

Homöopathie

BULLETIN

DIE ZEITUNG DES VEREIN ZUR FÖRDERUNG DER HOMÖOPATHIE UND GESUNDHEIT • AUSGABE JULI 2012

VHGG



JAHRESABONNEMENT EUR 24,00 • FÜR MITGLIEDER NATÜRLICH KOSTENLOS.



VORWORT



Liebe Freundinnen und Freunde der Homöopathie,

der Juni hat uns schon einige sehr heiße Tage beschert, für den Sommer werden weitere Hitzewellen prognostiziert.

Besonders Kleinkinder, betagte, pflegebedürftige und chronisch kranke Menschen leiden unter der klimatischen Belastung. Doch auch „Gesunden“ machen

schwüles Wetter und tropische Temperaturen zu schaffen, vor allem, wenn die heißen Temperaturen über mehrere Tage andauern und nachts den erholsamen Schlaf verhindern.

Auch wenn Sie es sicher wissen, man kann nicht oft genug darauf hinweisen: viel trinken ist besonders an heißen Sommertagen wichtig. Der beste Durstlöcher ist immer noch Wasser, aber auch verdünnte Obstsäfte, Früchte- und Kräutertees sind erfrischend und füllen die durch das Schwitzen geleerten Mineral- und Salzspeicher auf. Aber Achtung: eisgekühlte Getränke belasten das Verdauungssystem, Magenschmerzen und Durchfall können die Folge sein.

Viel Obst und Gemüse versorgen den Körper ebenfalls mit Flüssigkeit und Mineralstoffen. Mehrere kleinere Mahlzeiten über den Tag verteilt sind ebenfalls anzuraten;

die beliebte Tradition in Wien, heiße Tage im Schweizerhaus bei einem Krügerl Budweiser und einer gegrillten Stelze ausklingen zu lassen, ist zwar verlockend, belastet aber den Körper noch zusätzlich und ist nicht zu empfehlen.

Empfehlenswert ist hingegen, in der heißesten Zeit zwischen 13 und 15 Uhr eine erholsame Siesta zu halten. Wenn es irgendwie möglich ist, sollten Sie sich eine Mittagsruhe, vielleicht sogar einen Mittagsschlaf gönnen. Nach den Erkenntnissen der Schlaf-forschung erhöht ein kurzes Nickerchen die Konzentrations-, Leistungs- und Reaktionsfähigkeit. Und wenn sie nicht schlafen können oder wollen, wäre ja die mittägliche Ruhepause eine Gelegenheit, das Bulletin zu lesen.

Viel Freude mit der Lektüre
Claudia Maurer



FERRUM METALLICUM

EISEN

Eisen ist ein ambivalenter Stoff - lebenserhaltend als Sauerstofftransporteur im Blut, lebenszerstörend als Waffe.



Das Element Eisen ist ein im Universum häufig anzutreffendes Mineral. Auf der Erde ist es das vierthäufigste Element, meist kommt es in Form von Eisenerzen vor. Gediegenes, also reines Eisen, ist korrosionsanfällig, verrostet und ist daher nicht stabil. Eisen lässt sich bis zu einer Temperatur von 766°C magnetisieren.

Schon in der frühesten Zeit der Menschheitsgeschichte wurde Eisen genutzt. Damals, als noch keine Techniken zur Eisenge-

winnung aus Erzen zu Verfügung standen, war das sogenannte „Himmelseisen“, Eisenmeteore, die einzige Quelle. Um 1500 v. Chr. erfanden die Menschen in Kleinasien die ersten Techniken, Eisen wirtschaftlich zu nutzen. Seit damals wurden Waffen, Rüstungen und Gebrauchsgegenstände aus geschmiedetem Eisen hergestellt.

Ab der Zeit der Industrialisierung ist die Eisen- und Stahlproduktion ein weltweiter Wirtschafts-

faktor. Weiters werden Eisenverbindungen als Farbpigmente in Farben und Drucktinten verarbeitet. Wegen seiner magnetischen Eigenschaften und seinem hohen elektrischen Widerstand ist Eisen in Leiterplatten, Induktionsspulen, Transformatoren und als Beschichtung auf Magnetbändern zu finden. Schließlich sind Eisensalze ein wichtiger Lebens- und Futtermittelzusatz.

Für Lebewesen ist Eisen ein essentielles Spurenelement. In Pflanzen ist Eisen an der Bildung von Chlorophyll und bei der Photosynthese beteiligt. Bei Tieren, und somit auch beim Menschen, ist Eisen im Hämoglobin, einem Proteinbestandteil der roten Blutkörperchen, gebunden. Dort ist es für den Transport von Sauerstoff aus der Lunge ins Gewebe und von Kohlendioxid aus dem Gewebe zur Lunge hin verantwortlich. Im menschlichen Körper sind, abhängig von Größe und Geschlecht, ca. 4 - 5 g Eisen vorhanden, 65% davon als Hämoglobin im Blut, der Rest ist in Leber und Milz und im Knochenmark zur Blutbildung gespeichert.

Eisen wird mit der Nahrung aufgenommen. Besonders Fleisch,

Innereien und Eier stellen leicht verwertbares Eisen zur Verfügung. Die Magensäure und Ascorbinsäure wandeln das mit den Speisen aufgenommene 3-wertige Eisen in eine 2-wertige Form um, diese kann dann vom Dünndarm resorbiert werden. In den Zellen wird das 2-wertige Eisen wieder in seine 3-wertige Form umgewandelt und weiter verarbeitet.

Störungen bei der Magensäureproduktion, Dünndarmerkrankungen, aber auch erhöhter Bedarf wie in Zeiten des Wachstums, während Schwangerschaft und Stillzeit, bei Infektionen und Tumorerkrankungen oder durch chronische Blutungen können eine Eisenmangelanämie hervorrufen, weil nicht mehr genug Eisen zur Blutbildung im Körper vorhanden ist. Kennzeichen sind unter anderem Müdigkeit, Blässe, Atemnot, Schwindel, brüchige Fingernägel und Haar ausfall.

Bei einer Resorptionsstörung im Darm kommt es zu einer übermäßigen Aufnahme von Eisen. Das überschüssige Eisen wird vermehrt in den Organen, z.B. in der Leber, Bauchspeicheldrüse, Herz, abgelagert und führt zur Schädigung der Organe (Hämochromatose).

Eisen hatte immer schon auch eine mystische Bedeutung für Menschen. So sollte ein Schutzamulett aus Eisen „hieb- und stichfest“ machen, Sargnägel vor Dämonen - und damit vor Epilepsie, Gicht, Fieber - schützen. Der Hämatit oder Blutstein half bei Blutungen, Bluterkrankungen und gestörter Blutbildung.

In der Homöopathie wird reines Eisen verrieben und potenziert. Samuel Hahnemann führte die Arznei in die Homöopathie ein. Die Arznei hat einen Bezug zu den vasomotorischen Nerven (gefäßverengend, gefäßerweiternd), dem Kreislauf und dem Blut.

unbeugsam und spröde

Im Gesunden sind Ferrum-Menschen geradlinige, eigenständige, willensstarke Personen, die wissen, wo es langgeht. Werden ihnen Grenzen gesetzt oder müssen sie gar etwas gegen ihren Willen machen, dann gehen die Probleme los. Sich zu verbiegen und anzupassen fällt ihnen schwer. Widerspruch oder eine andere Meinung lösen bei ihnen Eigensinn und Sturheit aus. Immer wollen sie Recht haben, ein Kompromiss kommt gar nicht in Frage. Die kleinsten Anlässe können sie fürchterlich verärgern und zornig machen. Überempfindlich und

leicht beleidigt ziehen sie sich zurück - andere Menschen nerven, Unterhaltung und Gespräche nerven, die leisesten Geräusche nerven.

Die Umwelt wird dann als feindlich wahrgenommen, alles ist nur da, um sie zu verärgern und an-



zugreifen. Sogar der Kontakt zu engsten Freunden wird dann abgebrochen. Schlussendlich fühlen sie sich fremd und ausgeschlossen.

Viele Ängste finden sich im Arzneibild bei Ferrum: Angst vor Fremden und damit verbunden Angst vor Menschenansammlungen, Angst durch geringste Ursache, Angst um die Familie. Ruhelos finden Ferrum-Personlichkeiten keinen Schlaf und müssen aufstehen und umhergehen, sich beschäftigen. Ferrum-Kinder flüchten ins Bett der Eltern; doch weil sie so unruhig sind, ist dort für niemanden an Schlaf zu denken.

Ambivalenz

Personen, die bei Krankheiten Ferrum brauchen, sind müde und schwach und träge. Dabei treten viele der Beschwerden und Symptome bei Ferrum doch erst in der Ruhe auf oder werden gar schlechter bei Ruhe. Und langsame Bewegung wie z.B. Spazierengehen oder auch geistige Beschäftigung bessert ihre Beschwerden.

Ferrum-Personen erröten leicht, bei geringstem Anlass, Schmerzen oder bei Anstrengung. Und weil ihr sonst anämisch-blasses

Gesicht im Krankheitsfall oft rote Wangen oder eine rote Farbe annimmt, sehen sie blühend und robust aus, fühlen sich aber sehr krank und schwach.

Auch das Temperaturempfinden ist bei Ferrum-Kranken „launisch“, obwohl sie frieren, können Hand- und Fußflächen heiß, der Kopf rot und das Gesicht ebenfalls heiß sein. Oder sie haben ein unangenehmes Hitzegefühl am Körper, richtige Hitzewallungen, obwohl sich der Körper kalt anfühlt.

Auch bei der Verdauung werden zwiespältige Symptome bei Ferrum angeführt. Einmal der vermehrte Appetit, Ferrum-Personen neigen zu Übergewicht, andererseits kann während des Essens oder kurz danach Erbrechen ohne Übelkeit, durch Aufstossen oder Husten auftreten. Trotzdem können Ferrum-Betroffene gleich wieder weiter essen. Ebenso findet sich schmerzloser Durchfall, plötzlich während des Essens oder in der Nacht, um Mitternacht, im Ferrumbild.

Kopf

Die Kopfschmerzen bei Ferrum sind hämmernd und pulsierend, sie treten oft periodisch (z.B. alle 14 Tage) auf und dauern länger, 2

- 3 Tage an. Gemeinsam mit den Kopfschmerzen kann ein klingendes Ohrgeräusch auftreten. Ursache der Kopfschmerzen ist ein Blutandrang zum Kopf, z.B. durch Bluthochdruck bedingt. Trotz heißem Kopf bleiben die Extremitäten kalt.

Schwindel kann während der Kopfschmerzen auftreten, aber auch beim Abwärtsgehen oder beim Überqueren einer Brücke. Auch der Schwindel beim plötzlichen Aufstehen lässt an eine gestörte Durchblutung des Kopfes denken.

Blutandrang zum Kopf ist möglicherweise auch für häufiges Nasenbluten verantwortlich. Das Nasenbluten tritt morgens, beim Bücken oder bei Schnupfen auf. Oft sind es blasse, anämische Kinder, die unter diesem Nasenbluten leiden.

Atemwege

Im Körper ist Eisen für die Versorgung der Zellen mit Sauerstoff und den Abtransport von Kohlendioxid verantwortlich. Daher ist es nicht verwunderlich, dass auch zahlreiche Symptome der Atemwege im Arzneibild zu finden sind. Husten, schwierige Atmung, Atembeklemmung vor allem abends und nachts und Asthma

werden bei Ferrum erwähnt. Auffallend ist, dass diese Beschwerden vor allem in Ruhe, im Bett auftreten und durch Aufstehen und Umhergehen gebessert werden.

Herz/Kreislauf

Die Herzsymptome wie Herzklopfen oder beschleunigter Puls treten nachts oder bei geringer Anstrengung auf. Auch verbessert langsames Gehen das Befinden.

Weiters fallen Herzerkrankungen wie Herzrhythmusstörungen oder Herzinsuffizienz ins Arzneibild. Auch die Blutzirkulation, der Kreislauf, ist bei Ferrum mitunter gestört. So treten Blutwellungen zu Kopf und Brust auf, trotzdem bleiben die Hände und Füße kalt.



Staut sich das Blut in den erweiterten Gefäßen, also bei Krampfadern oder Ödemen kann Ferrum eine gute Arznei sein, wenn das Gesamtbild passt. Die Symptome wie Blässe, Erschöpfung und Schwäche und wässriges Blut lassen an eine Eisenmangelanämie als mögliche Indikation für Ferrum denken.

Verdauung

Einige der Symptome wie Heißhunger, Erbrechen ohne Übelkeit, mundvolles Erbrechen beim Husten oder Aufstossen und die schmerzlosen Durchfälle wurden obenstehend schon erwähnt.

Auch dyspeptische Beschwerden von Magen (aufgetrieben, Druck, Übelkeit nach dem Essen) und

Darm (Blähungskoliken, Durchfall oder Verstopfung, vor allem nach Einnahme von Eisenpräparaten) werden im Arzneibild angeführt. Ebenso spricht das Erbrechen unverdauter Nahrung oder der Durchfall mit unverdauten Speisen für eine Verdauungsschwäche. Eier werden von Ferrum-Patienten abgelehnt oder rufen Verdauungsbeschwerden hervor.

Extremitäten

Gelenks-, Rücken- oder Muskelschmerzen, die nachts auftreten, treiben Ferrum-Patienten aus dem Bett und zwingen sie, langsam umher zu gehen. Besonders die Schultergelenke können so schmerzhaft sein, dass Betroffene die Arme nicht mehr heben können. Somit seien als Indikation für Ferrum akuter Rheumatismus, vor allem der Schulter, Arthrose und Lumbago angeführt.

Modalitäten

Verschlechterung nachts, um Mitternacht; bei starker Anstrengung, Aufregung; beim Stillsitzen; durch Eier, Milch, saure Speisen oder Getränke

Verbesserung durch langsame Bewegung wie Spaziergehen, Umhergehen; beim alleine sein ■

HOMÖOPATHIE FÜR EINEN UNBESCHWERTEN URLAUB

Geschafft, endlich am Urlaubsort. Die Fahrt oder der Flug ist gut überstanden, das Hotelzimmer oder das Appartement bezogen, alles ausgepackt und verstaut und ab jetzt heißt es, die Urlaubstage in vollen Zügen genießen.



Doch ungewohnte Speisen und Getränke, Klimaanlage und die Flora und Fauna vor Ort können die unbeschwerten Tage trüben und für die eine oder andere unangenehme Beschwerde sorgen. Doch mit dem richtigen Mittel aus Ihrer Reiseapotheke sind Sie natürlich auch jetzt gut gewappnet.

Speis und Trank

Nicht jeder kann sich rasch auf ungewohnte Speisen und ihre

Zubereitung oder fremde Nahrungsmittel und Gewürze einstellen und reagiert mit leichten bis heftigen Verdauungsproblemen. Auch mangelnde Hygiene bei der Zubereitung der Speisen oder verunreinigtes Trinkwasser sind Ursache von Erkrankungen im Magen/Darmtrakt.

In exotischen Ländern sollte die englische Regel gelten: „cook it, peel it or leave it (koche es, schäle es oder lasse es)“.

Reisedurchfall oder Reisediarrhoe gehört zu den häufigsten Erkrankungen auf Reisen. Es gibt einige Tipps, um das Risiko einer Magen/Darminfektion schon im Vorfeld zu minimieren:

- + gut durchgegart, heiße Speisen, getoastetes Brot
- + kohlen säurehaltige Getränke, Kaffee, Tee
- + Obst selbst vor dem Verzehr schälen
- rohe oder schlecht erhitzte Speisen
- Salate, rohes Gemüse, nicht schälbares Obst
- Mayonnaise, Speiseeis, ungekochte Milchspeisen
- Eiswürfel in Getränken

Hat es Sie oder Ihre Lieben erwischt, bitte nicht auf ausreichendes Trinken vergessen! Gerade bei Durchfall und Erbrechen verliert der Körper große Mengen an Flüssigkeit. Und mit einer der bewährten Arzneien sind Sie hoffentlich wieder rasch auf den Beinen.

Probleme Kostumstellung

Okoubaka

(Okoubaka aubrevillei)

- leichtere Verdauungspro-

bleme durch ungewohnte Zutaten, Fette, Gewürze, schwer verdaulichem Obst oder Gemüse;

- Bauchbeschwerden (Blähungen, Aufstossen, Übelkeit) mit oder ohne Durchfall, mit oder ohne Verstopfung;

Bei heftiger Übelkeit, Erbrechen und/oder Durchfall
(durch verdorbene Speisen oder durch einen Infekt)

Arsenicum album

(**Acidum arsenicosum; Arsen**)

- brennende Magenschmerzen, Aufstossen, häufiges Erbrechen;
- und/oder stinkender Durchfall, häufige Entleerung kleiner Mengen; Brennen am After;
- großer Durst auf kaltes Wasser, kann aber nur in kleinen Schlucken getrunken werden, wird manchmal wieder erbrochen;
- Betroffene fühlen sich schwach, unruhig, fröstelig;
- bewährt bei Lebensmittelvergiftung;

Veratrum album

(**Weißer Germer**)

- Magenschmerzen und Erbrechen ähnlich wie bei Arsen;
- wässriger, erschöpfender Durchfall;
- zusätzlich kalter Schweiß, totenblass; Kollapsneigung;

Nux vomica (Strychnos nuxvomica; Brechnuss)

- Magenschmerzen nach jedem Essen;
- nach zu viel üppigem Essen, Trinken;
- nach zu wenig Schlaf, gestörtem Lebensrhythmus; nach Genußmitteln, Medikamenten;

Ipecacuanha (Cephaelis ipecacunha; Brechwurzel)

- extreme Übelkeit, dabei auffallend saubere Zunge;
- Erbrechen verbessert die Übelkeit nicht;
- Betroffene fühlen sich schwach, sind durstlos;
- Verschlechterung bei Bewegung, Berührung;

Pulsatilla pratensis

(**Kuhshelle**)

- Übelkeit, unangenehmes Aufstossen, Blähungen;
- wechselhafter Stuhl, kein Stuhl gleicht dem anderen (mal fest, mal breiig, mal normal);
- Beschwerden nach Eis, fetten Speisen, fettem Gebäck;

Podophyllum (Podophyllum peltatum; Maiapfel)

- schmerzlose, schwallartige Entleerung;
- Durchfall ist wässrig, stinkend;
- Sommerdurchfall, bei heißem Wetter

Insekten und anderes Getier

Ob zu Hause oder in fernen Ländern, die Blutsauger sind beinahe überall. Deshalb sollte man auf stark riechende Kosmetika und Parfums besser verzichten, sie locken Insekten an. Süße Getränke und süße Speisen im Freien immer abdecken und vor dem Verzehr sicherheitshalber kontrollieren, ob nicht doch lästige „Mitesser“ wie z.B. Wespen ebenfalls daran naschen. Auch beim Gehen auf Wiesen und unter Obstbäumen sollte man sicherheitshalber zumindest Schlapfen anhaben. Auch beim Gang ins Meer empfiehlt es sich, Badeschuhe zu tragen, sie haben schon so manchen schmerzhaften Kontakt mit den manchmal giftigen Seeigelstacheln bewahrt.

Wurde man gestochen und ein Stachel steckt noch in der Haut, diesen vorsichtig mit einer Pinzette oder Fingernagel entfernen; nicht ausdrücken, da dadurch das Insektengift noch mehr verbreitet wird.

Ledum palustre (Sumpfporst)

- 1. Mittel bei punktförmigen Stichverletzungen;
- Einstichstelle ist etwas geschwollen, eher bläulich, juckt, fühlt sich kalt an;
- auch bei Seeigelstichen;

- Besserung durch kalte Umschläge

Apis mellifica (Honigbiene)

- Einstich ist blassrot, geschwollen, heiß, sehr berührungsempfindlich;
- brennende Schmerzen;
- Besserung durch kalte Umschläge

Quallen, Nesseltiere, Raupen, Spinnen, Pflanzenhaare

Das Meer gehört zu den beliebtesten Reisezielen. Egal ob beim Baden in einer türkisfarbenen Bucht, Schwimmen oder Tauchen in den kühlen Wellen, mitunter teilt man das kühle Nass mit wehrhaften Meeresbewohnern. Bei Kontakt mit Quallen oder Nesseltieren sofort an Land



die noch auf der Haut haftende Nesselfäden mit Sand vorsichtig abschaben oder abreiben, die verletzte Stelle mit Meerwasser nachspülen. Danach die Haut mit verdünnter Calendula-Tinktur bepflegen und beruhigen.

Hautreizungen durch Kontakt mit Pflanzen und Tieren am Urlaubsort behandelt man am besten sofort. Brennhaare von Pflanzen, Insekten, Spinnen oder feinste Stacheln mit einem Klebeband entfernen, nicht reiben - dadurch würden die feinen Stacheln noch tiefer in die Haut getrieben. Auch in diesem Fall empfiehlt sich eine Nachbehandlung mit verdünnter Calendula-Tinktur. Sollte sich dennoch ein unangenehmer Hautausschlag entwickeln, hilft vielleicht eine der angeführten Arzneien.

Urtica urens (Kleine Brennessel)

- Nesselausschlag, als ob man Brennessel berührt hätte;
- brennender, stichelnder, juckender Ausschlag;
- viele, kleine Quaddeln, Bläschen

Cantharis (Lytta vesicatoria; Spanische Fliege)

- die Haut ist rot, sehr schmerzhaft, und berührungsempfindlich;

- Bildung von kleineren oder größeren Blasen wie bei einer Brandwunde

Erkältung, Entzündung

Klimaanlagen sind in Auto, Flugzeug, Hotelzimmer heutzutage ein beliebter und erwünschter Komfort. Doch sind sie oft Ursache von Erkältungskrankheiten. Besonders, wenn die Raumluft durch die Klimaanlage so sehr abgekühlt wird, sodass man trotz tropischer Aussentemperaturen eigentlich wärmende Kleidung braucht. Auch der kalte, trockene Luftstrom aus der Klimaanlage ist oft der Grund für einen fieberhaften Infekt. Eine der Erkältungsarzneien kann für den Fall helfen.

Aconitum napellus (Sturmhut)

- Anfangsstadium der Erkältung nach Unterkühlung, bei kaltem, trockenem Wind (Klimaanlage);
- plötzlicher Krankheitsbeginn, Frösteln;
- rasch steigendes Fieber, trockene, heiße Haut;
- Kopfschmerzen, Ohrenschmerzen, Halsschmerzen;
- großer Durst;
- dabei unruhig, ängstlich und überempfindlich;
- auch bei Neuralgien aufgrund kalter, trockener Zugluft

Fortsetzung: Homöopathie für einen unbeschwerten Urlaub

Atropa bella-donna
(Tollkirsche)

- plötzlicher Fieberanstieg mit heißem Körper und kalten Händen/Füßen;
- pulsierende Kopfschmerzen, benommen;
- brennende, pulsierende Hals- und Schluckschmerzen;
- pulsierende Ohrschmerzen, heißes, rotes Ohr;
- dabei durstlos

Ferrum phosphoricum
(Ferriphosphat)

- fühlt sich trotz hohem Fieber kaum beeinträchtigt;
- kaum weitere charakteristische Symptome;
- eventuell Kopfschmerzen, Ohrschmerzen, Heiserkeit;
- fühlt sich anfangs nicht krank; erst nach ein, zwei Tagen müde und schwach

Chamomilla recutita
(Kamille)

- heftige, unerträgliche Ohrschmerzen;
- heißes, rotes, geschwollenes Ohr;
- dabei rotes, schwitzendes Gesicht oder eine Gesichtseite rot und heiß, andere blass und kühler;
- überempfindlich bei Berührung;
- ärgerlich und wütend vor Schmerzen

FERRUM PHOSPH

FERRIPHOSPHAT, PHOSPHORSAURES EISEN

Diese chemische Verbindung aus dem Metall Eisen und dem Nichtmetall Phosphor bildet ein weißes bis hellrosa kristallines Pulver, das in Wasser und Alkohol unlöslich ist. Einzig Salzsäure kann das Salz auflösen. Es wird industriell hergestellt, kommt aber auch natürlich im Boden vor.



Verwendet wird es als Pflanzenschutzmittel gegen Schnecken, in der Pharmazie und als Lebensmittelzusatz zur Eisenanreicherung.

Das Arzneimittel geht nicht auf eine homöopathische Prüfung zurück, sondern wurde von Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler im Rahmen seiner biochemischen Therapie mittels sogenannter

Gewebssalze erstmals in potenzierter Form eingesetzt (Funktionsmittel Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12). Erst Ende des 19. Jahrhunderts wurden die ersten Arzneiprüfungen von Homöopathen durchgeführt und das gesamte Wirkspektrum festgestellt.

Es hat seine Affinität zu den vasomotorischen Nerven (gefäß-

ORICUM

verengend, gefäßerweiternd), den Schleimhäuten vor allem im HNO-Bereich und der Atemwege, zum Herz und Gehirn und zu den Knochen. Es wird vor allem als Entzündungsmittel im 1. Stadium von Entzündungen, als Fieber- und als Kindermittel eingesetzt.

sensibel wie Phosphor anämisch wie Ferrum

Wie zu erwarten, zeigen sich bei Ferrum phosphoricum Symptome aus den Bildern von Ferrum metallicum und Phosphor. Im Gesunden sind Ferrum phosphoricum-Charaktere freundliche, fröhliche, phantasievolle Menschen, ein Bild, das man oft bei Kindern sieht. Diese phosphorische Energie lässt sie aber später nervös und hastig werden, die vielen Ideen verhindern ein erholsames Abschalten. Sie fühlen sich dann oft müde und erschöpft, Stimulationen wie Tee, Kaffee oder Alkohol werden von ihnen verlangt, bringen aber nur kurzfristig eine Besserung. In weiterer Folge werden sie immer erschöpfter, unfähig zu geistiger oder körperlicher Anstrengung.

Ferrum phosphoricum-Menschen sehen blass und anämisch aus. Sie erröten leicht, bzw. es kommt zu einer gestörten Blutverteilung,

z.B. rote, heiße Wangen bei blassem Gesicht, blassen Lippen. Sie frieren leicht, sind sehr empfindlich auf Kälte, trotzdem bessern kalte Anwendungen die Beschwerden - ein kalter Umschlag reduziert die Kopfschmerzen, eiskaltes Wasser Zahnschmerzen.

Entzündung

Wie schon erwähnt, ist Ferrum phosphoricum ein Hauptmittel im 1. Stadium von Entzündungen. Das können Mittelohrentzündungen, katarrhalische Erkrankungen der Atemwege (Entzündungen der Schleimhäute) oder ein grippaler Infekt sein. Ferrum phosphoricum-Entzündung entwickelt sich langsam, schleichend, beinahe unbemerkt. Oftmals ist Fieber der einzige Hinweis, das eine Infektion im Gange ist, andere klare Symptome fehlen. Das Allgemeinbefinden ist oft trotz hohem Fieber kaum beeinträchtigt, Kinder spielen, Erwachsene sitzen beinahe fröhlich im Bett und fühlen sich nicht ernsthaft krank. Erst nach einigen Tagen stellt sich die Müdigkeit und Schwäche ein.

Das Fieber selbst steigt ebenfalls langsam an, im Fieberstadium kann Schüttelfrost auftreten, andere Symptome oder Schmerzen sind wenig ausgeprägt oder feh-

len gänzlich. Und oftmals sind auffallend rote Wangen oder rote Flecken auf Hals und Brust und die fieberglänzenden Augen der einzige Hinweis, dass der Erkrankte Fieber hat. Müde und abgeschlagen fühlen sich Betroffene erst nach einiger Zeit.

Ferrum phosphoricum-Menschen haben oft eine geschwächte Abwehr, sie neigen zu häufigen Infekten. Sie schwitzen auch leicht, vor allem nachts kann der Schweiß reichlich fließen.

Blutungen

Wie zu erwarten ist, spielen Blutungen bei diesem Mittel eine gewisse Rolle. Betroffene neigen zu hellroten Blutungen, das kann sich in Nasenbluten, bei dem kalte Umschläge bessern, blutigen Durchfällen oder blutigem Auswurf bei Lungenentzündung zeigen. Ebenso ist Blutverlust, z.B. durch eine Verletzung, eine mögliche Ursache für eine Ferrum phosphoricum-Erschöpfung. Aber auch eine Eisenmangelanämie oder eine Hämochromatose (Eisenvergiftung) sind möglicherweise ein Fall für Ferrum phosphoricum.

Modalitäten

Verschlechterung nachts, gegen

Morgen; bei Bewegung, körperlicher Anstrengung; durch äussere Reize (kalte Luft, laute Geräusche, Erschütterung)

Besserung durch kalte Anwendungen wie Umschläge, kalte Getränke; Ruhe und Liegen; nach dem Nasenbluten

Wann Sie an Ferrum phosphoricum denken sollten

Mittelohrentzündung

Ohrentzündung ohne weitere deutliche, charakteristische Symptome; langsamer Beginn mit leicht pochenden Ohrschmerzen; eine Gesichtsseite leicht rot, die andere blass; Allgemeinbefinden kaum beeinträchtigt



gt trotz Fieber; Abwehrschwäche, immer wieder kehrende Mittelohrentzündung **Verschlechterung** nachts

Halsschmerzen

Brennende Halsschmerzen, rauher Hals, heiser; wenig Allgemeinsymptome, fühlt sich nicht krank; eventuell leichtes Fieber; generelle Erkältungsneigung; Halsentzündung ist oft der Auftakt zu einer Mittelohrentzündung

Fieber

Fieber ohne ersichtliche Ursache; Anfangsstadium fieberhafter Erkrankungen; Fiebernde fühlen sich eigentlich wohl und wollen nicht im Bett bleiben, sind aber rasch erschöpft; erst nach ein oder zwei Tagen Müdigkeit und Schwäche; Erröten bei Aufregung oder Aufsetzen; Nasenbluten

Erkältung

Fühlt sich trotz hohem Fieber kaum beeinträchtigt; eventuell Kopfschmerzen und Glieder- und Rückenschmerzen; trockenes, wundes Gefühl im Hals; Schnupfen mit blutigem Schleim, Nasenbluten; pulsierende Kopfschmerzen; erst nach ein bis zwei Tagen Krankheitsgefühl; infektanfällig **Verschlechterung** Kälte, kalte Luft; nachts **Besserung** durch kühle Umschläge, Bettruhe



IMPRESSUM

Homöopathie-Bulletin 07/12

Herausgeber:

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

Redaktion:

Claudia Maurer

Konzept:

schaefer-design.at

Layout, Satz:

Sonja Hoffmann

Herstellung:

digitaldruck.at

Fotos:

www.fotolia.de, VHG, Dr. Peithner KG

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.