

HOMÖOPATHIE bei Erkältung



G|U

Dr. med. Markus Wiesenauer

Inhalt

[Hinweis zur Optimierung](#)

[Der Autor](#)

[Vorwort](#)

[Homöopathie – eine Faszination](#)

[Einführung in die Homöopathie – das Wichtigste im Überblick](#)

[Ein revolutionäres Behandlungskonzept](#)

[Die Ähnlichkeitsregel](#)

[Die Potenzierung](#)

[Wirksamkeit und Qualität sind belegt](#)

[Homöopathie in der Praxis – so einfach geht es](#)

[So nehmen Sie die homöopathischen Mittel ein](#)

[Besonderheiten der Homöopathie](#)

[Erkältungsbeschwerden unseres Körpers](#)

[Hausapotheke/Notfälle](#)

[Allgemeinbefinden/Psych](#)

[Kopf/Hals](#)

[Brustbereich](#)

[Schwangerschaft](#)

[Kinderkrankheiten](#)

[Mittelbeschreibungen von A bis Z](#)

[Buchhinweis](#)

[Impressum](#)

[Garantie](#)

[Anzeige](#)

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Der Autor

Dr. med. Markus Wiesenauer ist seit über 20 Jahren in eigener Praxis tätig als Facharzt für Allgemeinmedizin mit den Zusatzqualifikationen Homöopathie, Naturheilverfahren und Umweltmedizin. Für seine wissenschaftlichen Arbeiten wurde Dr. Wiesenauer mehrfach ausgezeichnet, unter anderem mit dem Alfons-Stiegele-Forschungspreis für Homöopathie. Er war langjähriger Vorsitzender der Arzneimittelkommission D (homöopathische Therapierichtung), Mitglied der Arzneimittelkommission E (pflanzliche Therapierichtung) sowie der Homöopathischen Arzneibuch-Kommission HAB am Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM). Dr. Wiesenauer hat mehr als 200 Arbeiten und über 25 Bücher zu den Themen Homöopathie, Pflanzenheilkunde und Allgemeinmedizin geschrieben. Seit Jahren hält er Vorlesungen für Ärzte und Apotheker sowie Vorträge für interessierte Laien. Immer wieder ist er Gast in TV-Sendungen.

Vorwort

Spannend und faszinierend – so lässt sich die Homöopathie am besten charakterisieren. Und so beschreiben es auch immer mehr Menschen, wie sie die Homöopathie erleben. Ob akute Beschwerden, immer wieder auftretende Infekte oder eine anhaltende Erkrankung – die Homöopathie eröffnet oft ungeahnte Behandlungsmöglichkeiten, weil sie die Selbstheilungskräfte des Körpers gezielt aktiviert. In dieses Buch ist meine inzwischen über 25-jährige Praxistätigkeit eingeflossen. Die Basis dafür bleibt aber eine weltweit angewendete Heilweise, die zwar mehr als 200 Jahre alt ist, die aber dennoch auch für sogenannte moderne Erkrankungen eine Antwort kennt. Beurteilen und bewerten lässt sich die Homöopathie nur aus praktischer Erfahrung, indem man sie anwendet: Erlebnis Gesundheit. Wenn Sie in diesem Buch blättern, werden Sie sofort erkennen, dass die Homöopathie bei einer Vielzahl von Erkältungssymptomen, bei denen eine Selbstmedikation möglich ist, angewendet werden kann. Dabei ist die Auswahl des richtigen homöopathischen Arzneimittels denkbar einfach. Das Konzept dieses eBooks ist so aufgebaut, dass Sie in wenigen Schritten Ihr Arzneimittel finden – passend für die jeweilige Situation.

Mit allen guten Wünschen
Ihr

1. Kieselstein



Homöopathie – eine Faszination

Die Homöopathie fasziniert immer mehr Menschen – eine Erfolgsgeschichte seit über 200 Jahren, und das auf der ganzen Welt. Denn mit der Homöopathie können nicht nur viele akute Beschwerden, sondern auch chronische Krankheiten behandelt werden, und das ohne Gefahr von Nebenwirkungen. Durch die Anregung der Selbstheilungskräfte hilft die Homöopathie, dass Körper, Geist und Seele im wahrsten Sinn des Wortes wieder ins Lot kommen.

MIT DEM WIRKPRINZIP der Homöopathie lassen sich viele körperliche wie auch seelische Beschwerden erfolgreich behandeln. Die Homöopathie zählt zu den natürlichen Heilmethoden, die immer auf den ganzen Menschen wirkt. Dieses Buch ermöglicht Ihnen, das für Ihre Erkältungsbeschwerden geeignete Mittel auf rasche und zielsichere Weise zu finden. Dabei spielt es keine Rolle, ob es sich bei dem Kranken um ein Neugeborenes, einen Säugling oder ein Kind handelt, oder ob Sie als Erwachsener erkrankt sind: Das infrage kommende Mittel unterstützt Ihre Selbstheilungskräfte.

Einführung in die Homöopathie – das Wichtigste im Überblick

Ein revolutionäres Behandlungskonzept

Mit der Homöopathie entwickelte der Arzt und Wissenschaftler Samuel Hahnemann (1755–1843) ein innovatives, seiner Zeit weit vorausschauendes Behandlungskonzept. Im Jahr 1796 stellte er seine neue Heilweise vor, wonach Krankheiten durch solche Arzneimittel geheilt werden sollten, die bei einem Gesunden vergleichbare, »ähnliche« Beschwerden auslösen. Eine für das Medizinsystem revolutionäre Idee. Auch heute noch bleiben manche Aspekte der Homöopathie für die Wissenschaft unerklärbar. Und dennoch – immer mehr Menschen lassen sich von der Wirksamkeit der Homöopathie überzeugen: Sie haben ihre Wirkung an sich selbst verspürt, ein beeindruckendes Aha-Erlebnis. Die eigene Erfahrung mit der Homöopathie lässt ungeahnte Behandlungsmöglichkeiten erkennen. Die Homöopathie – sachgerecht angewendet – ist eine praktisch risikofreie, aber hochwirksame Therapie. Sie kann oft dann noch weiterhelfen, wenn die Schulmedizin ihre Möglichkeiten bereits ausgeschöpft hat, etwa beim Fersensporn. Jedoch sind zum Beispiel ein Knochenbruch, eine schwere

Infektion, eine insulinpflichtige Zuckerkrankheit oder eine Krebserkrankung allein mit Homöopathie nicht in den Griff zu bekommen.

Die Selbstheilungskräfte aktivieren

Dennoch werden Sie wahrscheinlich überrascht sein, welche und vor allem wie viele Beschwerden mit Homöopathie behandelt werden können. Das liegt am Wirkprinzip der Homöopathie: Auf den Reiz der homöopathischen Arznei antwortet der kranke Organismus mit einer Aktivierung der Heilreaktion; dies äußert sich in dem spürbaren Empfinden: »Mir geht es zusehends besser.« Aber wie können Sie sich das vorstellen?

Die Ähnlichkeitsregel

Das Grundprinzip der Homöopathie ist die Ähnlichkeitsregel: »Ähnliches kann durch Ähnliches geheilt werden« (Similia similibus curentur). Das heißt, bei einem Patienten wird ein Mittel angewendet, das zuvor an einem Gesunden erforscht worden war und das bei dem Gesunden die gleichen Symptome hervorrief, die der Kranke nun zeigt.

Die Arzneimittelprüfung am Gesunden

Ein zentrales Element der homöopathischen Forschung ist die Arzneimittelprüfung. Dazu wurden und werden die Naturstoffe, aus denen das Arzneimittel hergestellt wird, einem Gesunden gegeben. Diese freiwillige Versuchsperson dokumentiert, welche Beschwerden, obgleich ja

gesund, sich nunmehr während der Einnahme zeigen. Dabei kann die Substanz nicht nur auf unterschiedliche Körperregionen, sondern auch auf Stimmung und Verhalten Einfluss haben. Die seelischen und körperlichen Befindlichkeitsänderungen werden von der Prüfperson von Kopf zu Fuß protokolliert. Diese Dokumentation ergibt die Basis für das sogenannte Arzneimittelbild des geprüften Stoffes. Da die Homöopathie tagtäglich in aller Welt angewendet wird, entsteht zu jedem Mittel ein riesiger Erfahrungsschatz. Dies bedeutet, dass man über die Wirkung und Verträglichkeit jedes einzelnen Mittels eine sehr genaue Kenntnis besitzt, was im Übrigen die Schulmedizin unter »Evidenz-basierter Medizin« versteht. Dies erklärt auch, warum heute seit Hahnemanns Zeiten über das einzelne Mittel weitaus mehr Erkenntnisse vorliegen und weshalb der Arzneimittelschatz erheblich zugenommen hat. Insofern erstaunt es nicht, dass sich auch viele Erkrankungen unserer heutigen Zeit wirkungsvoll mit Homöopathie behandeln lassen.

Drei einfache Beispiele

→ **Die Küchenzwiebel:** Jeder kennt nur zu gut die Reaktion auf Augen und Nase, wenn er eine Zwiebel schneidet – die dadurch ausgelösten Symptome erinnern an einen Erkältungsschnupfen. Deshalb finden Sie die Küchenzwiebel (lat. *Allium cepa*) als Heilmittel für Erkältungsschnupfen.

→ **Die Brennnessel:** Ihnen weicht jeder tunlichst aus, ansonsten entwickelt sich ein juckender Hautausschlag, der an eine Allergie erinnert. Und so finden Sie die Brennnessel (lat. *Urtica urens*) als Heilmittel unter »Allergie«.

→ **Kaffee:** Für manche Menschen ist es undenkbar, am späten Nachmittag noch Kaffee zu trinken, weil sie dann abends nicht einschlafen können, sich im Bett wälzen und ihnen tausend Gedanken durch den Kopf gehen. Und in der Tat können diese Menschen mit »homöopathischem« Kaffee (*Coffea*) auf ganz unschädliche Weise wieder einen erholsamen Schlaf erreichen.

→ Lieferbarkeit der Mittel

Alle Mittel erhalten Sie in Apotheken. Manchmal kann ein Mittel in der gewünschten Potenz und Darreichungsform nicht vorrätig sein. In aller Regel wird es jedoch innerhalb von ein bis zwei Tagen lieferbar sein.

Das individuelle Krankheitsbild

Die Umsetzung der Ähnlichkeitsregel ist ganz einfach. Die Arzneimittelbilder beschreiben gewissermaßen einen Zustand, der Ihre individuellen Empfindungen oder auch Beschwerden wiedergibt. Die charakteristischsten Symptome bzw. die Beschwerden, die Sie am meisten belasten, leiten Sie zu »Ihrem«, zum richtigen Mittel; deshalb spricht man in der Homöopathie auch von den Leitsymptomen.

Da jeder Patient seine Beschwerden sehr unterschiedlich empfindet, gibt es in der Homöopathie nicht nur ein einziges Mittel zum Beispiel bei Schnupfen, Magenschmerzen oder Hautausschlag. Typische Begleiterscheinungen konkretisieren die Leitsymptome und erleichtern den Weg zu »Ihrem« Mittel bei den jeweiligen Beschwerden.

Deshalb wird in der Homöopathie vom individuellen Krankheitsbild gesprochen; damit sind sowohl die seelischen als auch die körperlichen Beschwerden gemeint. Und deshalb finden Sie bei den einzelnen Beschwerdenbildern stets mehr als nur ein Mittel genannt.

Die Potenzierung

Die genannten Beispiele zeigen Ihnen noch etwas Typisches der Homöopathie: Wenn Sie sich in der Beschreibung der Symptome zur Schlaflosigkeit wiederfinden, werden Sie keinen üblichen Kaffee trinken, weil sich dadurch Ihr »überdrehter« Zustand sehr wahrscheinlich noch verschlimmern würde. Sie nehmen stattdessen den Kaffee »homöopathisch« aufbereitet ein. Aber was heißt das?

Dr. Samuel Hahnemann sah sich in den ersten Jahren seiner homöopathischen Behandlung ebenfalls mit diesem Problem konfrontiert. Da er auch Apotheker und Chemiker war, löste er das Problem auf geniale Weise. Die verwendeten Stoffe werden Schritt für Schritt verarbeitet, was in der Fachsprache der Homöopathie als Potenzieren bezeichnet wird.

→ Herstellung homöopathischer Arzneimittel: Potenzierung

Alle homöopathischen Mittel tragen hinter dem Namen noch ein Kürzel wie D6 oder C12. Dies gibt die Anzahl der Potenzierungsschritte an. Bei der Potenzierung wird der Arzneigrundstoff mit der Trägersubstanz (Alkohol und Wasser bzw. Milchzucker) verschüttelt bzw. verrieben. Dieser Vorgang wird so oft durchgeführt, bis die gewünschte Potenz erreicht ist.

Dezimalpotenzen:	1 Teil Arzneigrundstoff	+	9 Teile Trägersubstanz → D1
	1 Teil D1	+	9 Teile Trägersubstanz → D2
	1 Teil D2	+	9 Teile Trägersubstanz → D3
	usw.		
Centesimalpotenzen:	1 Teil Arzneigrundstoff	+	99 Teile Trägersubstanz → C1
	1 Teil C1	+	99 Teile Trägersubstanz → C2
	1 Teil C2	+	99 Teile Trägersubstanz → C3
	usw.		

Für die Selbstmedikation wie auch für die Behandlung akuter Beschwerden eignen sich die D6- oder D12-Potenzen, die auch in diesem Buch angegeben sind, besonders gut. Erfahrene Therapeuten setzen noch sogenannte Hochpotenzen (D/C30, D/C200 und höher)

sowie die speziell hergestellten LM- oder Q-Potenzen ein, vor allem auch zur Behandlung langwieriger Erkrankungen.

Darreichungsformen : Homöopathische Arzneimittel gibt es als Globuli (Streukügelchen), Tabletten und alkoholhaltige Tropfen. Obgleich alle drei Darreichungsformen eine identische Wirksamkeit haben, werden zumeist Globuli verwendet. Manche homöopathische Mittel gibt es in bestimmten Potenzen nur als Tabletten.

Potenzieren ist nicht Verdünnen

Als Grundstoffe für die Arzneimittel werden meist Pflanzen, Tiere und Tiergifte verwendet, aber auch Säuren, Mineralien und Metalle. Verständlich, dass es darunter auch gefährliche Stoffe gibt, die man unverarbeitet keinesfalls einnehmen darf, etwa Arsenicum album (Weißes Arsenik) oder Mercurius, das Quecksilber! Aber auch Pflanzen wie Aconitum, der Eisenhut, oder Belladonna, die Tollkirsche, wären tödlich giftig.

Die Genialität Hahnemanns liegt darin, dass er die Naturstoffe schrittweise verarbeitet hat, sodass sie ihre Giftigkeit oder ihr Allergiepotenzial, etwa bei Apis mellifica, der Honigbiene, verlieren. Darüber hinaus stellte er fest, dass die verarbeiteten Stoffe durch die Potenzierung viel stärker und intensiver wirkten, ohne jedoch irgendwelche schädlichen Nebenwirkungen zu entwickeln.

So finden Sie in diesem Band bei verschiedenen akuten Entzündungen Belladonna als Heilmittel

genannt. Die Tollkirsche ist, wie Sie bereits gelesen haben, eine Giftpflanze. Durch die Methode der schrittweisen Verarbeitung, also durch die Potenzierung, wird aus der Giftpflanze ein Heilmittel, das selbst für Kleinkinder als bewährt empfohlen wird und das sogar von Schwangeren und Stillenden angewendet werden kann.

Wirksamkeit und Qualität sind belegt

Die Herstellung der Mittel ist im Homöopathischen Arzneibuch (HAB) verbindlich vorgeschrieben. Daran müssen sich alle Hersteller in Deutschland halten. Die darin festgelegten Vorschriften gehen auf Hahnemann zurück; dazu gehört auch, dass jedes Arzneimittel von Hand verarbeitet werden muss – mit der Folge, dass homöopathische Arzneimittel von gleichbleibender Qualität und somit auch von gesicherter Wirksamkeit sind.

Und dass die Homöopathie wirksam ist, zeigen ihre Behandlungserfolge auch und gerade bei Neugeborenen und Kleinkindern; und immer häufiger wird die Homöopathie auch bei Tieren mit Erfolg eingesetzt. Übrigens – die seriöse Forschung hat inzwischen eine Vielzahl handfester wissenschaftlicher Studien, wonach die Wirksamkeit der Homöopathie belegt ist. Diese Aussage wurde auch von der Weltgesundheitsorganisation WHO bestätigt.

→ **Wichtiger Hinweis**

Auf dem Beipackzettel mancher homöopathischer Arzneimittel finden Sie oft folgende Warnhinweise: Das Arzneimittel soll während der Schwangerschaft und Stillzeit nur nach Rücksprache mit dem Arzt eingenommen werden. Oder: Das Arzneimittel ist für Kinder unter 12 Jahren nicht geeignet. Hintergrund ist, dass der Arzneimittelhersteller von der Zulassungsbehörde zu solchen Angaben gezwungen wird. Wenn dieser Hinweis auch auf einem in diesem Buch genannten Mittel steht, dann können Sie es dennoch unbesorgt in der angegebenen Potenz und Dosierung anwenden.