Homöopathie

BULLETIN

DIE ZEITUNG DES VEREINS INITIATIVE „HOMÖOPATHIE HILFT" • AUSGABE JUNI 2017

Initiative Homöopathie hilft

EINZELPREIS € 2,40 • FÜR MITGLIEDER DES VEREINS NATÜRLICH KOSTENLOS.

VORWORT

Liebe Freundinnen und Freunde der Homöopathie! Liebe Mitglieder!

Die ersten vier Monate des Jahres waren wieder sehr ereignisreich. Anfang April feierten wir den Geburtstag Hahnemanns mit dem „Tag der Homöopathie". Eine Pressekonferenz zum Motto „Homöopathie – Medizin der feinen Unterschiede" gab es am 3. April und die Laienvorträge zum Thema „Mit Homöopathie gut begleitet durch Frühling und Sommer" folgten am 6. April. Etwas später, am 19. April fand unsere Jahresversammlung statt. Über beides informieren wir Sie kurz in dieser Ausgabe unseres Bulletins.

Auch zur Bürgerinitiative „Homöopathie als Kassenleistung" möchten wir Ihnen ein kurzes Update geben, denn seit der letzten Ausgabe sind die Stellungnahmen der Ministerien eingetroffen. Wir haben sie uns angesehen und besonders jene des Gesundheitsministeriums fanden wir äußerst interessant, denn sie besagt, dass die Homöopathie bereits jetzt unter bestimmten Voraussetzungen von den Krankenkassen bezahlt wird. Näheres darüber lesen Sie ebenfalls in dieser Ausgabe.

Dennoch möchte ich an dieser Stelle wieder an Sie appellieren, die Petition auf der Webseite des Parlaments zu unterzeichnen sofern Sie es nicht schon getan haben. Bis zur nächsten Sitzung des Petitionsausschusses im Juni dieses Jahres haben wir noch Zeit möglichst viele Unterstützungserklärungen zu sammeln.

Homöopathisch geht es dann mit einem Thema rund um die Verdauung weiter. Verdauungsstörungen wie Durchfall sind schon an sich eine unangenehme Sache, noch lästiger, wenn sie im Urlaub auftreten. Was Sie bei Reisedurchfall auch schon vorbeugend tun können, erfahren Sie in dieser Ausgabe. Passend zu diesem Thema wird das homöopathische Mittel Okoubaka aubrevillei vorgestellt, handelt es sich doch dabei um eine bewährte und oft bei den verschiedensten Verdauungsstörungen eingesetzte Arznei.

Da unsere nächste Ausgabe erst wieder im Sommer erscheinen wird, möchte ich Ihnen schon jetzt einen schönen Sommer und einen erholsamen Urlaub wünschen.

Bleiben Sie gesund!

Mag. pharm. Sabine Lexer
Obfrau ■

von Alexandra Abrahim, Bakk. phil.

DIE JAHRESVERSAMMLUNG
POSITIVE BILANZ

Am 19. April fand unsere Jahresversammlung statt. Am Programm standen neben der Entlastung des Vereinsvorstandes ein ausführlicher Bericht über die Aktivitäten des Vereins.

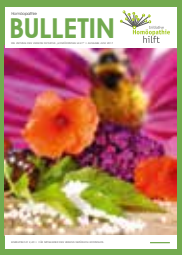
Wichtigster Tagesordnungspunkt bei der Jahresversammlung waren wie immer die Finanzen. Es freut uns, dass wir das Jahr 2016 mit einem Überschuss von € 1.261,89 abschließen konnten. Unser Rechnungsprüfer hatte wie schon in den Vorjahren keinerlei Beanstandungen. Daher wurde der Vorstand einstimmig entlastet. Es gab keine Stimmenthaltungen.

Aktiv durchs Jahr

Nach der Abstimmung berichtete der Vorstand über die Aktivitäten des Vereins, allen voran die Veranstaltungen. 2016 kamen insgesamt fast 400 Personen zum Treffpunkt Homöopathie, zu Vorträgen der Initiative in Kooperation mit der St. Anna Apotheke oder den Blumengärten Hirschstetten und zum Tag der Homöopathie, der natürlich auch 2017 wieder stattfand. Auch die Bürgerinitiative „Homöopathie als Kassenleistung" war Thema. Über beides berichten wir auch in diesem Bulletin.

Wie schon im letzten Jahr konnte auch von der Performance unserer Website positives berichtet werden, denn wir konnten die Zugriffszahlen abermals steigern. Nutzen 2015 täglich durchschnittlich 581 Menschen unsere Website so waren es 2016 bereits 869.

Mit dieser positiven Bilanz endete die Jahresversammlung. Nach einer kurzen Pause ging es mit einem Treffpunkt Homöopathie weiter. ■



IMPRESSUM

Homöopathie-Bulletin
Juni 2017

Herausgeber: Verein Initiative „Homöopathie hilft!", c/o Hennrich. PR, Bergmillergasse 6/35, 1140 Wien
ZVR-Zahl: 529496526

Redaktion: Mag. Sabine Lexer, Claudia Maurer, Alexandra Abrahim, Bakk. phil.

Konzept: schaefer-design.at

Layout, Satz: Sonja Hoffmann

Druck: Der Schalk Druckservice, Pottendorf

Fotos: www.fotolia.de, DHU, IHH, Mag. pharm. S. Lexer

Leserbriefe an:
initiative@homoeopathiehilft.at

Der Verein im Netz:
www.homoeopathiehilft.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.

von Alexandra Abrahim, Bakk. phil.

TAG DER HOMÖOPATHIE

GUT BEGLEITET DURCH FRÜHLING & SOMMER

Auch 2017 fand anlässlich des Geburtstags von Samuel Hahnemann ein Tag der Homöopathie statt. Los ging es mit den „Feierlichkeiten" am 3. April mit einer Pressekonferenz, gefolgt von Vorträgen am 6. April.

26 Journalistinnen und Journalisten waren zur Pressekonferenz, die wir alljährlich zu Hahnemanns Geburtstag in Kooperation mit der Österreichischen Gesellschaft für Homöopathische Medizin (ÖGHM) veranstalten, gekommen. Sie stand unter dem Motto „Homöopathie – Medizin der feinen Unterschiede".

Dr. Erfried Pichler, Präsident der ÖGHM, stellte dort das gleichnamige Buch vor, das erst wenige Tage zuvor im Verlagshaus der Ärzte erschienen ist (siehe Buchtipp). Zu den Autoren zählen u.a. er selbst und Dr. Ilse Fleck-Václavik, die ebenfalls eine der Referentinnen bei der Pressekonferenz war. Rechtzeitig vor den Osterferien sprach sie zum Thema „Mit Homöopathie gut begleitet im Urlaub". Ein weiteres Highlight war Dr. Karl-Heinz Kristen, Leiter der Wiener Sportklinik. Er informierte die Damen und Herren der Presse über den Stellenwert der Homöopathie bei Sportverletzungen. Ein wichtiges Thema, da die schöne Jahreszeit vermehrt zu sportlicher Aktivität einlädt und größere und kleinere Verletzungen schnell geschehen können.

Mit Vorträgen zum Thema „Mit Homöopathie gut begleitet durch Frühling und Sommer" ging es am 6. April im Don Bosco Haus in Wien weiter. Dr. Ilse Fleck-Václavik und Dr. Katrin Strauch sprachen über Schwindelerkrankungen, Übelkeit und Erbrechen, sowie Beschwerden, die u.a. durch zu viel Sonne ausgelöst werden und die gute Urlaubslaune schnell vertreiben können. Auch Verspannungen, Zerrungen und Verstauchungen, die als Folge vermehrter Aktivitäten in Frühling und Sommer häufig vorkommen, waren Thema beim Tag der Homöopathie. Durch das Programm führte wieder in gewohnt spritziger Form Gigga Neunteufl als Mélanie Hahnemann. ■

von Alexandra Abrahim, Bakk. phil.

BÜRGERINITIATIVE

STELLUNGNAHMEN

Die Stellungnahmen von Wirtschaftsministerium, Sozialministerium und Gesundheitsministerium sind beim Petitionsausschuss eingegangen.

In seiner ersten Sitzung im Jänner dieses Jahres beschloss der Petitionsausschuss im Parlament, Stellungnahmen folgender Ministerien einzuholen: Wirtschafts-, Sozial- und Gesundheitsministerium. Diese sind eingetroffen.

Das Sozialministerium

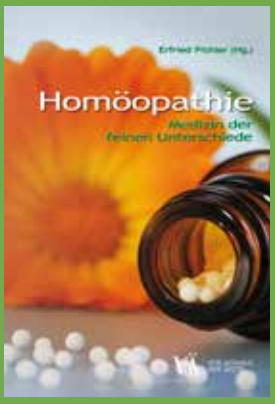
Das Sozialministerium erklärte sich für unzuständig. Das war zu erwarten, denn wie in der Stellungnahme festgestellt, ist für Agenden der Krankenversicherung das Gesundheitsministerium zuständig.

Das Wirtschaftsministerium

Das Wirtschaftsministerium, in dessen Zuständigkeitsbereich auch die Wissenschaft fällt, hatte zu zwei Forderungen der Petition Stellung zu nehmen. Zu unserem Wunsch, die Homöopathie/Komplementärmedizin in die Ausbildung von Medizinstudent/innen zu integrieren schrieb das Ministerium, dass die Erstellung der Curricula den Universitäten obliegt. Außerdem merkte es an, dass es an den Universitäten Graz und Linz bereits die Möglichkeit gäbe, Kenntnisse der Komplementärmedizin zu erlangen.

Der zweite Punkt betraf die Forderung nach finanzieller Unterstützung für die Homöopathie-Forschung. Dazu stellte das Ministerium fest, dass eine „kompetitive Mitteleinwerbung für drittfinanzierte Studien möglich ist". ➔

BUCHTIPP



Homöopathie – Medizin der feinen Unterschiede

Das Buch bietet einen Überblick über die verschiedenen Anwendungsgebiete der Homöopathie. Zehn namhafte österreichische Ärztinnen und Ärzte geben Einblick in ihre tägliche Praxis und zeigen auch anhand von Krankengeschichten die Erfolge der Homöopathie bei akuten und chronischen Erkrankungen. Das Buch richtet sich sowohl an Laien, die sich erstmals mit der Materie beschäftigen, als auch an erfahrene Homöopathie-Anwender.

Erschienen ist das Buch im Verlagshaus der Ärzte. Herausgeber: Dr. Erfried Pichler.

216 Seiten
Format 16,5 x 22 cm,
ISBN 978-3-99052-156-4

Preis € 24,90

Mehr Infos finden Sie hier: http://www.aerzteverlagshaus.at/verlagsprogramm/einzelansicht/products/basis-bolus-insulintherapie-copy-1/backPID/verlagshaus.html

Das Gesundheitsministerium
Die längste Stellungnahme kam vom Gesundheitsministerium. Dieses weist zu Beginn darauf hin, dass für die Homöopathie keine „über den Placebo- und Zuwendungseffekt hinausgehende Wirkung" anerkannt ist. Das Gesundheitsministerium räumt aber auch ein, dass die Homöopathie eine gewisse Anerkennung genießt.

Wann bezahlt wird
In der Stellungnahme des Gesundheitsministeriums wird aber auch beschrieben, unter welchen Voraussetzungen die Homöopathie bezahlt wird:

1. „Eine zumutbare erfolgversprechende Behandlung nach wissenschaftlich anerkannten Regeln (…)" stand nicht zur Verfügung oder

2. sie ist erfolglos geblieben, während die „Außenseitermethode" erfolgreich war.
In der Stellungnahme heißt es weiter: „Werden in einem konkreten Einzelfall diese Nachweise erbracht, sind die Kosten für eine homöopathische Behandlung aufgrund der (…) Judikatur seitens der sozialen Krankenversicherung zu übernehmen."

Dies scheint uns besonders interessant, da wir aus der ärztlichen Praxis wissen, dass viele Patientinnen und Patienten erst zur Homöopathie kommen, wenn die konventionelle Medizin nicht mehr weiter weiß und dass die Homöopathie vielen dieser Menschen helfen konnte. Viele Patientinnen und Patienten wissen jedoch nicht um diese Möglichkeit.

Natürlich ist es ein komplizierter Weg: Die ärztliche Leistung muss vorfinanziert werden. Erst danach kann eine Rückerstattung bei der zuständigen Krankenkasse eingereicht werden, wenn die notwendigen Nachweise vorhanden sind.

Ländervergleich
Einen Vergleich mit den Gesundheitssystemen unserer Nachbarländer lehnte das Gesundheitsministerium mit dem Hinweis ab, dass diese sehr unterschiedlich und daher nicht vergleichbar sind. Als Beispiel wählte man die Schweiz. Hier unterlief dem Autor der Stellungnahme jedoch ein Fehler. Er meinte, dass die Homöopathie nicht in der Schweizer Grundversicherung enthalten ist. Das ist falsch, denn nach einer Volksbefragung wurde diese wieder in die Grundversicherung aufgenommen.

Natürlich haben die Initiatoren der Bürgerinitiative „Homöopathie als Kassenleistung" sofort reagiert und diesen Irrtum aufgeklärt. Der Petitionsausschuss entschied daher, eine neuerliche Stellungnahme beim Gesundheitsministerium einzuholen. Auch diese ergänzende Stellungnahme ist inzwischen eingetroffen.

Sehr interessant finden wir, dass das Ministerium diesmal eine Stellungnahme vom Hauptverband der Sozialversicherungsträger eingeholt hat. Dieser lehnt naturgemäß eine generelle Kostenübernahme homöopathischer Arzneimittel ab.

Allerdings geht es in der Bürgerinitiative in erster Linie um die Arzthonorare und nicht um eine Erstattung der Arzneimittel. Auch hier gehen wir daher von einer Themenverfehlung aus. Wir sind gespannt, was der Petitionsausschuss in seiner nächsten Beratung beschließen wird. Diese findet im Juni 2017 statt. (Fortsetzung folgt.) ■

von Claudia Maurer

OKOUBAKABAUM

OKOUBAKA AUBREVILLEI

Okoubaka wird in der Homöopathie erst seit rund 45 Jahren verwendet, ist also eine „junge" Arznei. Trotzdem hat sie ihren festen Platz im Arzneischatz und hat sich bei der Behandlung von Verdauungsbeschwerden aller Art oft bewährt.

Name

In der Sprache der Elfenbeinküste bedeutet „okou baka" Todesbaum. Namensgebend war die Beobachtung, dass im Umkreis von bis zu 25 m um einen Okoubakabaum kein anderer Baum wächst. Laut der westafrikanischen Medizinmänner versprüht der Baum morgens und abends ein Gift. Die Rinde des Baumes darf deshalb nur tagsüber oder nachts unter Berücksichtigung bestimmter Rituale geerntet werden.

Okoubaka aubrevillei wurde 1937 von den Botanikern André Aubrévillei und Francois Pellegrin erstmals beschrieben.

Botanik

Der Okoubakabaum ist ein Urwaldbaum aus der Familie der Santalaceae (Sandelholzgewächse). Nach neuester Taxonomie ist er mit der Mistel Viscum album verwandt, die als Hemiparasit (Halbschmarotzer) auf heimischen Bäumen wächst.

Der Baum ist mit einer Höhe von bis zu 30 m, einem Stammumfang von rund 3 m und einer ausladenden Krone eine stattliche Erscheinung. Er ist im dichten Urwald auf kleinen Lichtungen zu finden, die er sich selber schafft. Als Halbschmarotzer (Hemiparasit) entzieht er den Pflanzen in seiner Nähe Wasser und Nährstoffe und verhindert somit das Wachstum anderer Bäume.

Die eiförmigen, länglichen Blätter werden ca. 20 cm groß. Die kleinen, grünlichen Blüten sitzen auf langen Stacheln. Aus ihnen reifen kleine harte, gelbe Früchte, die für Menschen ungenießbar sind.

Das Verbreitungsgebiet der

Pflanze erstreckt sich über Westafrika. In Ghana und der Elfenbeinküste, fallweise in Nigeria, ist der Baum zu finden beziehungsweise wird heute teilweise forstlich genutzt.

Inhaltstoffe

Vor allem die Inhaltsstoffe der Rinde sind für den medizinischen Gebrauch interessant. Hauptsächlich handelt es sich dabei um Gerbstoffe - Catechine, Protocatechussäure, Phenolcarbonsäure, Gallussäure. Die Tinktur schmeckt holzig und hat eine adstringierende, leicht antibiotische Wirkung. Durch die Gesamtheit der Inhaltsstoffe ist auch eine immunmodulierende Wirkung von Okoubaka nachweisbar.

Verwendung

Das aus der Baumrinde gewonnene Pulver wurde und wird heute noch von den Medizinmännern Westafrikas bei Vergiftungen genutzt. So wird nach einem Gastmahl sicherheitshalber einen Teelöffel von dem Pulver eingenommen, vor allem, wenn man sich der Freundschaft des Gastgebers nicht ganz sicher ist. Die Bäume, die im schwer zugänglichem Landesinneren wachsen, sind durch ein Tabu geschützt. Das bedeutet, dass sie der persönliche Besitz des örtlichen Medizinmannes und seiner Nutzung vorbehalten sind. Dieser Brauch machte es anfangs sehr schwierig, die Rinde für den homöopathischen Gebrauch zu beschaffen.

Okoubaka in der Homöopathie

Okoubak aubrevillei ist ein neues homöopathisches Mittel. 1972 wurde das Pulver der Rinde von der homöopathischen Ärztin Magdalena Kunst nach Europa gebracht und gemeinsam mit Dr. Willmar Schwabe jun. systematisch für einen homöopathische Nutzung erforscht.

Die Urtinktur wird aus dem Holz und Rinde gemäß dem Homöopathischen Arzneibuch (HAB) hergestellt und potenziert. Die gebräuchlichsten Potenzen von Okoubaka sind D2, D3 und D4. Die Arznei hat eine deutliche Affinität zur Verdauung - dem Darm, der Leber, der Galle und dem Pankreas.

Das Arzneimittelbild wurde vor allem aus der therapeutischen Erfahrung zusammengestellt. Die Arznei hat sich besonders bei Verdauungsbeschwerden als Folge einer Vergiftung, nach Infektionen und bei Änderungen und Umstellung der Ernährung be-

währt - sowohl therapeutisch im Anlassfall als auch prophylaktisch.

Leitsymptome

Leichte bis mittlere Verdauungsbeschwerden aller Art weisen auf die Arznei und können sich mit häufigem Aufstossen, leichter Übelkeit mit oder ohne Erbrechen, immer wiederkehrenden Blähungen und wechselndem Stuhl - mal Durchfall, mal Verstopfung - zeigen.

Betroffene haben kaum Appetit oder klagen über Appetitlosigkeit und fühlen sich dabei müde und matt. Auf der Zunge ist ein gelblich-gräulicher Zungenbelag festzustellen.

Mögliche Indikationen

Die Ursachen der Verdauungsbeschwerden bei Okoubaka sind vielfältig. So kann Okoubaka bei vielen Indikationen zum Einsatz kommen:

- akuter Magen-Darm-Infekt; nach dem Infekt zur besseren Ausheilung und Wiederherstellung des Darmmikrobioms (Darmflora)
- „verdorbener Magen" nach verdorbenen Lebensmitteln oder mit Insektiziden gespritzten Lebensmittel
- während und nach einer Antibiotikatherapie zu raschen Sanierung des Darmmikrobioms (Darmflora)
- auf Reisen bei Beschwerden durch ungewohnte Lebensmittel, Gewürze oder Zubereitung; mangelnde Hygiene bei der Zubereitung
- bei Kindern auch in Zeiten der Ernährungsumstellung, wenn bei der Umstellung von Stillen oder Fläschchennahrung auf feste Nahrung Verdauungsprobleme auftreten
- nach einer Wurmbehandlung oder auch in der Rekonvaleszenz nach Kinderkrankheiten, wenn die Kinder appetitlos sind und unter Verdauungsbeschwerden leiden

Als moderne homöopathische Arznei wird Okoubaka auch bei „Vergiftungserscheinungen" der modernen Zeit gemäß dem Arzneibild eingesetzt und begleitend bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Nahrungsmittelintoleranzen verordnet.

Verdauungsbeschwerden bei Leber- und Gallekrankheiten oder bei einer Chemotherapie können durch Okoubaka gelindert werden. Ebenso kann die Arznei bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen und dem Reizdarm-Syndrom eine regulierende Wirkung haben.

Modalitäten

Verschlechterung
Durch Tabakrauch

Besserung
Nahrungskarenz, Fasten

Okoubaka in der Hausapotheke

Verdauungsbeschwerden
Magenbeschwerden und Übelkeit, mit oder ohne Erbrechen, Bauchbeschwerden wie Blähungen mit oder ohne Durchfall, mit oder ohne Verstopfung

Reisedurchfall
Milde Verdauungsbeschwerden auf Reisen; prophylaktisch mit der Einnahme von 2-mal täglich 5 Globuli schon 3 Tage vor Reiseantritt beginnen und während der gesamten Reise fortsetzen
Ursache Klimawechsel, ungewohnte Gewürze, Fette, Nahrungsmittel

Darmsanierung
Milde Verdauungsbeschwerden aller Art nach Magen-Darm-Infekten, nach Antibiotikatherapie ■

von Claudia Maurer

AUF REISEN

MONTEZUMAS RACHE

Durchfall ist an sich schon eine unangenehme Sache, noch lästiger, wenn er im Urlaub auftritt. Doch man kann sich, oder besser gesagt, seinen Darm, auf die Reise vorbereiten, um die wohlverdienten Ferientage ungestört zu genießen.

Unsere Verdauung reagiert manchmal sehr sensibel, wenn es auf Reisen geht. Die Klimaumstellung, ungewohnte Lebensmittel, Gewürze, Fette oder Zubereitungsarten können unseren Darm ganz schön aus dem Gleichgewicht bringen. Mangelnde Hygiene bei der Zubereitung der Speisen und Getränke sind ebenfalls eine Herausforderung für das Immunsystem im Darm. Die Folge ist vor allem bei Fernreisen die lästige Reisediarrhoe , der Reisedurchfall, umgangssprachlich auch Montezumas Rache genannt.

Gestörtes Mikrobiom

Wir tragen ca. 2 kg Bakterien mit uns herum und leben mit ihnen in einer engen Symbiose. Viele Aufgaben übernehmen die etwa 100 Billionen Mikroorganismen im Darm. Unter anderem schützt, nährt und repariert ein dichter Bakterienrasen die Darmschleimhaut, die „guten" Mikroorganismen helfen bei der Verdauung und bauen die Nährstoffe in für uns verwertbare Bestandteile um und sie produzieren verschiedenste Vitamine, Enzyme, Aminosäuren und noch vieles mehr.

Die moderne Wissenschaft hat in den letzten Jahren an die 1000 verschiedene Bakterienstämme mit unzählig vielen Arten identifiziert. Die Zusammensetzung des Mikrobioms ist für jeden Menschen so individuell wie sein Fingerabdruck.

Ist das Gleichgewicht und somit das fein abgestimmte Zusammenspiel der verschiedensten Bakterienstämme und Bakterienarten gestört, man spricht von einer Dysbiose. Wir nehmen das als Verdauungsstörung wie z.B.

Blähungen wahr. Schon alleine der Reisestress, die Klima- und Zeitumstellung kann das empfindliche Mikrobiom stören. Ungewohnte Lebensmittel wie Gewürze, Früchte oder Gemüse und eine andere Zubereitung der Speisen können ebenfalls unsere Darmflora durcheinander bringen. Und bei einem gestörtem Mikrobiom haben „schlechte" Bakterien wie Clostridien oder Salmonellen ein leichtes Spiel. Sie vermehren sich schlagartig und rufen eine Darmentzündung, Bauchschmerzen und Durchfall hervor.

Als Prophylaxe

Vorbeugend ist es daher sinnvoll, für ein intaktes, stabiles Mikrobiom zu sorgen. Das kann durch die Einnahme eines Probiotikums erfolgen. Mit der Einnahme sollten Sie schon einige Zeit vor Reiseantritt beginnen, um eine gute Ansiedlung der nützlichen Keime zu garantieren.

Auch die Homöopathie bietet eine bewährte Arznei zur Prophylaxe, nämlich Okoubaka D3. Mit der Einnahme von 2 mal täglich 5 Globuli beginnt man schon drei Tage vor Beginn der Reise und setzt die Einnahme während der gesamten Reise fort. So können die meisten Verdauungsprobleme auf Reisen schon im Vorfeld verhindert werden.

Trotzdem sollte man gerade auf Fernreisen den Spruch „cook it, peel it or leave it" (koche es, schäle es oder lasse es) beachten und rohe Speisen wie Salate, geschältes Obst und Leitungswasser, auch Eiswürfel, meiden.

Für den Akutfall

Sollte Sie dennoch Montezumas Rache erwischen und Sie an Durchfall erkranken, gibt es eine Reihe von Maßnahmen, die Ihnen zur Linderung und raschen Heilung verhelfen können. Bei länger als zwei Tagen bestehendem starken Durchfall, Kreislaufproblemen und starken Schmerzen suchen Sie bitte unbedingt ärztliche Hilfe auf.

Wichtig ist, auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu achten - am Besten mit Mineralwasser ohne Kohlensäure, Tee oder verdünntem Apfelsaft. Elektrolytlösungen oder Elektrolytpulver sollte für Notfälle in der Reiseapotheke sein. Kohletabletten sind ebenfalls gut geeignet, um Giftstoffe im Darm zu binden.

Homöopathische Arzneien für Reisediarrhoe sollten auch nicht in der Reiseapotheke fehlen. So kommt **Acidum arsenicosum D12** bei heftigem, stinkenden und wässrigen Durchfall zum Einsatz. Zusätzlich schwächen die häufige Entleerung von kleinen Stuhlmengen, Betroffene klagen über brennende Bauchschmerzen. Man friert und fühlt sich krank. Ursache für diesen Durchfall sind verdorbene Lebensmittel oder ein Infekt (Gastro-Enteritis).

Treten nicht so heftige Bauchschmerzen und schleimiger Durchfall nach fetten Speisen oder fettem Gebäck auf, kann **Pulsatilla pratensis D6** die richtige Arznei sein. Auch bei Durchfall nach Durcheinanderessen, wenn z.B. das Hotelbuffet zu verlockend war, kann man an diese Arznei denken.

Okoubaka aubrevillei D3 wirkt regulierend auf eine durch die Reise gestörte Darmflora und kann nicht nur prophylaktisch, sondern auch im Akutfall eingenommen werden. Der Darm wird sich rascher erholen und Sie können Ihren Urlaub wieder ungestört genießen. ■

TERMINE 2017

TREFFPUNKT HOMÖOPATHIE

NHV, Esterhazygasse 30
1060 Wien
18:30 bis ca. 20:00 Uhr

21.06.2017
Homöopathie bei Schlafproblemen
Die verschiedenen Ursachen von Schlafproblemen und ihre homöopathische Behandlung sind Thema dieses Abends.

Vortragender:
Dr. Johannes Schön

20.09.2017
Lachesis mutus, Vipera berus
Die homöopathische Wirkung des Giftes der exotischen Buschmeisterschlange und der heimischen Kreuzotter wird vorgestellt.

Vortragender:
Dr. Johannes Schön

18.10.2017
Homöopathie und Kinderkrankheiten
Die erfolgreiche homöopathische Behandlung von Krankheiten im Kindesalter wird praxisnah besprochen.

Vortragende:
Dr. Jutta Czedik-Eysenberg

17.10.2017

Bezirksamt Margareten
Schönbrunner Straße 54
1050 Wien
18:30 bis ca. 20:00 Uhr

Thema und nähere Informationen finden Sie in der nächsten Ausgabe des Bulletins oder auf unserer Website unter Events: www.homoeopathiehilft.at

Vortragende: Claudia Maurer

Eintritt frei! Um unverbindliche Anmeldung wird gebeten:
Sonnenhof Apotheke
Tel. 01/544 63 48 oder per E-Mail an
initiative@homoeopathiehilft.at

In Kooperation mit der
SONNENHOF APOTHEKE

14.11.2017

Pfarrsaal Namen Jesu
Darnautgasse 1
1120 Wien
18:30 bis ca. 20:00 Uhr

Thema und nähere Informationen finden Sie in der nächsten Ausgabe des Bulletins oder auf unserer Website unter Events: www.homoeopathiehilft.at

Vortragende: Claudia Maurer

Eintritt frei! Um unverbindliche Anmeldung wird gebeten:
St. Anna Apotheke
Tel. 01/813 10 62 oder per E-Mail an
initiative@homoeopathiehilft.at

in Kooperation mit der St. Anna Apotheke

22.11.2017
Dulcamara (Solanum dulcamara), **Viburnum opulus**
Lernen Sie die beiden homöopathischen Arzneien näher kennen und erfahren Sie mehr über ihre Anwendung!

Vortragende:
Dr. Christa Kastinger-Mayr,
Dr. Anton Felleitner

In Kooperation mit der
APOTHEKE ZUR KAISERKRONE