

Johannes Schön

Bewährte Präparate und Heilmittel

Leseprobe

[Bewährte Präparate und Heilmittel](#)

von [Johannes Schön](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b11542>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH

Blumenplatz 2

D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Fax +49 7626 9749 709

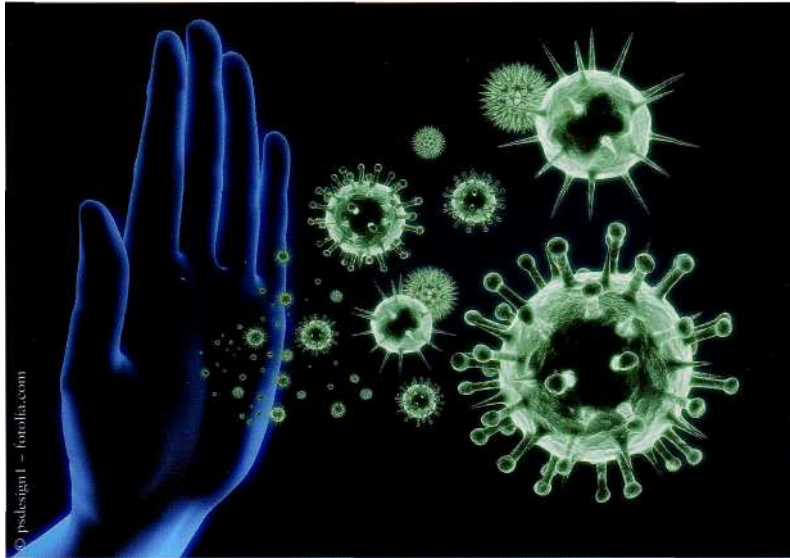
Email info@narayana-verlag.de

<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen
und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



BLUT UND IMMUNSYSTEM



1 Anämie

Bei einer Anämie (Blutarmut) sind die roten Blutkörperchen (Erythrozyten) bzw. der rote Blutfarbstoff (Hämoglobin) vermindert. Häufige Symptome sind Blässe, geringere Belastbarkeit, Müdigkeit, Herzklopfen und Schwindel. Bei Anämien gibt es viele und zum Teil genetische Ursachen, die häufigste (80 %) ist der Eisenmangel.

Eisenmangelanämien werden entweder durch vermehrte Blutverluste oder durch eine verminderte Eisenaufnahme verursacht. Mögliche Ursachen sind:

- Chronische Blutverluste (z.B. Magen-Darm-Blutungen, zu häufige oder zu starke Menstruationsblutungen)
- Eine zu geringe Eisenaufnahme mit der Nahrung

- Eine verminderte Eisenaufnahme im Darm nach Magenentfernung oder bei bestimmten Darmerkrankungen
- Ein erhöhter Eisenbedarf bei Schwangeren oder Kindern
- Eine Störung der Bildung des roten Blutfarbstoffs (Hämoglobin) und/oder der roten Blutkörperchen (Erythrozyten)

Hausmittel und unterstützende Maßnahmen

- Tierisches Eisen (z.B. aus Fleisch, Leber, Eiern) wird vom Organismus besser aufgenommen als pflanzliches Eisen (z.B. aus Kartoffeln, Gemüse, Getreide, allen schwarzen Beeren)
- Genügend Vitamin C (in Obstsäften enthalten, wie z.B. Orangen-, Grapefruit- oder Johannisbeersaft) vor der Mahlzeit verbessert die Eisenaufnahme
- Schwarzer Tee, Kaffee (auch Cola), Kakao und Rotwein enthalten die Gerbsäure Tannin, die mit Eisen schwer lösliche Komplexe bildet. Diese Getränke nur etwa 1-2 Stunden nach einer eisenhaltigen Mahlzeit trinken
- Spinat und Rhabarber enthalten viel Oxalsäure, welche die Eisenaufnahme ebenso verschlechtert. Ähnliches gilt für Vollkornprodukte (!) und die darin enthaltene Phytinsäure. Daher Müsli besser zusammen mit Vitamin C-haltigen Früchten essen
- Neben Eisen ist auch eine ausreichende Zufuhr von Vitamin B12 und Folsäure für die Blutbildung erforderlich. Der Vitamin B12-Speicher des Körpers ist nach wenigen Monaten erschöpft und kann nur langsam wieder aufgefüllt werden
- Bei strengen Vegetariern liegt häufig ein chronischer Vitamin B12- und Folsäure-Mangel vor. Vitamin B12 ist vermehrt in Hülsenfrüchten, Sojaprodukten und milchsauer vergorenen Produkten (z.B. Sauerkraut) vorhanden und Folsäure in Hefe, grünem Gemüse, Sojaprodukten und Vollkornprodukten
- Bei chronischer Magenschleimhautentzündung (Gastritis) kann das Vitamin B12 vom Dünndarm nicht aufgenommen werden, weil dazu ein von der Magenschleimhaut abgegebener Verdauungsfaktor (intrinsic factor) fehlt. Vitamin B12 sollte daher medikamentös (evtl. als Injektion) verabreicht werden.

Teemischungen

- Für Frauen mit Blutarmut: Je 1 TL Brennnesselkraut und Frauenmantel wird mit einer Tasse kochendem Wasser überbrüht, 10 Minuten ziehen lassen und dann abseihen. Tgl. 3 Tassen trinken.
- 2 TL junge Walderdbeerblätter mit $\frac{1}{4}$ Wasser überbrühen, 10 Minuten ziehen lassen und dann abseihen. Tagsüber trinken.
- 2 EL Heckenrosenfrüchte (Hagebutten) in $\frac{1}{4}$ kaltem Wasser einige Stunden ziehen lassen und dann abseihen und auf Trinktemperatur erwärmen. Tagsüber trinken.

Heilpflanzen

Eisenhaltige Heilpflanzen sind z.B. Löwenzahn, Brennnessel, Tausendgüldenkraut, Brombeerblätter und Zinnkraut. Diese können manifeste Eisenmangelzustände kaum ausgleichen, jedoch unterstützend eingesetzt werden, z. B. durch eine Kur mit Brennnesselsaft. Kombinationen mit pflanzlichen Inhaltsstoffen und Eisensalzen haben sich als sehr hilfreich bei Eisenmangel erwiesen, insbesondere weil die chemischen Eisenpräparate oft schlecht vertragen werden (Magenprobleme, Verdauungsstörungen).

Präparate

Floradix® Eisen-Folsäure-Dragees

1 Tbl. enth.: Thiaminchlorid-HCl 0,5mg, Folsäure 0,4mg, Riboflavin 1,5mg, Nicotinamid 10mg, Eisen(II)-gluconat 40mg, Ascorbinsäure; Trockenmischextrakt aus Brennnesselkraut, Queckenwurzelstock, Weißdornblättern mit Blüten, Tausendgüldenkraut, Rotalgenthallus, Spinatblättern und Hagebutten-Trockenextrakt
Anwendung bei Anämie und zur Besserung des Allgemeinbefindens

Floradix Kräuterblut®-S-Saft

100g enth.: 46g Dekokt aus: Thall. *Macrocystis pyrifera* 460mg, *Herba Urticae* 460 mg, *Rhiz. Graminis* 230 mg, *Herba Millefolii* 230 mg, *Fruct. Foeniculi* 230 mg, *Rad. Dauc. carot.* 230mg, *Germ. Triticum* 230mg, *Pericarp. Aurantii* 230mg, *Rad. Angelicae* 115mg, *Herba Equiseti* 115mg, *Fruct. Juniperi* 115mg, 22g wässriger Hefeauszug (1:10) aus: Eisen-Vitamin B-Spezialhefe Eisen(II)-gluconat 635mg (entspr. 75mg Fe₂)

Anwendung bei erhöhtem Eisenbedarf. Für Schwangere und Stillende sowie für Frauen mit Kinderwunsch zur Deckung des erhöhten Bedarfs und zum Auffüllen der Eisenspeicher

Schüssler-Salze

Nr. 3 Ferrum phosphoricum und Nr. 17 Manganum sulfuricum

zur Verbesserung der Eisenaufnahme

Nr. 2 Calcium phosphoricum

bei nervöser Erschöpfung, Anämie bei Schulkindern

Homöopathische Komplexmittel

Prunuseisen, Globuli velati

Wirkstoff: Prunus spinosa e floribus et summitatibus ferm cum Ferro Dil. D3

Anwendung bei Schwäche- und Erschöpfungszuständen, Rekonvaleszenz, Blutarmut (Anämie), Blutunterdruck (Hypotonie)

Homöopathische Einzelmittel

Die homöopathischen Mittel können (wie auch die Schüssler-Salze) die Eisenaufnahme verbessern und evtl. auch zusammen mit einem Eisenpräparat eingenommen werden.

Arsenicum album

Sehr erschöpft und verfroren, eiskalte Hände und Füße, blasses, kränkliches Gesicht; Verschlimmerung nachts, vor allem nach Mitternacht, Besserung durch Wärme.

Arsen passt konstitutionell insbesondere für verfrorene Menschen z.B. mit zwanghafter Genauigkeit und Ordentlichkeit.

China

Nach Blutverlusten, Schwäche nach schweren Erkrankungen, nervöse Überempfindlichkeit.

Die Chinabaumrinde ist insbesondere bei Folgen von schwächenden Erkrankungen oder starken Blutverlusten angezeigt.

Ferrum phosphoricum

Blutarmut, blasse oder fleckig rote Gesichtsfarbe. Nervös, empfindlich, Verschlimmerung abends.

Eisenphosphat als Schüssler-Salz oder als homöopathisches Präparat verbessert die Eisenaufnahme.

Kalium carbonicum

Anämie mit ausgeprägter Schwäche und Kälteempfindlichkeit. Stechende Schmerzen. Reizbar und voller Ängste. Allgemeine Verschlechterung durch kaltes Wetter und frühmorgens 2.00-4.00 Uhr.

Kaliumcarbonat passt konstitutionell insbesondere für pflichtbewusste korrekte Menschen mit Schwarz-Weiß-Denken.

Natrium muriaticum

Eine einzelne Dosis D200 bei Depressionen mit Anämie.

Homöopathisches Kochsalz ist ein tiefwirkendes Mittel bei korrekten und sehr hilfsbereiten Menschen, die von schweren Zeiten gezeichnet wurden. Es hilft, alte Kränkungen und Verletzungen loszulassen.

2 Abwehrschwäche

Bei einer erhöhten Infektanfälligkeit mit z.B. mehr als drei schweren Erkältungen im Jahr spricht man von einer Abwehrschwäche. Diese kann vielfältige Ursachen haben:

- Falsche Lebensweise wie Ernährungsfehler (zu viel oder zu wenig), Bewegungsmangel, Hochleistungssport, Nikotin- und Alkoholmissbrauch
- Umwelteinflüsse wie übermäßige Kälte, Hitze, ultraviolette und radioaktive Strahlung sowie Umweltgifte
- Chronische Erkrankungen wie z. B. Diabetes mellitus oder Gicht
- Tumorerkrankungen
- Manche insbesondere durch Viren bedingte Infektionskrankheiten wie Masern, Mononukleose, Windpocken und natürlich auch HIV
- Psychischer Dauerstress
- Depressive Verstimmungen
- Angeborene Immundefizienzen



Johannes Schön
[Bewährte Präparate und Heilmittel](#)
in der Naturheilkunde

352 Seiten, kart.
erschienen 2011



Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de