

Dr. med. Markus Wiesenauer, Sabine Knapp

Homöopathie

in Schwangerschaft
und Babyzeit



**Erlebnis
Gesundheit**



HIRZEL



Homöopathie in der Schwangerschaft

Im Leben einer Frau gehören Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett zu besonders einschneidenden Erfahrungen. Neben den körperlichen Veränderungen gibt es auch psychische Belastungen. Die Homöopathie betrachtet beides als Einheit, sie hat keine Nebenwirkungen und verträgt sich sehr gut mit anderen Therapien wie der Akupunktur – gute Gründe, weshalb sich viele Frauen für eine homöopathische Begleitung durch die wichtigen Phasen von Schwangerschaft, Geburt und Babyzeit entscheiden. Die individuelle Medikation erlaubt dabei, auch unterschiedliche Beschwerden, die zeitgleich auftreten, mit einer einzigen homöopathischen Arznei erfolgreich zu behandeln.

Hilfreiche Adressen

Homöopathie

Deutsche Homöopathie-Union

Postfach 41 02 40
D-76202 Karlsruhe
www.dhu.de

Hahnemannia Deutscher Verband für Homöopathie und Lebenshilfe e.V.

Kapuzinerweg 20
D-89150 Laichingen
www.hahnemannia.de

Bundesverband Patienten für Homöopathie e.V.

Burgstraße 20
D-37181 Hardegsen
www.bph-online.de

Natur und Medizin e.V.

Am Deimelsberg 36
D-45276 Essen
www.naturundmedizin.de

Deutsche Gesellschaft für Klassische Homöopathie e.V.

Saubsdorfer Str. 9
D-86807 Buchloe
www.dgkh-homoeopathie.de

Plazenta-Nosoden

Dr. rer. nat. Michael Kunkel
Stadt-Apotheke
in Titisee-Neustadt
Hauptstraße 6
79822 Titisee-Neustadt
www.plazentanosoden.de





Schwangerschaft, Stillen, Baby

Deutscher Hebammenverband e.V.

Gartenstr. 26
D-76133 Karlsruhe
www.bdh.de

Gesellschaft für Geburts- vorbereitung e.V. (GfG)

Pohlstraße. 28
D-10785 Berlin
www.gfg-bv.de

Aktionsgruppe Babynahrung e.V. (AGB)

Untere-Masch-Str. 21
D-37073 Göttingen
www.babynahrung.org

Bund freiberuflicher Hebammen Deutschlands e.V. (BfHD)

Kasseler Str. 1a
D-60486 Frankfurt
www.bfhd.de

La Leche Liga Deutschland e.V.

Dörriesstraße 2
D-53894 Mechernich
www.lalecheliga.de

Schatten & Licht – Krise rund um die Geburt e.V.

(Informationen zu
Wochenbettdepressionen)
Obere Weinbergstr. 3
D-86465 Welden
www.schatten-und-licht.de

Arbeitsgemeinschaft Gestose-Frauen e.V.

Kapellener Str. 67a
D-47661 Issum
www.gestose-frauen.de

Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen e.V. (AFS)

Wallfriedsweg 12
D-45479 Mülheim
an der Ruhr
www.afs-stillen.de

Trostreich – Interaktives Netzwerk Schreibabys

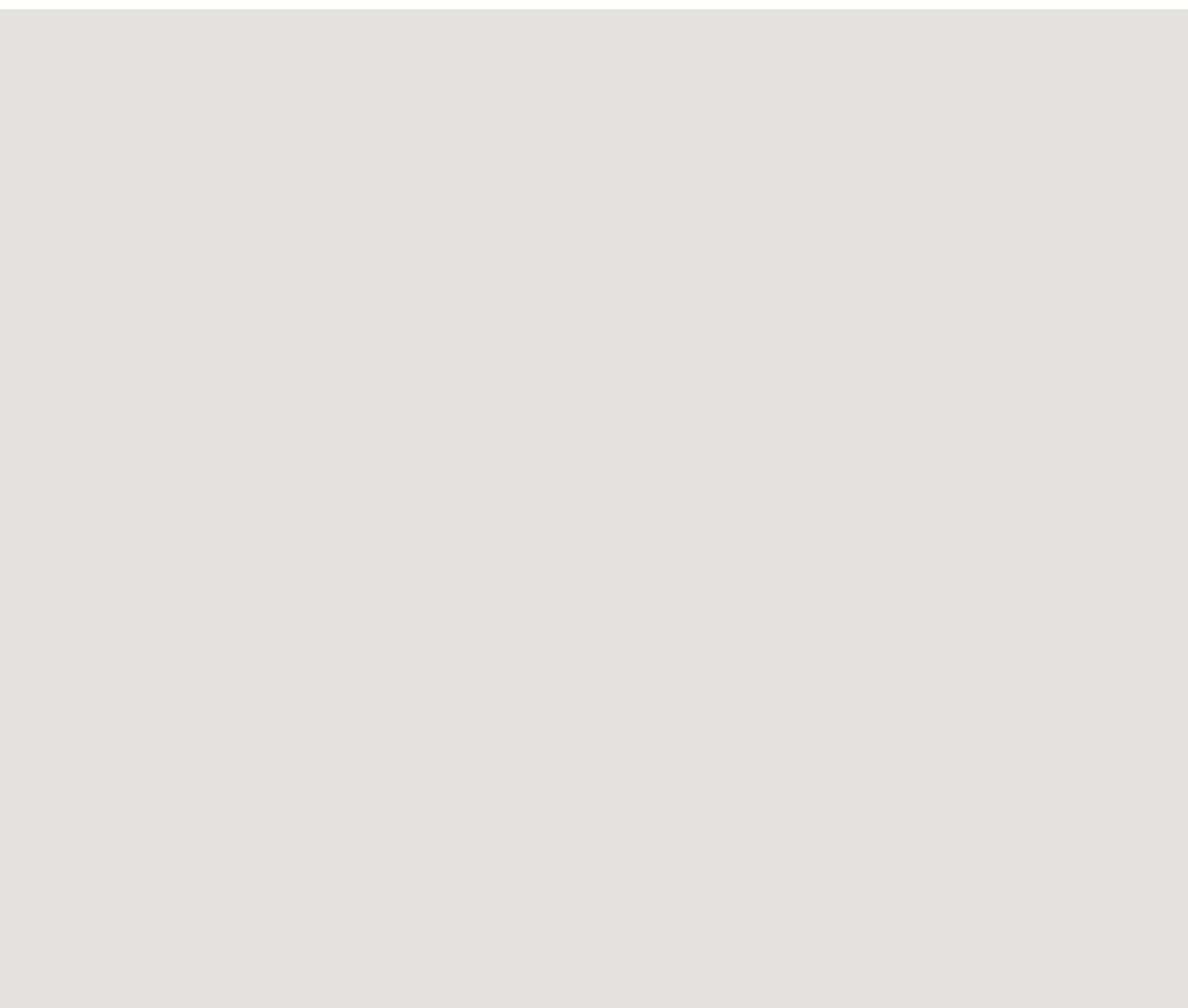
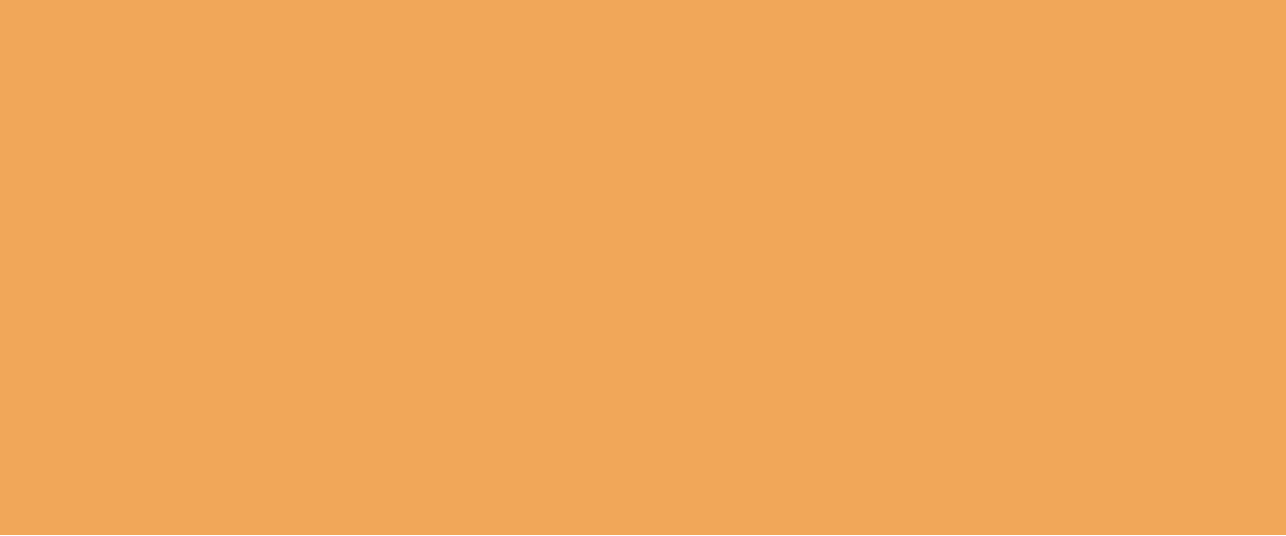
Schulstr. 10
D-27446 Deinstedt
www.trostreich.de

Weitere Internetseiten zu Schwangerschaft und Geburt

www.geburtskanal.de

Wiesenauer • Knapp

Homöopathie in Schwangerschaft und Babyzeit



Dr. med. Markus Wiesenauer
Sabine Knapp

Homöopathie

in Schwangerschaft und Babyzeit



32 farbige Abbildungen und 123 farbige Illustrationen



S. Hirzel Verlag Stuttgart



Vorwort

„Ich bin einfach begeistert von diesen weißen Kügelchen!“ Das hören wir immer öfter gerade von Schwangeren und jungen Müttern. So kam beispielsweise eine Schwangere zum ersten Mal in meine Sprechstunde, weil es ihr sehr schlecht ging – im wahrsten Sinne des Wortes: Sie litt unter starker Übelkeit, und das seit mehreren Wochen. Keine medizinische Maßnahme half, weshalb ihr Frauenarzt gemeint hatte, sie könne es allenfalls noch mit Homöopathie versuchen. Die half dann auch ganz schnell! Und das kann sie bei vielen Beschwerden rund um die Geburt nach dem Motto:

Homöopathie – davor, dabei, danach.

Was nach einem Werbespruch klingt, ist für immer mehr Mütter eine durchwegs überzeugende Erfahrung: „Während der Schwangerschaft habe ich nur homöopathische Mittel genommen. Auch die Entbindung und das Wochenbett – alles lief damit problemlos. Und als mir dann beim Stillen eine Brust wehtat, gab mir die Hebamme ein paar Kügelchen, und nach kurzer Zeit schon waren die Schmerzen weg!“

Davor – während der Schwangerschaft können sich verschiedenste Beschwerdebilder zeigen, die Sie ohne Risiko für das Baby gut auch selbst homöopathisch behandeln dürfen.

Sprechen Sie in dem Zusammenhang frühzeitig mit Ihrer Hebamme über eine Plazenta-Nosode, wie sie von Dr. Michael Kunkel, Stadt-Apotheke in Titisee-Neustadt/Schwarzwald, ausführlich in diesem Ratgeber beschrieben sind.

Dabei – während der Entbindung: Die Homöopathie unterstützt eine natürliche Geburt, sie beugt eventuellen Komplikationen vor, und sie schont Mutter und Kind. Deshalb empfehlen wir Schwangeren, das Thema bereits bei der Geburtsvorbereitung gemeinsam mit der Hebamme zu besprechen.

Danach – auch im Wochenbett und in der Stillzeit können Probleme und Beschwerden auftauchen: Wieder hilft die Homöopathie Mutter und Kind auf einfache Weise und sehr wirksam.

Alles Gute für Sie und Ihr Baby wünschen Ihnen

Sabine Knapp und
Dr. med. Markus Wiesenauer

Inhalt

Vorwort 5

Sanfte Heilkunde – Homöopathie 10

Homöopathie – was sie ist, was sie kann 12

Das Wirkprinzip der sanften Heilkunde 13

Die Ähnlichkeitsregel 13

Die Arzneimittelprüfung und das
Arzneimittelbild 14

Die Leitsymptome und das individuelle
Krankheitsbild 16

Die Potenzierung 16

Sicher: Wirksamkeit und Qualität 19

Die Selbstbehandlung 20

Die homöopathischen Mittel 20

Dosierung und Einnahme 21

Dauer der Behandlung 22

Schwangerschaft und Babyzeit –
eine spannende Lebensphase
für Mann und Frau 22

Schwangerschaft 26

Beschwerden von A bis Z 28

Ausfluss, Scheidenentzündung 28

Blasenschwäche, Reizblase 31

Hoher Blutdruck 32

Niedriger Blutdruck, Schwindel 34

Durchfall, Brechdurchfall 37

Erkältungskrankheiten 39

Fieberhafter Infekt 41

Schnupfen 42

Halsschmerzen und Heiserkeit 43

Husten 44

Erschöpfung, Müdigkeit 45

Drohende Frühgeburt 47





Hämorrhoiden	49
Harnwegsinfekt	51
Juckreiz der Haut	52
Schmerzhafte Kindsbewegungen	54
Präeklampsie (Gestose)	56
Rücken- und Ischiasschmerzen	58
Schlafstörungen, innere Unruhe	60
Schwangerschaftsstreifen	62
Sodbrennen	63
Übelkeit, Erbrechen	65
Venenbeschwerden, Krampfadern	67
Verstopfung, Verdauungsstörungen	69
Wadenkrämpfe, Muskelschmerzen	71
Zahnprobleme	72



Geburt 74

Hilfreiches rund um die Geburt 76

Vorbereitungszeit	76
Dampfpflege	77
Nervosität, Unruhe	78
Natürliche Geburtseinleitung	80
Vorzeitige Wehen	81
Die Geburt	83
Probleme mit der Nachgeburt (Plazentaretention)	85





Plazenta-Nosoden – maßgeschneiderte Arznei für Mutter und Kind 87

Die Geburtsstunde der Nosodentherapie	87
Plazenta-Nosoden – wissenschaftlich beobachtet	89
Anwendungsgebiete für Plazenta-Nosoden	92
Der Weg zur eigenen Nosode	96
Die 10 am häufigsten gestellten Fragen	98

Wochenbett 102

Hilfreiches nach der Geburt 104

Folgebeschwerden nach Narkose oder Rückenmarksanästhesie	105
Dammriss, Dammschnitt	107
Gebärmutterrückbildung	108
Nachwehen	110
Babyblues	112
Infektion der Geburtswege	115
Blasenbeschwerden (Harnverhalten, Harninkontinenz)	117
Kaiserschnittwunde	118
Schambein- und Steißbeinschmerzen	121
Wochenfluss	122
Erschöpfung, Schwäche	124

Stillzeit 126

Hilfreiches in der Stillzeit 128

Die Milchbildung anregen	129
Milchstau	130
Brustdrüsenentzündung (Entzündungsstadium)	132
Brustdrüsenentzündung (Eiterungsstadium)	133





Wunde Brustwarzen (Schmerzen, Risse)	134
Den Milchfluss reduzieren, abstillen	136
Haarausfall	137
Veränderte sexuelle Erlebnisfähigkeit	139

Babyzeit 142

Babys erste Beschwerden 144

Wenn's dem Baby nicht gut geht	144
Geburtstrauma	145
Neugeborenenengelbsucht	146
Augenentzündung	147
Nabelentzündung	148
Verstopfte Nase, Schnupfen	149
Milchschorf	151
Wunder Po, Windeldermatitis, Soor	152
Verdauungsbeschwerden, Blähungen	153
Spucken	154
Schreibabys	155
Babys Entwicklung	157



Abbildungsverzeichnis 162

Stichwortverzeichnis 165

Impressum 168



Sanfte Heilkunde – Homöopathie

Homöopathie – was sie ist, was sie kann	12
Das Wirkprinzip der sanften Heilkunde	13
Sicher: Wirksamkeit und Qualität	19
Die Selbstbehandlung	20







Homöopathie – was sie ist, was sie kann

Mit der Homöopathie (griech. **homoioopathes** – in ähnlichem Zustand) schuf der deutsche Arzt und Wissenschaftler Samuel Hahnemann vor über 200 Jahren ein neues medizinisches Denksystem. Bis heute findet diese Heilkunde weltweit immer mehr Anhänger. Denn richtig angewendet, ist sie eine praktisch risikofreie, aber hochwirksame Therapie, die oft auch dann weiterhelfen kann, wenn die Möglichkeiten der Schulmedizin bereits ausgeschöpft sind.

Natürlich hat die Homöopathie ihre Grenzen: Eine plötzlich auftretende Blutung in der Schwangerschaft oder eine komplizierte Lage des Kindes während der Geburt sind allein mit homöopathischen Mitteln nicht in den Griff zu bekommen. Genauso wenig lässt sich ein Knochenbruch zusammenflicken oder insulinpflichtiger Diabetes damit behandeln.

Dennoch: Wenn Sie in diesem Buch blättern, werden Sie überrascht sein, welche und vor allem wie viele körperliche und psychische Beschwerden mit der Homöopathie behandelt werden können. Das liegt an ihrem Wirkprinzip, auf natürliche und sanfte Weise die Selbstheilungskräfte des Organismus anzuregen.

Info

Während der Schwangerschaft und der Geburt, im Wochenbett und in der Stillzeit ist die Homöopathie eine kraftvolle Helferin für (werdende) Mütter und Babys. Die potenzierten Arzneien können Sie begleitend zu anderen Therapien anwenden, egal ob es sich dabei um alternative Verfahren wie beispielsweise Akupunktur handelt oder ob schulmedizinische (allopathische) Methoden eingesetzt werden. Gerade bei allopathischen Mitteln ist die Homöopathie häufig eine erfolgreiche und sinnvolle Ergänzung, die mithilft, Nebenwirkungen abzufedern.

Das Wirkprinzip der sanften Heilkunde

Gesundheit erhalten, Kranken helfen – das ist die Gemeinsamkeit zwischen der modernen Schulmedizin (Allopathie) und der Homöopathie. Ansonsten basieren beide Systeme jedoch auf sehr unterschiedlichen Sichtweisen. Das Konzept der Homöopathie steht auf mehreren Säulen:

Die Ähnlichkeitsregel

Das wichtigste Prinzip ist die von Samuel Hahnemann (1755–1834) erprobte Ähnlichkeitsregel „Similia similibus curentur“: Ähnliches möge durch Ähnliches geheilt werden. Dieser Kerngedanke war zu Hahnemanns Zeit jedoch nicht neu: Schon der griechische Arzt Hippokrates entwickelte um 400 v. Chr. diese Idee. Überliefert ist auch, dass der Schweizer Arzt und Alchemist Paracelsus (1493–1541) Pflanzenextrakte benutzte, sogenannte Sympathiemittel, bei denen er von der Optik (Signatur) auf die Heilwirkung schloss – der gelbe Saft des Schöllkrauts wurde beispielsweise bei Gallenbeschwerden eingesetzt, die Distel bei Seitenstechen.

Samuel Hahnemann war von den seit dem Mittelalter kaum weiterentwickelten und eher schädlichen Heilmethoden der Medizin enttäuscht (Schröpfen, Aderlass, Klistiere, die Gabe von Quecksilber). Deshalb suchte er nach neuen Wegen, um Krankheiten zu kurieren.

Jahrelang experimentierte er mit Arzneipflanzen und stieß bei einem Selbstversuch auf das bereits erwähnte Ähnlichkeitsprinzip: Hahnemann nahm Chinarinde ein, die als Malariaittel galt. Er stellte fest, dass bei ihm – obwohl er gesund war – malaria-



Chinarinde ruft beim Gesunden malariaähnliche Symptome hervor.