! Die Buchpreise werden in den nächsten Tagen zugeschickt.

Dr. Kristina Schönleitner

Sie bekam eine Gabe von 2 Globuli zwischen die Lippen am Vormittag, gleich nach der Anamnese. Am Abend kamen keine Koliken mehr und meine Anweisung war eine Wiederholung beim erneuten Auftreten gleicher Beschwerden. Dies war jedoch nicht mehr notwendig, die lästigen Blähungen erschienen nach der Einmalgabe nicht mehr.

Die Belladonna (Tollkirsche) ist bekannt vor allem als Fieber- und Entzündungs-Mittel, hat aber natürlich noch viele andere Anwendungen. Atropa bella-donna ist z.B. auch ein hervorragendes Mittel bei Krämpfen der Hohlorgane (Blähungskoliken = Darmkrämpfe) und bei Fieberkrämpfen.



IMPRESSUM

Homöopathie-Bulletin 02/11

Herausgeber

Verein zur Förderung
der Homöopathie und Gesundheit
Postfach 18, 1232 Wien
ZVR-Zahl: 529496526

Redaktion

Claudia Maurer, Dr. Johannes Schön,
Dr. Kristina Schönleitner

Konzept

schaefer-design.at

Layout, Satz

Sonja Hoffmann

Herstellung

digitaldruck.at

Fotos

www.fotolia.de, VHG

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.