

Globuli statt Pillen

Die besten homöopathischen Alternativen
zur Schulmedizin

KATRIN REICHELT | SVEN SOMMER



GU PLUS

GU RATGEBER GES

Globuli statt Pille

Die besten homöopathischen Alternativen
zur Schulmedizin

KATRIN REICHELT | SVEN SOMMER



EIN WORT ZUVOR

Sanfte Alternativen zu den Akutmitteln der Schulmedizin? Das scheint ein Widerspruch in sich zu sein. Doch dem ist beileibe nicht so. Homöopathie hat Weltruhm erlangt als »die Medizin, die half, wenn nichts mehr half«. Waren alle Karten ausgereizt, die Ärzte am Ende ihres Lateins, dann liefen die Patienten in ihrer Not zum Homöopathen über, weil es, so die Schulmedizin, ja »nicht schaden kann, selbst wenn es nichts nützt«. Insofern ist für die Homöopathie der Akutfall der Normalfall. Sie als Leser am Wissen um die richtigen Arzneien in elf kritischen Situationen teilhaben zu lassen, ist das Ziel dieses E-Books. Jeder kann zu jedem x-beliebigen Zeitpunkt in einen Ausnahmezustand geraten, dazu reicht ein erschreckendes Erlebnis, eine Allergie oder auch ein Schmerzanfall. Homöopathie ist die sanfteste und effizienteste Erste Hilfe, die Sie selbst durchführen können. Allerdings ersetzt sie nicht immer die Schulmedizin. Dennoch aktivieren die richtigen Globuli stets die passende Immunantwort, mildern den Schock und helfen Ihnen, sich zu entspannen – allesamt wichtige Voraussetzungen für eine rasche Heilung. Wir wünschten, es gäbe in jeder Notaufnahme sämtlicher Krankenhäuser versierte Homöopathen, die – parallel zu allen notwendigen schulmedizinischen Maßnahmen – die wichtigsten Globuli parat hätten: Aconitum gegen Schock, Arnica zur besseren Heilung stumpfer Verletzungen, Hypericum bei gequetschten Nerven, Staphisagria bei Schnittwunden, Cantharis nach Verbrennungen sowie Belladonna und Stramonium, damit Kinder sanfter aus der Narkose erwachen. Mittlerweile gibt es immer mehr Krankenhäuser, die sich der großen zusätzlichen Möglichkeiten der

Homöopathie bewusst werden und ihre Ärzte entsprechend ausbilden.

Katrin Reichelt und Sven Sommer

SANFTE MEDIZIN – STARKER HELFER IN DER NOT



Globuli sind schnelle Helfer, auch in Akutfällen. Im Kleinen wie im Großen ist die Homöopathie dazu fähig, Körper und Seele daran zu erinnern, die eigenen Heilkräfte zuverlässig und effektiv zu aktivieren.

[Homöopathie und Schulmedizin >](#)



Homöopathie und Schulmedizin

Wir leben in einer aufregenden, neuen Zeit. Nie zuvor gab es so viele medizinische Möglichkeiten und Errungenschaften, um Menschen zu helfen. Nie zuvor hatten Wissenschaftler so umfassende Erkenntnisse. Nie zuvor standen uns so viele Informationen über Gesundheit und Heilung zur Verfügung. Tradition und Moderne begegnen sich unter völlig neuen Voraussetzungen. Das Zeitalter der komplementären Medizin ist unwiderruflich angebrochen. Homöopathie, Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), Ayurveda, Phytotherapie und Osteopathie sind aus einem ganzheitlichen Heilkonzept nicht mehr wegzudenken. Sie werden an den großen, namhaften Universitäten immer besser erforscht und es werden eigens Lehrstühle dafür eingerichtet. Wir wagen eine kühne Prognose: Im Zeitalter der Informationstechnologie haben die Menschen Zugriff auf alle Arten von Veröffentlichungen über medizinische Verfahren. Es könnte innerhalb der nächsten Jahrzehnte als Kunstfehler gelten, wenn Ärzte und Therapeuten die Möglichkeiten der Naturheilkunde und insbesondere der Homöopathie ignorieren; wenn sie nicht sowohl interdisziplinär als auch komplementär zusammenarbeiten.

INFO

Interdisziplinäre Medizin bedeutet, dass unterschiedliche Fachrichtungen wie der Hausarzt, der Orthopäde und der Neurologe bei einem Wirbelsäulenleiden zusammenarbeiten.

Komplementäre Medizin bedeutet, dass eine bestimmte Methode der Schulmedizin mit einem oder mehreren Naturheilverfahren kombiniert wird.

Warum das Alte das Neue ist

Heute, nachdem beides – Schulmedizin und Naturheilverfahren – hinreichend in der Anwendung getestet wurde, kann man sagen: Den großen »Allzweckwaffen« moderner Medizin stehen bei sehr vielen Symptomen seit jeher sanfte und dennoch genauso effektive Mittel gegenüber. Das homöopathische Arnica – Bergwohlverleih (siehe >) –, das bei stumpfen Verletzungen erfolgreich eingesetzt wird, hat kein gleichwertiges Pendant in der Schulmedizin. Auch dem unschlagbaren Aconitum – blauer Sturmhut (siehe >) – kann keine andere Arznei in Schock- und Schrecksituationen das Wasser reichen. Beide Mittel sollten in keinem Haushalt fehlen, aber auch in keinem Rettungshubschrauber! Ebenso sucht der sanfte homöopathische Krampflöser, das nebenwirkungsfreie, aber hochwirksame Spasmolytikum Colocyntis – die Koloquinte (siehe >) –, seinesgleichen in der Schulmedizin.

Die Summe der Erfahrung

In den bereits genannten traditionellen Methoden der Naturheilkunde vereinen sich viele Tausend Jahre Erfahrung. Zusammen mit der rasanten Entwicklung der modernen Medizin – von der Früherkennung über die Präventivmedizin bis hin zur Anerkennung psychologischer Faktoren als Krankheitsauslöser – bilden sie ein starkes Team. Sie haben uns innerhalb der letzten zwei Jahrhunderte im Durchschnitt 50 Lebensjahre mehr beschert – Tendenz steigend. Die Homöopathie nimmt dabei gerade innerhalb der Akutmedizin eine besondere Stellung ein: Mit ihr halten Sie eine ganzheitliche Heilmethode in den Händen, die Sie mit etwas Erfahrung und Umsicht auch selbst anwenden können.

Eine extreme Ausgangslage

Um das Jahr 1800, zu dem Zeitpunkt also, als Dr. Samuel Hahnemann seine Homöopathie-Thesen formulierte (siehe >), hatten die Menschen mit überwältigenden gesundheitlichen Problemen zu kämpfen: böse Folgen mangelnder Hygiene, Kindbettfieber, Pest und Cholera. Dazu die unterschiedlichsten Arten von Vergiftungen, nicht zuletzt durch Ärzte selbst verursacht. Sie wussten nicht immer genau, was sie ihren Patienten eigentlich einflößten, geschweige denn, wie sich diese Mittel langfristig auf deren Wohlergehen und Gesundheit auswirken würden.

Eine der größten Entdeckungen der Medizin, nämlich die der schützenden Wirkung konsequenter Hygiene, war zu diesem Zeitpunkt noch fast fünf Jahrzehnte entfernt. Niemand wusste um die tatsächliche Existenz von Bakterien und Viren oder von dem, was diese Erreger im Menschen anrichten können. Es gab schwerste eitrige Infektionen und tödlich verlaufende Lungenentzündungen. Doch bis zur Entdeckung des rettenden Penicillins durch Alexander Fleming sollten noch gut 120 Jahre vergehen.



Christian Friedrich Samuel Hahnemann wurde 1755 in Meißen geboren, er starb 1843 in Paris. Er wurde folglich 88 Jahre alt, für damalige Verhältnisse ein stolzes Alter. Auch das spricht für die hohe Wirksamkeit seiner Heilmethode.

Händewaschen - bis heute der beste Schutz vor Ansteckung

Händewaschen zur Verhütung von Keimverschleppung, ganz besonders bei der Untersuchung von Wöchnerinnen, wurde erst 1847/48 von dem ungarischen Arzt Dr. Ignaz Semmelweis im Krankenhaus als Prävention eingeführt: ein revolutionärer Ansatz, den der Gynäkologe am Ende - verbannt, geächtet und wahnsinnig geworden - mit seinem Leben bezahlte. Seine bahnbrechende Erkenntnis wurde von Kollegen als »spekulativer Unfug« abgetan. Semmelweis starb ausgerechnet an einer Blutvergiftung (Sepsis), vor der er durch seine Entdeckung Hunderttausende frischgebackener junger Mütter gerettet hatte.

DER SEMMELWEIS-REFLEX

Der amerikanische Autor Robert Anton Wilson bezeichnete die Ablehnung, die Semmelweis und vor ihm auch Ärzte wie Hahnemann erlebten, später als den »Semmelweis-Reflex«: Dieser beschreibt laut Wikipedia »die unmittelbare Ablehnung einer Information oder wissenschaftlichen Entdeckung ohne weitere Überlegung oder Überprüfung«. Auch wenn Dr. Semmelweis damals kaum jemand ernst nahm: Heute gilt seine wegweisende Studie der Hygienevorschriften als erstes

Beispiel evidenzbasierter Medizin (auf Beweismittel gestützte Heilkunde).

Wichtige Grundlagen der Gesundheit

Hahnemann sah sich sowohl in Deutschland als auch später in Frankreich sozialen Umständen gegenüber, die schwere Erkrankungen geradezu heraufbeschworen: kein fließendes Wasser, Krankenhäuser ohne Vorstellung von Infektionsprophylaxe. Auch die Abwasserkanalisation entstand erst 50 Jahre nachdem Hahnemann das homöopathische Heilsystem propagiert hatte. Eine bakterielle Infektion durch verunreinigtes Wasser, die man heute in sehr vielen Fällen mit Antibiotika und auch mittels Homöopathie eindämmen kann, war vor 200 Jahren an der Tagesordnung und ein nahezu sicheres Todesurteil. Die durchschnittliche Lebenserwartung betrug damals gerade einmal 35 Jahre.

KAMPF DEN BAKTERIEN

Erst Robert Koch (geb. 1843) und Louis Pasteur (geb. 1822) gelang es, den Bakterien auf die Spur zu kommen. Innerhalb weniger Jahrzehnte konnten die Erreger vieler vorher kaum behandelbarer Krankheiten wie Milzbrand, Diphtherie, Tuberkulose, Lepra, Pest, Syphilis, Gonorrhö gefunden werden.

Zeitreise zu den Ursprüngen

Es ist wichtig, sich ein detailliertes Bild von der Zeit, in der die Homöopathie entstand, zu machen. Angesichts der

Umstände, unter denen Hahnemann lebte, wird erst deutlich, welcher ungeheuren Herausforderung er durch seine neue medizinische Richtung tatsächlich gegenüberstand. Die etablierte Medizin befand sich im späten 18. Jahrhundert in einer hoffnungslosen Lage, konnte oder wollte dies jedoch nicht zugeben. Menschen mit schweren Krankheiten konnte sie nur sehr unzureichend helfen – geschweige denn Epidemien eindämmen. Weder zu diesem noch zu irgendeinem anderen Zeitpunkt ging es Hahnemann darum, dass sich seine Patienten durch Anwendung von Kräuteresenzen ein bisschen besser fühlten – also das, was man heute als Wellness bezeichnen würde. Vielmehr ging es um schwere und schwerste Krankheiten sowie oft genug um das nackte Überleben derer, die bei ihm Rat suchten. Es handelte sich um Menschen im Ausnahmezustand, die die beste Hilfe brauchten, die sie finden konnten. Auf dieser Grundlage ist die sanfte Medizin Hahnemanns entstanden und mit ihr im Laufe der Zeit die elf Nothelfer, die Sie im Praxisteil (ab hier >) kennenlernen werden.

Um Leben zu retten, testete Hahnemann an sich selbst die teilweise hochgiftigen, wenn auch stark verdünnten Substanzen aus dem Pflanzen-, Tier- und Mineralreich (mehr dazu ab hier >). Durch konsequente Studien wurde er nach und nach in einem Ausmaß fündig, auf das er selbst nicht zu hoffen gewagt hatte. Mit diesen vielversprechenden Ergebnissen erlangte die neue Heilmethode bereits zu Lebzeiten Samuel Hahnemanns Weltruhm.

Die Vorläufer der Intensivmedizin

Dank Hahnemanns Entdeckung wurde die Homöopathie nicht nur zur beliebtesten Heilmethode intellektueller Kreise in ganz Europa, sie avancierte auch zur Intensivmedizin des

frühen 19. Jahrhunderts. In Hahnemanns Aufzeichnungen und denen seiner Frau Mélanie, die ihm in seiner Pariser Praxis assistierte, stößt man auf zahllose Fälle, in denen die passenden Globuli selbst bei schwersten Krankheitszuständen das Blatt zum Guten wendeten. Vor Hahnemanns Praxis bildeten sich mehrere Hundert Meter lange Warteschlangen, in denen verzweifelte Patienten darauf hofften, zu dem großen Meister vorgelassen zu werden. Es gab damals keine wissenschaftlichen Beweismethoden, wie wir sie heute für das Maß aller Dinge halten, allen voran die randomisierten Doppelblindstudien (siehe >). Hahnemanns Maßstab war deutlich einfacher: Entweder half eine Arznei oder nicht. Das allein war für ihn der ausschlaggebende Faktor. So wie es Ignaz Semmelweis (siehe >) wenige Jahre nach Hahnemanns Tod - im Jahr 1843 - als Beweis seiner Hygiene-Thesen genügte, dass allein durch konsequentes Händewaschen der behandelnden Ärzte die Müttersterblichkeit an Kindbettfieber in ganz Europa von 12,3 Prozent auf 1,3 Prozent gesenkt werden konnte.

RANDOMISIERTE DOPPELBLINDSTUDIE

Bei einer randomisierten Doppelblindstudie, wie sie die moderne Schulmedizin anwendet, wissen weder Arzt noch Patient, wer eine Arznei mit Wirkstoff bekommt und wer ein Placebo (ohne Wirkstoff). So soll jegliche Beeinflussung des Ergebnisses ausgeschlossen werden.

Die Erfahrung, was als Erste Hilfe zu tun ist

Über einen Zeitraum von mehr als 200 Jahren entstand ein homöopathisches Heilsystem, dessen größte Errungenschaft, neben den Arzneien selbst, ein inzwischen gigantischer Erfahrungsschatz ist (mehr dazu ab hier [>](#)). Diese Erfahrungen, gesammelt von Ärzten, Therapeuten und Patienten, kommen uns heute zugute. Kombiniert man Hahnemanns Wissen um die menschliche Fähigkeit zur Eigenregulation und den psychologischen Faktor hinter jeder Erkrankung mit den Erkenntnissen und Fortschritten der modernen Medizin, dann stehen uns heute Möglichkeiten zur Verfügung, wie es sie seit Menschengedenken nicht gegeben hat. Damit werden von der homöopathischen Selbstmedikation bis hin zur hochtechnisierten Notfallchirurgie alle Schweregrade menschlicher Gesundheitskrisen abgedeckt. An bestimmten Schnittstellen greifen beide sinnvoll ineinander.

HYGIENE: SO WICHTIG WIE EINST

Auch heute gelten einfachste Hygienemaßnahmen wie Händewaschen mit Seife als wichtigste Maßnahme zur Vermeidung von Infektionskrankheiten wie Grippe und Magen-Darm-Infekten.

HOMÖOPATHIE IN DER KLINIK

Die elf Alternativen der Homöopathie finden auch in der klinischen Medizin unter anderem Anwendung:

- nach Narkosen, um den Aufwachprozess zu erleichtern, ganz besonders bei Kindern
- zur besseren Heilung von Wunden, Verbrennungen, Brüchen und nach

Operationen

- in der Frühchen-Medizin bei neurologisch bedingten Krampfanfällen
 - bei Unruhezuständen (z. B. bei Kindern und bei Demenz)
 - bei allergischem Asthma
 - bei chronischen Schmerzzuständen
 - in der Geburtshilfe, wenn sich der Muttermund nicht öffnet, die Wehen zu schwach sind, wenn sich die Plazenta nicht schnell genug löst oder bei starken Blutungen nach der Geburt
-

Homöopathische Alternativen zur Schulmedizin

Der heilende Impuls, ausgelöst durch die individuell passende Arznei und die Fähigkeit zur Eigenregulation, bildet die Grundlage der homöopathischen Heilmethode. Jede einzelne Arznei umfasst ein Profil aus menschlichen Reaktionsmustern und gesundheitlichen Störungen. Jede hat ihren ganz eigenen Charakter – so wie der Mensch selbst. Dass beide zueinanderpassen, ist die Voraussetzung für den Heilerfolg. Bestimmte Mittel, wie unsere elf Akuthelfer (ab hier >), sprechen ganz spezielle Zustände an, die nahezu jeder Mensch aus seinem Leben kennt: Schmerz, Übelkeit, Angst, Schock, Krämpfe, Überreizung und Vergiftung, um nur einige zu nennen. Für diese Zustände gibt es in der Homöopathie Mittel, die sich sowohl in der Selbstmedikation als auch in der klinischen Medizin bewährt haben. Nach dem Schlüssel-Schloss-Prinzip führt die richtige Arznei dazu, dass sich die Tür zur jeweils passenden Immunantwort öffnet. Damit wird ein innerer Prozess angestoßen, der nicht nur

akut überraschend schnell hilft. Die passende Immunantwort wandert auch ins »Archiv« Ihres Abwehrgedächtnisses, sodass es bei einer ähnlichen Situation schnell wieder darauf zurückgreifen kann. Die Folge ist, dass Ihr Körper bei jedem neuerlichen Angriff schnell und effektiv reagiert.

STÄRKE DER HOMÖOPATHIE

Während die Schulmedizin einen unerwünschten Zustand zu unterdrücken versucht, verstärkt die Homöopathie diesen Zustand minimal, um die Eigenregulation des Körpers auf sanfte Weise anzufachen.

DIE HONIGBIENE

Histamin ist ein körpereigener Baustoff, der an der Abwehr körperfremder Stoffe beteiligt ist. Das homöopathische Antihistaminikum ist Apis, gewonnen aus der Honigbiene. Hahnemanns Leitsatz entsprechend, »Ähnliches möge durch Ähnliches geheilt werden« (mehr dazu ab hier [>](#)), wirkt die Arznei gegen die wässrig anmutende Schwellung, wie sie nach einem Insektenstich zu finden ist.



Schulmedizinische Soforthelfer

In der Schulmedizin werden in Krankheitssituationen, die ein schnelles, entschlossenes Handeln erfordern, bestimmte Wirkstoffe eingesetzt, von denen Antibiotika und Cortison die bekanntesten sind. Aber auch Antihistaminika gehören zu dieser Gruppe von Medikamenten: Bei einer allergischen Reaktion sollen diese die Ausschüttung des menschlichen Baustoffs Histamin unterdrücken, der - im Übermaß produziert - zu starken Schwellungen mit Flüssigkeitseinlagerungen (Ödemen) in den Geweben führen kann. Die Schattenseite dieser schulmedizinischen Medikamente: Als unerwünschte Nebenwirkungen können zum Beispiel starke Müdigkeit, Konzentrationsstörungen und eine Einschränkung der Reaktionsfähigkeit auftreten. Antibiotika wiederum kommen immer dann zum Einsatz, wenn bei einer bakteriellen Infektion die ungehemmte Ausbreitung schädlicher Keime eingedämmt werden soll. Die Schattenseite: Leider werden auch die nützlichen Bakterien

im Darm angegriffen, die unerlässlich sind für ein intaktes, starkes Immunsystem. Nach einer einzigen Antibiotikum-Gabe braucht der Körper mindestens neun Monate, bis sich die Darmschleimhaut und die darin wohnenden »guten« Bakterien von dem Großangriff erholt haben.

GU-ERFOLGSTIPP

ERSTE HILFE FÜR DEN DARM

Nach der Einnahme von Antibiotika braucht der Darm zusätzliche Hilfe, um sich zu regenerieren. Homöopathisch hilft in einem solchen Fall Sulfur (siehe >) oder Okoubaka (siehe >), von der Ernährungsseite Bio-Joghurt und eventuell auch eine Darmsanierung.

Heilung statt Unterdrückung

Die klassische Medizin nutzt Spasmolytika (krampflösende Arzneimittel), um Krämpfe zu unterbinden (wie bei Bauchschmerzen oder Unterleibskrämpfen vor oder während der Regelblutung). Ein möglicher Nachteil: allergische Reaktionen auf die Wirkstoffe. Antidepressiva wiederum sollen den Stoffwechsel im Gehirn regulieren und werden eingesetzt, wenn die Stimmung und der Antrieb aufgrund einer Störung dieses Stoffwechsels in den Keller rauschen. Eine angegriffene Leber ist nur eine der möglichen Folgen dieser Medikation. Diese modernen »Waffen« der Schulmedizin fungieren als wichtige, aber leider auch oft nebenwirkungsreiche Bremsklötze. Mit ihrer Hilfe wird versucht, eine Entgleisung zu stoppen und auf diese Weise Schlimmeres zu verhüten oder, wie bei einer

chronischen Erkrankung, die Lebensqualität über einen möglichst langen Zeitraum aufrechtzuerhalten. Die Hoffnung dabei ist, dass der Körper zu seinem gesunden Gleichgewicht zurückfindet, wenn es gelingt, die unerwünschte Reaktionskaskade zu durchbrechen oder maximal zurückzudrängen. Und tatsächlich besitzt der menschliche Organismus diese Fähigkeit – genau auf diese Selbstheilungskräfte setzt die Homöopathie. Im Unterschied zur Schulmedizin versucht sie, diesen Prozess aus der eigenen Kraft und Weisheit des Körpers heraus anzustoßen. Worin sich die schulmedizinische Vorgehensweise maßgeblich von Hahnemanns Ansatz unterscheidet, ist die Frage: Warum können sich Körper und Seele auf einmal nicht mehr selbst helfen?

GU-ERFOLGSTIPP

RECHTZEITIG WECHSELN

In Akutsituationen muss sich innerhalb kurzer Zeit eine deutliche Verbesserung abzeichnen. Wenn dies nicht der Fall ist, war das Mittel vermutlich nicht richtig gewählt. Nehmen Sie Ihre Symptome nochmals genau unter die Lupe, um ein passenderes Mittel zu finden.

Einen Weg finden, der langfristig hilft

Nicht immer kann die Homöopathie allopathische, also schulmedizinische Medikamente, die gegen bestimmte biochemische Abläufe im Körper verordnet werden, ersetzen. Es wäre auch unverantwortlich, das zu behaupten und Menschen damit eventuell wichtige schulmedizinische