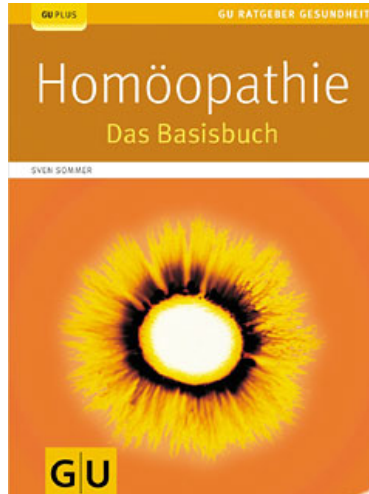


Sven Sommer

Homöopathie - Das Basisbuch

Leseprobe

[Homöopathie - Das Basisbuch](#)
von [Sven Sommer](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b10019>

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.



THEORIE

Ein Wort zuvor 5

**HINTERGRÜNDE DER
HOMÖOPATHIE** 7

Homöopathie – was ist das? 8

So wirkt die Homöopathie 9

Potenzieren 11

Das Potenziersystem 12

Die Suche nach neuen Mitteln 13

Die homöopathische Behandlung 14

Die Erfolge der Homöopathie 15

Moderne Erkenntnisse 17

**Vom Umgang mit homöo-
pathischen Mitteln** 20

Möglichkeiten und Grenzen 22

So finden Sie das richtige Mittel 23

Einnahme und Dosierung 25

So beurteilen Sie die Wirkung 27

Grenzen der Selbstbehandlung 28

Die homöopathische Hausapotheke 30

Beispiele aus dem Alltag 32

PRAXIS

**HOMÖOPATHIKA UND
BESCHWERDEN** 35

Die 30 TOP-Mittel 36

So finden Sie zu Ihrem Mittel 68

Der schnelle Weg 70



Beschwerden von A bis Z 82

Abwehrschwäche 83

Allergie 83

Ängste, Panik 84

Augenbindehautentzündung 85

Augenverletzungen 85

Überanstrengung der Augen 86

Bauchschmerzen und Koliken 86

Blähungen 87

Blähungs- und Nabelkoliken 88

Blasenentzündung, Harnwegs-
beschwerden 88

Durchfall 89

Eiterungen 90

Erkältung und Grippe 91

Fieber 92

Gerstenkorn, Lidrandentzündung 93

Halsschmerzen, Mandelentzündung 93

Hämorrhoiden 94

Hautausschlag, Ekzem 95

Heiserkeit 96

Heuschnupfen 97

Husten 98



Ischias, Hexenschuss,
Rückenbeschwerden 99
Kater 100
Knochen: Verletzungen, Brüche,
Osteoporose 100
Kopfschmerzen, Migräne 101
Krampfadern 102
Kummer und Sorgen 103
Magenbeschwerden 103
Mund- und Zahnfleischentzündung,
Aphthen, Soor 104
Muskeln, Sehnen, Bänder 105
Nasenbluten 105
Ohrenschmerzen 106
Prämenstruelles Syndrom (PMS) 107
Schmerzhafte Periode 108
Reisefieber 108
Reizbarkeit, Ärger, Zorn 109
Schlafstörungen 110
Schnupfen, Nasennebenhöhlen-
entzündung 111
Schwäche, Erschöpfung,
Müdigkeit, Burn-out 112

Schwindelanfälle 113
Stiche und Bisse 114
Übelkeit und Erbrechen 115
Unruhe, Nervosität 116
Verbrennungen, Verbrühungen,
Sonnenbrand 117
Verletzung, Prellung, Bluterguss 118
Verstopfung 119
Wechseljahre 120
Offene Wunden 120
Zahnarzt und Operationen 121
Zahnschmerzen 122
Zahnungsbeschwerden 123

SERVICE

Bücher, die weiterhelfen 124
Adressen, die weiterhelfen 124
Register 125
Impressum 127



Homöopathie – was ist das?

Die homöopathische Heilmethode beruht auf den Erkenntnissen und Forschungsarbeiten des deutschen Arztes und Chemikers Samuel Hahnemann (1755–1843). Tief frustriert von den gängigen Behandlungsmethoden seiner Kollegen, suchte der junge Mediziner im ausgehenden 18. Jahrhundert nach einer nebenwirkungsfreien, dafür aber hochwirksamen Alternative. Zu den fragwürdigen Praktiken der damaligen Zeit gehörte neben den häufigen Aderlässen auch der Einsatz hochgiftiger Medikamente

wie beispielsweise Quecksilberpräparate, die ähnlich wie die heutigen Antibiotika verwendet wurden, aber wesentlich gefährlicher waren. Hahnemann wollte nicht länger untätig zusehen, wie mittels dieser höchst zweifelhaften Verfahren mehr Patienten in den Tod getrieben als kuriert wurden. Deshalb entwickelte er die Homöopathie – eine Heilmethode, die sanft, schnell und vor allem nebenwirkungsfrei zu einer anhaltenden Gesundheit seiner Patienten führen sollte.

Wie Sie in Kürze sehen werden, war der junge Hahnemann seiner Ära um mehr als 200 Jahre voraus. Erst in jüngster Zeit kommen Wissenschaftler mithilfe modernster Biophysik sowie mit neuen Erkenntnissen auf dem Gebiet der Nanopharmakologie – einer Methode, die sich mit der Wirksamkeit allerkleinster Medikamentendosen beschäftigt – allmählich dahinter, wie und warum die homöopathischen Mittel wirken. In der Homöopathie werden sehr hohe Verdünnungen verwendet – so hoch, dass am Schluss nur noch wenige oder gar keine Moleküle des Ausgangsstoffes mehr vorhanden sind. Dies war und ist der Grund, warum die Gegner der Homöopathie bis heute behaupten, homöopathische Mittel seien nichts anderes als ein Placebo: ein Mittel ohne Inhaltsstoff. Ihrer Meinung nach sind Homöopathen Quacksalber, die mit dem großen »Nichts« arbeiten. Die beachtlichen Erfolge, die die Homöopathie seit mehr als 200 Jahren bei der Behandlung von akuten wie auch bei der Therapie von chronischen Krankheiten hat, werden als reine Einbildung von Patient und Behandler abgetan. Streng nach dem Motto: Wo nichts drin ist, kann auch nichts wirken.

So wirkt die Homöopathie

Der Begriff Homöopathie leitet sich von den griechischen Wörtern »homeon« (ähnlich) und »pathos« (Leiden) ab und bedeutet so viel wie »ähnlich dem Leiden«. Das Wirkprinzip der Homöopathie, »Ähnliches möge mit Ähnlichem geheilt werden«, besagt, dass eine Substanz, die bei einem gesunden Menschen bestimmte Krankheitssymptome hervorruft, einen kranken Menschen mit denselben oder ähnlichen Symptomen zu heilen vermag. Es wird

GARANTIERT UNGEFÄHRlich

Hahnemann suchte nach einer Heilmethode, die schnell, sanft, dauerhaft und nach deutlich einzusehenden Gründen wirken sollte. Das Ergebnis war und ist die Homöopathie.

1. Fall: plötzlich einsetzendes Fieber

Tim, 41 Jahre, kommt vom Baden nach Hause. Am Meer war alles noch in Ordnung, doch schon als er aus dem Auto steigt, fröstelt er stark. Vielleicht, denkt er sich, war das Wasser doch zu kalt. Auch eine heiße Dusche hilft nicht, und er geht mit Schüttelfrost ins Bett. Dort wird ihm heiß. Eine Stunde später hat er 39 °C. Seine Haut ist trocken, er hat großen Durst und ist sehr unruhig.

So gehen Sie vor:

Sie suchen im »Schnellen Weg« nach der Rubrik »Fieber«, Seite 73. Schon das erste Mittel passt deutlich auf die Symptome.

Fieber, Seite 92	sehr plötzlich; erst Frösteln, dann trockenenes, hohes Fieber; viel Durst; Unruhe	Aconitum D12 S , Seite 38
-------------------------	---	----------------------------------

Nun schlagen Sie im Beschwerdeteil unter »Fieber« (Seite 92) nach und überprüfen das Mittel. Aconitum gehört zu den »Top 3« bei Fieber:

- › **Aconitum:** sehr plötzlich; trockenenes hohes Fieber mit Durst und Unruhe; schon beim ersten Frösteln geben.

Aus den Mittelbeschreibungen geht hervor:

- › Bei rasch steigendem, hohem Fieber müssen Sie immer zuerst an Aconitum und Belladonna denken. Sind Durst, eine trockene, schweißlose Haut, Ängstlichkeit und Unruhe vorrangig: Aconitum D12 **S**. Alle Symptome passen eindeutig auf Aconitum.

Die Behandlung:

Kaum im Bett, nimmt Tim Aconitum D12: halbstündlich eine Gabe. Nach den ersten Globuli hört der Schüttelfrost auf, und ihm wird heiß. Eine Stunde später ist die Temperatur auf 39,5 °C gestiegen (Fieberschub als Erstreaktion!). Drei Stunden später beträgt die Temperatur 38,5 °C. Nach der vierten Gabe fängt Tim zu schwitzen an, und das Fieber sinkt auf 37,5 °C. Am nächsten Morgen ist die Temperatur wieder normal, und der Spuk ist vorbei.

2. Fall: Halsschmerzen

Claudia, 36 Jahre, leidet seit einem Tag unter starken Halsschmerzen und Fieber. Die Beschwerden fingen plötzlich an, das Fieber stieg rasch auf 38,5 °C. Der Hals ist knallrot und trocken. Obwohl das Schlucken bis ins Ohr schmerzt, muss die Patientin ständig schlucken. Sie hat eine schmutzig belegte Zunge mit seitlichen Zahneindrücken und üblen Mundgeruch.

So gehen Sie vor:

Sie suchen im »Schnellen Weg« nach der Rubrik »Halsschmerzen«, Seite 73.

Halsschmerzen, Mandelentzündung, Seite 93	knallrot; trocken; muss dauernd schlucken; Scharlach	Belladonna D12 A , Seite 44
	eitrig; schlechter Mundgeruch; zieht zum Ohr	Mercurius solubilis D12 A , Seite 61

Belladonna und Mercurius solubilis passen am besten zu den Beschwerden. Nun gehen Sie in den Beschwerdedeitel zu »Halsschmerzen« (Seite 93 f.) und überprüfen die beiden Mittel.

- **Belladonna D12 **A****: Der Rachen ist trocken und knallrot, verbunden mit brennenden und pochenden Schmerzen. Trotz der starken Schmerzen besteht ein andauerndes Schluckbedürfnis.
- **Mercurius solubilis D12 **A****: Wunde, brennende Halsschmerzen, die beim Schlucken zum Ohr ziehen, sowie übler Mundgeruch und starker Speichelfluss. Die belegte Zunge weist typischerweise seitliche Zahneindrücke auf.

Beide Mittel gehören zu den »Top 3« bei Halsschmerzen, und beide decken Claudias Beschwerden zum Teil ab. Eine Entscheidung fällt schwer. In diesem Fall überprüfen Sie noch die Steckbriefe der beiden Mittel im Kapitel »Die 30 TOP-Mittel« (ab Seite 36). Hier finden Sie nun heraus, dass Belladonna ein gutes Mittel für akute Entzündungen mit Fieber ist und bei Halsschmerzen einen knallroten Hals mit brennenden Schmerzen aufweist, während Mercurius solubilis den ganz typischen Mundgeruch und die Zunge mit den Zahneindrücken hat. In diesem Fall werden die zwei Mittel im Wechsel gegeben.

Die Behandlung:

Claudia nimmt Belladonna D12 anfangs stündlich und Mercurius solubilis D12 anfangs dreimal täglich. Schon nach sechs Stunden geht es ihr wesentlich besser. Sie reduziert die Einnahme von Belladonna auf dreimal täglich und die von Mercurius solubilis auf zweimal täglich.



Die 30 TOP-Mittel

Auf den folgenden Seiten möchte ich Ihnen die am häufigsten verwendeten Homöopathika in Form eines Steckbriefs vorstellen. Neben der verwendeten Ausgangssubstanz finden Sie wichtige Informationen zu Potenz, Indikationen, Leitsymptomen und Modalitäten (was die Beschwerden bessert oder verschlechtert). Viele Mittel enthalten zusätzliche Hinweise zu den typischen Auslösern der Beschwerden sowie ein paar Worte über den Menschentyp, der dem jeweiligen Mittel zugeordnet wird.



Auf diese Weise können Sie Ihre Mittelwahl noch einmal überprüfen. Das ist vor allem dann wichtig, wenn Sie zwischen zwei oder mehreren Mitteln schwanken und nicht wissen, für welches Sie sich letztendlich entscheiden sollen.

Zwei häufig gebrauchte Mittel

Echinacea (D2) – der Immunbooster

Ausgangssubstanz: pflanzlich; schmalblättrige Kegelblume, auch Sonnenhut genannt. Verwendet wird die ganze frische Pflanze.

Bewährt bei: allen entzündlichen und fieberhaften Prozessen; stärkt das Immunsystem (auch prophylaktisch) und scheint antibakterielle Eigenschaften zu haben.

Dosierung: **A** (als Prophylaxe: **N**). Nehmen Sie das Mittel nicht länger als maximal sechs Wochen. Ungeeignet ist Echinacea D2 bei einer erwiesenen Allergie gegen Korbblütler oder bei sämtlichen Autoimmunkrankheiten.

Okoubaka (D2) – das Detoxwunder

Ausgangssubstanz: pflanzlich; schwarzafrikanischer Rindenbaum. Verwendet wird die Astrinde des Baumes.

Bewährt bei: Verdauungsstörungen wie Durchfall, Übelkeit und Blähungen durch verdorbene Nahrung; nach Infekten und nach Einnahme von Antibiotika oder wenn Nahrung und fremdes Klima auf Reisen nicht vertragen werden (schon vorbeugend); außerdem zur Sanierung der Darmflora und zur Entgiftung.

Dosierung: **A** (zur Prophylaxe und Langzeitanwendung: **C**).

Sonnenhut stärkt die Abwehrkraft bei Infektionskrankheiten (*links*). Okoubaka sollte in keiner Reiseapotheke fehlen – vor allem bei Fernreisen (*rechts*).



Aconitum (D12) – Akutmittel bei Fieber und Schock

Ausgangssubstanz: pflanzlich; blauer Eisen- oder Sturmhut. Sehr giftig! Aconitum gehört zur Familie der Hahnenfußgewächse. Verwendet wird die ganze Pflanze samt Wurzel.

Bewährt bei: allen akuten oder fieberhaften Erkrankungen, die plötzlich und mit aller Heftigkeit auftreten; Unruhe, Angst; Erkältungen, hohes Fieber; Herzbeschwerden; Schlafstörungen; Nerven- und Kopfschmerzen.

Typische Auslöser der Beschwerden: Kälte, kalter (Ost-)Wind; Schreck, Schock, Unfall.

Typ: sehr ängstlich und ruhelos mit panischer Angst; glaubt, sterben zu müssen (sagt die Todesstunde voraus); extreme Furcht.

Aconitum, der blaue Eisenhut, ist ein wichtiges Akutmittel.

GU-ERFOLGSTIPP WEHRET DEN ANFÄNGEN

Wird das Mittel schon bei den ersten Krankheitsanzeichen wie Frösteln gegeben, vermeidet dies häufig den Ausbruch eines grippalen Infektes (siehe Fallbeispiel 1, Seite 32).

Leitsymptome:

- › Die Beschwerden kommen plötzlich und mit aller Heftigkeit.
- › Plötzliches Frösteln, gefolgt von raschem hohem Fieber mit trockener heißer Haut und hartem schnellen Puls.
- › Die Haut ist heiß und trocken; ein Schweißausbruch senkt das Fieber.
- › Große Unruhe und Angst.
- › Trockener Mund und großer Durst auf kalte Getränke.
- › Das gerötete Gesicht wird beim Aufsetzen blass.
- › Unerträgliche Schmerzen, z. B. bei Neuralgien.
- › Einschlafstörungen durch innere Unruhe, Ärger, Angst oder nach einem Albtraum.
- › Herzklopfen, Herzrasen und Herzrhythmusstörungen mit großer Angst.
- › Plötzlicher trockener, krampfartiger Husten.

Beschwerden schlimmer: um Mitternacht; durch kalten Wind; durch Wärme.

Beschwerden besser: durch frische Luft, durch Aufdecken.

Allium cepa (D6) – wenn die Nase läuft

Ausgangssubstanz: pflanzlich; Küchenzwiebel. Verwendet wird die frische Zwiebel.

Bewährt bei: Heuschnupfen und Erkältung mit Schnupfen, Husten und Ohrenschmerzen.

Typische Auslöser der Beschwerden: Kälte, Wind und Feuchtigkeit.

Hinweis: Allium cepa ist ein schönes Beispiel für das homöopathische Ähnlichkeitsgesetz, denn jedem von Ihnen ist die Wirkung einer frisch geschnittenen Zwiebel bekannt: Die Augen tränen, die Nase läuft, und es kommt zum Niesreiz.

Leitsymptome:

- › Andauernder Niesreiz und Fließschnupfen.
- › Der Schnupfen ist dünnflüssig oder wässrig.
- › Scharfes wund machendes Nasensekret, aber milde Tränen.
- › Die Augen tränen, sind lichtempfindlich, gerötet und brennen.
- › Schnupfen mit Kopfschmerzen an der Stirn.
- › Kratzen und Jucken im Hals.
- › Raue Stimme und hackender, bellender Kitzelhusten.
- › Der Kehlkopf fühlt sich rau und zusammengeschnürt an.
- › Schmerz vom Hals in die Ohren ziehend.
- › Übel riechende Blähungen.

Beschwerden schlimmer: im Warmen oder abends.

Beschwerden besser: an der frischen Luft und im Kühlen.

Hinweis: Allium cepa und Euphrasia (Seite 51) haben beide Fließschnupfen und tränende Augen als Leitsymptome. Allium cepa hat einen scharfen, wund machenden Schnupfen und milde Tränen, Euphrasia einen milden Schnupfen und scharfe, wund machende Tränen.



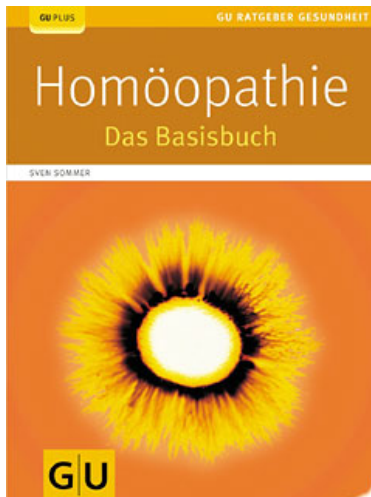
Allium cepa wird aus dem frischen Saft der Speisewiebel gewonnen.

Was Sie beachten müssen

Unter der Rubrik »Beschwerden« finden Sie einen Seitenverweis zu dem Kapitel »Beschwerden von A bis Z«. Dieses enthält neben ausführlichen Beschreibungen der einzelnen Symptome kurze Zusatzinformationen, die Sie unbedingt beachten sollten. Die Spalte »Symptome« informiert Sie stichpunktartig über die wichtigsten Krankheitszeichen des jeweiligen Mittels. Die Rubrik »Mittel« schließlich verweist auf die zu den Symptomen passenden Homöopathika. Hinter dem empfohlenen Mittel finden Sie die geeignete Potenz, das Symbol für den Dosierungsvorschlag und einen Seitenverweis zu dem Kapitel »Die 30 TOP-Mittel«, sofern das Mittel dort aufgeführt ist.

Beschwerden	Symptome	Mittel
Abszess	siehe Eiterungen, Seite 90	
Abwehrschwäche, Seite 83	allgemein bewährt	Echinacea D2 A , Seite 37
	zu heiß im Bett; unreine Haut; rote Körperöffnungen; nach Antibiotika	Sulfur D12 N , Seite 67
	selbst im Bett zu kalt; verfroren	Silicea D12 N , Seite 66
	müde; blass; errötet schnell	Ferrum phosphoricum D12 N , Seite 52
	Hände und Füße kalt; schweißige Haut; Warzen	Thuja D12 C
Allergie, Seite 83	allgemein bewährt	Apis D12 A , Seite 40
	allergische Hautreaktionen	Cardiospermum D2 A
Ängste, Panik, Seite 84	Akutmittel bei plötzlicher Angst und Panik; mit Sterbens- angst und Herzrasen	Aconitum D12 A , Seite 38
	bevorstehende Ereignisse wie Prüfung oder Vorstellungsgespräch; hektisch	Argentum nitricum D12 N , Seite 41
	nervöses Lampenfieber; zittrig; wie gelähmt; Gefühl, das Herz bleibe stehen	Gelsemium D12 N , Seite 53
	nachts, mit Unruhe, muss aufstehen und umhergehen; fühlt sich kalt und krank	Arsenicum album D12 N , Seite 43
	sehr schreckhaft; eingebildete Ängste; kann ohne Licht nicht schlafen	Phosphorus D12 N , Seite 63
Augenbindehaut- entzündung, Seite 85	allgemein bewährt; auch bei allergischer Reaktion	Euphrasia D6 A , Seite 51
	plötzliche Schmerzen; durch Fremdkörper und Kälte; Augen trocken und heiß	Aconitum D12 A , Seite 38
	knallrot; extrem lichtempfindlich; pochende Empfindungen; durch Zugluft; Sonne	Belladonna D12 A , Seite 44

Beschwerden	Symptome	Mittel
	hellrot; Lider geschwollen; stechende Schmerzen; Jucken; allergische Reaktion	Apis D12 A , Seite 40
	reichlich dicker, milder, gelber Tränenfluss	Pulsatilla D12 N , Seite 64
Augenverletzungen, Seite 85	anfänglicher Schock und heftigste Schmerzen	Aconitum D12 S , Seite 38
	Verletzungen aller Art	Arnica D12 A , Seite 42
	Reizung des Auges	Euphrasia D6 A , Seite 51
	blaues Auge	Ledum D12 A im Wechsel mit Symphytum D6 A
	kalte Schwellung besser durch kalte Kompresse	Ledum D12 A
Augen, Überanstrengung der, Seite 86	allgemein bewährt	Ruta D6 N im Wechsel mit Euphrasia D6 N , Seite 51
Bauchschmerzen und Koliken, Seite 86	Zusammenkrümmen und fester Druck bessern	Colocyntis D12 A , Seite 49
	Zusammenkrümmen und Reiben bessern	Magnesium phosphoricum D12 A , Seite 60
	sehr druck- und erschütterungsempfindlich	Belladonna D12 A , Seite 44
	mit Verstopfung	Nux vomica D12 A , Seite 62
Blähungen, Seite 87	im Oberbauch; starkes Verlangen nach frischer Luft; Schwäche; Aufstoßen erleichtert	Carbo vegetabilis D12 N
	im Unterbauch; viel Rumpeln und Kollern; Enges um den Bauch ist unerträglich	Lycopodium D12 N , Seite 59
	der ganze Bauch ist aufgetrieben; übel riechend; Aufstoßen erleichtert nicht	China D6 N
	mit Verstopfung und krampfartigen Schmerzen; nach Völlerei oder Alkohol	Nux vomica D12 N , Seite 62
	aufgetriebener Bauch nach Süßigkeiten; »platzt«	Argentum nitricum D12 N , Seite 41
	übel riechend; Wechsel von Durchfall und Verstopfung; nach Antibiotika	Sulfur D12 N , Seite 67
Blähungs- und Nabelkoliken, Seite 88	besser durch Wärme, Reiben und sanfte Massage	Magnesium phosphoricum D12 S , Seite 60
	zieht die Beine an; gereizt; Bauchlage bessert	Colocyntis D12 A , Seite 49
	sehr ärgerlich und gereizt; will getragen werden	Chamomilla D12 S , Seite 48
	nach Kummer, Bestrafung, Liebesentzug	Ignatia D12 A , Seite 56
Blasenentzündung, Harnwegsbeschwerden, Seite 88	Hauptmittel; brennende Schmerzen vor, während und nach dem Wasserlassen; andauernder Harndrang	Cantharis D12 A , Seite 47
	stechende Schmerzen; Gefühl, nicht fertig zu sein	Apis D12 A , Seite 40
	plötzliche krampfartige Schmerzen; sehr empfindlich auf Druck und Erschütterung; hohes Fieber	Belladonna D12 A , Seite 44



Sven Sommer

[Homöopathie - Das Basisbuch](#)

128 Seiten, kart.
erschienen 2011



bestellen

Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de