

Haschenburger / Stratmann Arista - Naturheilkunde Kompakt

Leseprobe

[Arista - Naturheilkunde Kompakt](#)

von [Haschenburger / Stratmann](#)

Herausgeber: Narayana Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b18013>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@narayana-verlag.de

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

[Narayana Verlag](#) ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie [Rosina Sonnenschmidt](#), [Rajan Sankaran](#), [George Vithoulkas](#), [Douglas M. Borland](#), [Jan Scholten](#), [Frans Kusse](#), [Massimo Mangialavori](#), [Kate Birch](#), [Vaikunthanath Das Kaviraj](#), [Sandra Perko](#), [Ulrich Welte](#), [Patricia Le Roux](#), [Samuel Hahnemann](#), [Mohinder Singh Jus](#), [Dinesh Chauhan](#).

[Narayana Verlag](#) veranstaltet [Homöopathie Seminare](#). Weltweit bekannte Referenten wie [Rosina Sonnenschmidt](#), [Massimo Mangialavori](#), [Jan Scholten](#), [Rajan Sankaran](#) & [Louis Klein](#) begeistern bis zu 300 Teilnehmer

Inhaltsverzeichnis

Vorwort zur 6. überarbeiteten Auflage.....	5
Vorwort.....	6
Beschwerden von A-Z.....	8
Asthma	8
Augenbeschwerden	10
Bronchitis.....	12
Darmbeschwerden	14
Erkältung.....	19
Gelenkbeschwerden	23
Gynäkologische Probleme	25
Halsschmerzen	30
Harnwegsinfekt.....	32
Hautprobleme.....	34
Herz-Kreislauf-Probleme	38
Heuschnupfen	40
Kopfschmerzen.....	42
Leber- und Gallebeschwerden.....	45
Magenbeschwerden.....	46
Ohrenschmerzen.....	48
Rückenbeschwerden.....	49
Schlafstörungen.....	50
Übelkeit, auch Reisekrankheit.....	51
Varizen.....	52
Verletzungen	54
Zähne und Zahnfleisch	56
Anhang.....	58
Kontakt mit den Autorinnen	63
Akupressur	64
Sachregister	70
Impressum	72

Vorwort

Auf den folgenden Seiten haben wir verschiedene nicht-homöopathische Behandlungsmethoden dargestellt.

Nicht immer ist die Gabe eines homöopathischen Arzneimittels bei interkurrenten Erkrankungen angezeigt.

Gerade bei einer Langzeitbehandlung zeigt sich, dass in einigen Fällen dem chronischen Mittel nicht ausreichend Zeit gelassen wird, seine Wirkung zu entfalten. Bei Patienten mit seit Jahren bestehenden Beschwerden ist auch nicht in jedem Fall eine sofortige und vollständige Besserung der körperlichen Symptome zu erwarten. Wir weisen in diesem Zusammenhang nur auf die Schwierigkeit der Behandlung der Neurodermitis und des Asthmas hin.

Auch wenn Sie noch nicht sicher sind, welches homöopathische Arzneimittel Sie verabreichen wollen, kann es sinnvoll sein, zunächst diese naturheilkundlichen Möglichkeiten anzuwenden.

Die erste Fassung wurde von den Ärzten und Ärztinnen des August-Weihe-Institutes für homöopathische Medizin in Detmold erstellt.

Das nun vorliegende Buch ist eine Erweiterung und Überarbeitung, erhebt aber keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Es bleibt dem Behandelnden überlassen, das zum Patienten passende Heilmittel zu verordnen.

Die Mittel wurden von uns gemeinsam zusammengetragen. Auf einige Mittel haben uns auch Kollegen und Patienten hingewiesen, wofür wir sehr dankbar sind.

Wir weisen darauf hin, dass es nicht sinnvoll ist, sehr viele Heilmittel auf einmal zu verordnen. Auch sollten Phytotherapeutika nicht über mehrere Wochen eingenommen werden.

Die aufgeführten Ratschläge sind nur als Anregungen gedacht. Die Entscheidung liegt letztendlich in der Hand des verantwortlichen Behandlers.

Bei den vorliegenden Hilfsmitteln haben wir bisher keine Störung der homöopathischen Behandlung festgestellt. Hilfsmittel, über deren Störungsmöglichkeit wir uns nicht sicher waren, haben wir in [Klammern] gesetzt.

Die Arbeit an diesem Buch hat uns inspiriert und viel Spaß gemacht. Wir freuen uns über weitere Anregungen von Ihnen!

Wir wünschen Ihnen und Ihren Patienten viel Erfolg beim Einsatz der Hilfsmittel.

Köln, März 2001

*Karin Haschenburger
Friederike Stratmann*

Gelenksbeschwerden

Über längere Zeit anzuwenden

- Patienten dazu anhalten, viel Flüssigkeit zu sich zu nehmen
- Heißes Wasser, 5-10 min. gekocht, stündlich ein Glas trinken, unter Umständen über mehrere Wochen, evtl. auch über Nacht trinken, bis die Beschwerden nachlassen.
- Viel Sellerie essen
- Viel Hirse essen, unterstützt die Regeneration des Gelenkknorpels
- Mindestens 20 Kirschen täglich essen. Der Kirschfarbstoff enthält Anthocyane, die die entzündlichen Enzyme blockieren.
- Grünlippmuschelextrakt, mindestens zwei Monate einnehmen
- Ingwer, 50 g leicht gekocht, täglich zu sich nehmen
- Entsäuern (s. Anhang), Basenbäder
- Kartoffeldiät, Molkefasten, Heilfasten
- Löwenzahnsaft trinken oder CERES Taraxacum Ø, 1-3 × tägl. 2-5 Tr. einnehmen
- Brennesselsaft trinken oder CERES Urtica dioica Ø, 3 × 3 Tr. einnehmen oder Natu-lind® 600 Tabletten
- Birkenelixier (Weleda) oder CERES Betula folium Ø, 1-3 × tägl. 2-5 Tr. einnehmen
- Ansteigendes Fußbad (s. Anhang)
- Öfters in die Sauna gehen

Akute Beschwerden

Allgemein

- Ansteigendes Vollbad (cave Kreislaufbelastung!)
- Heublumenbad: 500 g Heublumen auf 3 L Wasser geben, kurz aufkochen lassen, 30 min. ziehen lassen, im Vollbad 15 min. bei ca. 38 °C mit diesem Zusatz baden.

Lokal

- Heilerde (z. B. von Luvos) äußerlich oder Schweizer Heilgestein Aion A
- Quark- oder Lehmauflage
- Essigwickel

- Breiumschlag mit schwarzem Senfmehl: ca. 100 g in warmem Wasser angerührt, nur kurz anwenden, cave Hautreizung!
- Umschläge mit Weißkohl- oder Wirsingblättern, deren wirksamer Saft durch Rollen z. B. mit einem Nudelholz freigesetzt wird.
- Heidekrautumschläge: Genügend Sprossspitzen in einen Topf geben, mit etwas Wasser 2 min. köcheln lassen. Ausdrücken, betroffene Stelle mit etwas Öl einreiben. Die warmen Sprossspitzen auflegen, mit Mullbinde fixieren.
- Umschlag mit frischem geriebenem Meerrettich, cave Hautreizung!
- Heublumensack
- Retterspitz®- Auflagen
- Einreibungen mit
 - > Ingwer: frischen Ingwer reiben, durch ein Tuch pressen und vom reichlich austretenden Ingwersaft je ein Teil mit fünf Teilen Sesamöl mischen.
 - > Angelikaöl (*Oleum angelicae*)
 - > Birken-Rheumaöl mit oder ohne Arnika (z. B. von Wala)
 - > Bucheckernöl (Bioladen) erwärmt als Wickel um das Gelenk
 - > Johanniskrautöl (*Oleum hyperici*)
 - > Symphytum (z. B. Symphytum-Salbe von Weleda) oder Kytta-Salbe
 - > Harpagophytum Salbe
 - > Enzym-Wied® Creme

Orale Einnahme

- Weidenrindentee (*Salicis cortex*), (enthält Salicin, nicht für Schwangere), 2 × 1 Tasse als Abkochung (s. Anhang) oder z. B. Assalix Dragee
- Mädesüßtee (*Spiraeae flos*), (enthält Salicin, nicht für Schwangere), 1 EL pro Tasse als Abkochung (s. Anhang)
- Phytodolor® Tinktur, enthält Zitterpappelrinde und -blätter, Goldrute und Eschenrinde
- Bitterklee (*Menyanthes trifoliata* Ø): 3 × 3 Tr. einnehmen (cave Magenreizung!)
- Harpagophytum Ø, 3 × 5 Tr.
- Enzymgabe (z. B. Phlogenzym® oder Enzym-Wied® N)
- Vitamin-E-Gaben, anfangs über zwei Wochen hochdosiert geben, dann mit normaler Dosierung fortfahren

Rückenbeschwerden

Allgemein

Bewegungstherapie nach Alexander, Alta major, Atemtherapie, Feldenkrais, Heileurythmie, Rolfing, Cantienica-Methode, Bioenergetik oder Yoga (s. Anhang), gute osteopathische und chiropraktische Behandlung

- Gute physikalische Therapie (Massage, Krankengymnastik)
- Rotlicht
- Feuchte Wärme (z. B. feuchter Wickel)
- Packung mit warmen gekochten Kartoffeln
- Heiße Leinsamenpackung (s. Anhang)
- Ingwerwickel: Einen gehäufteten EL frisch geriebenen Ingwer mit einer großen Tasse fast kochendem Wasser aufgießen, eingetauchtes, gut ausgepresstes Wickeltuch auf ein trockenes Handtuch ins Bett legen. Mit den schmerzenden Stellen darauf legen und gut zudecken.
- Heublumensack
- Wärmeumschlag (z. B. Thermacare®)
- Lehm packungen oder Heilerde packungen
- [Hansaplast Med ABC Wärme Pflaster Sensitiv]
- Capsamol® Salbe
- Moorbäder
- Ansteigendes Fußbad (s. Anhang)

Oral

- Bei Nervenschmerzen CERES Hypericum Ø, 1-3× tägl. 1-5 Tr. einnehmen
- Magnesiumpräparate (z. B. von Verla)
- Vitamin E-Gabe
- Phytodolor® Tinktur, enthält Zitterpappelrinde und -blätter, Goldrute und Eschenrinde



Haschenburger / Stratmann

[Arista - Naturheilkunde Kompakt](#)
auch für Homöopathen

80 Seiten, kart.
erschienen 2015



bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder
Lebensweise www.narayana-verlag.de