



Informationsblatt für Patientinnen und Patienten

Einnahme / Aufbewahrung von homöopathischen Mitteln

- Bitte berühren Sie homöopathische Mittel nicht mit der Hand.
- Homöopathische Mittel sollten nicht in der Nähe von Parfüm oder anderen stark riechenden Substanzen aufbewahrt werden.
- Vor/nach der Mitteleinnahme weder die Zähne putzen noch den Mund spülen. Keinen Mundspray benutzen oder Kaugummi kauen (Menthol etc. stört).
- Während 30 Minuten vor und nach der Mitteleinnahme sollten Sie nichts essen oder trinken.
- Verzichten Sie auf die Anwendung von Kampfer (kampferhaltige Salben oder Öle, usw.), da Kampfer die Wirkung fast jeden homöopathischen Mittels aufhebt. Auch ätherische Öle, Pfefferminz- und Kamillentee können die Wirkung von homöopathischen Mitteln abschwächen.
- Der regelmässige Konsum von Kaffee schwächt die Wirkung der homöopathischen Mittel ab. Bei gewissen Mitteln hebt sogar schon eine einzige Tasse Kaffee die Wirkung ganz auf. Als Ersatz können Sie Getreidekaffee verwenden. Falls Sie gar keinen Kaffee trinken dürfen, wird Ihnen Ihre Therapeutin dies mitteilen.

Heilreaktionen

Nach der Einnahme eines homöopathischen Mittels kommt es häufig – besonders bei der Behandlung chronischer Leiden – zu einer vorübergehenden Verstärkung der körperlichen Beschwerden, oder es treten alte Symptome wieder auf. Diese sogenannte **Erstreaktion oder Erstverschlimmerung ist positiv zu werten**: Das Mittel hat die Lebenskraft stimuliert, und der Organismus wird zur Selbstheilung angeregt.

Grundsätzlich können Symptome alter Krankheiten, an denen Sie Jahre zuvor gelitten haben, wieder auftreten, d.h. diese Erkrankungen wurden nur scheinbar geheilt, in Wahrheit aber unterdrückt. Mit dem homöopathischen Mittel können sie definitiv geheilt werden.

Darüber hinaus können bei einer Erstverschlimmerung weitere Symptome auftreten. Dazu einige Beispiele:

- Man ist für einige Zeit ärgerlich, sehr impulsiv oder weinerlich, hat die eigenen Emotionen nicht unter Kontrolle.
- Man muss mehr und häufiger urinieren.
- Man schwitzt für einige Zeit stärker.
- Ein bestehender Hautausschlag wird für einige Zeit stärker.
- Das Asthma bessert sich, aber es erscheint ein Hautausschlag (ein sehr gutes Zeichen!).
- Eine Erkältung, Nebenhöhlenentzündung oder Mittelohrentzündung bricht nochmals aus.
- Man bekommt Durchfall oder Erbrechen.
- Man bekommt Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, Gliederschmerzen.

Bitte nehmen Sie während der Erstverschlimmerung **keine anderen zusätzlichen Medikamente – auch keine homöopathischen Mittel** – bevor Sie nicht Rücksprache mit Ihrer Therapeutin genommen haben. Allgemein sollten Sie während der ganzen Zeit der Behandlung keine anderen homöopathischen Mittel ohne Wissen Ihrer Therapeutin einnehmen. Viele homöopathischen Mittel sind untereinander nicht verträglich und können sich gegenseitig in der Wirkung aufheben.

Es braucht etwas Geduld, diese Heilreaktionen durchzustehen, aber nachher werden Sie sich leichter und gestärkter fühlen und der Heilungsprozess schreitet voran.

Einige praktische Tipps

Hautprobleme: Sie können Mandel- oder Kokosnussöl zur Linderung anwenden. Trockene Haut bitte vor und nach dem Waschen einölen.

Hohes Fieber: Sie können, sofern die Extremitäten warm sind, kühlende Wickel anlegen.

Blasenentzündung: Trinken Sie viel Wasser und Kräutertee und über den Tag verteilt etwa drei Gläser Preiselbeersaft. Nieren- und Harnblasengegend müssen warmgehalten werden.

Nasen-/Halsprobleme: Sie können mit Meersalzwasser spülen oder gurgeln.

Stirnhöhlenkatarrh: Wasserdampf mit Meersalz inhalieren.

Katarrh: Allgemein bei Katarrh (Schnupfen, Angina, Mittelohrentzündung, Erkältung usw.) nur leichte Nahrung zu sich nehmen. Keine schweren, fettigen Speisen. Auf Schokolade, Bananen und Milchprodukte verzichten, da diese Nahrungsmittel die Schleimproduktion im Körper erhöhen.

Schmerzhafte Stellen: Sie können kalte oder warme Umschläge machen – ganz nach Ihren Bedürfnissen.

Der Heilungsprozess

Wie rasch der Heilungsprozess verläuft, ist individuell. Viele Faktoren spielen dabei eine Rolle, so zum Beispiel das Alter, die Lebensweise und Lebensumstände des Patienten, der Schweregrad der Krankheit, wie lange die Beschwerden schon bestehen, welche und wie viele Medikamente der Patient einnimmt, wie viele Therapien er schon hinter sich hat und die erbliche Veranlagung.

Der Heilungsablauf untersteht jedoch gewissen Regeln, so wie sie von Konstantin Hering, einem deutschen Homöopathen, postuliert wurden. Die Heilung verläuft...

von innen nach aussen und von wichtigen zu weniger wichtigen Organen: Zuerst wird sich der Patient psychisch besser fühlen, dann werden die lebenswichtigen Organe (Herz, Lunge, Niere, usw.) und zuletzt die übrigen Körperteile (Gelenke, Haut, usw.) geheilt. Leidet der Patient an mehreren Beschwerden, werden auch diese nach dem gleichen Prinzip geheilt. So wird z.B. Asthma vor einer Hautkrankheit verschwinden bzw. geheilt werden.

von oben nach unten: So werden z.B. bei Schmerzen an mehreren Gelenken zuerst Nacken und Schulter besser, dann folgt Hüfte, Knie und zuletzt die Füße.

in umgekehrter Reihenfolge: Es verschwinden diejenigen Symptome zuerst, die zuletzt aufgetreten sind.