

## Homöopathie verstehen

### **Geschichte / Wirkungsprinzip**

Der Begriff Homöopathie leitet sich von den altgriechischen Wörtern homoios = ähnlich und pathos = Leiden ab. Die Homöopathie ist eine über 200 Jahre alte Wissenschaft. Sie wurde vom deutschen Arzt Samuel Hahnemann entdeckt und etabliert. Die Homöopathie ist eine eigenständige Heilmethode mit eigenen Gesetzen.

Der wichtigste Grundsatz lautet: **Similia similibus curentur**. Auf deutsch: Ähnliches möge mit Ähnlichem geheilt werden. D.h. eine Krankheit wird mit einer homöopathischen Substanz behandelt, die dem gesunden Menschen verabreicht, ähnliches Leiden hervorruft wie diese Krankheit.

Zur Erläuterung dieser Regel ein Beispiel: Wenn Sie frische Zwiebeln schneiden, werden Sie - je nach individueller Empfindlichkeit - Tränenfluss, Augenjucken, Augenbrennen, Kitzeln der Nase, Niesreiz sowie einwässriges, scharfes, wundmachendes Nasensekret entwickeln. Wenn nun ein Patient an einem Schnupfen erkrankt ist und obige Symptome aufweist, wird ihm das homöopathische Arzneimittel Allium cepa (Küchenzwiebel) rasch helfen.

In der klassischen Homöopathie bekommt der Patient jeweils nur eine einzige homöopathische Substanz. Die Wiederholung des Mittels wird auf ein Minimum beschränkt. Oft ist der Patient erstaunt, wie wenig Medikamente er bekommt. Die Regel der minimalen Dosis ist jedoch sehr wichtig. Mit dem homöopathischen Mittel wird der Organismus angeregt, sich selbst zu heilen. Wiederholt man die Mittelgabe zu häufig, wird der harmonische Heilungsablauf gestört.

Homöopathie ist eine sanfte und dabei tiefgreifende Regulationstherapie, die mit Hilfe eines sorgfältig ausgewählten Heilmittels die körpereigenen Heilkräfte anregen und steuern kann.

### **Lebenskraft**

Die Homöopathie geht davon aus, dass die Lebenskraft (nichtstoffliches Ordnungsprinzip) die Lebensvorgänge des Organismus steuert und harmonisiert. Eine intakte Lebenskraft schützt uns vor Krankheit und verleiht uns Immunität. Ist die Lebenskraft geschwächt, wird der Mensch krank. Folglich sind Krankheiten nur der Ausdruck einer Disharmonie der Lebenskraft. Sie sind das Zeichen, dass der Organismus Unterstützung braucht. Die Erfahrung zeigt, dass die Unterdrückung der Krankheitssymptome durch starke Medikamente den Heilungsprozess hemmt und oft zu einer Vertiefung der Krankheit führt. Im Gegensatz dazu wird in der Homöopathie der Grund der Erkrankung gesucht und mit dem entsprechenden homöopathischen Mittel die Lebenskraft nachhaltig gestärkt. Die Selbstheilungskräfte des Patienten werden angeregt und der Mensch wird unterstützt, sich selbst zu heilen.

### **Individualität**

Jeder Mensch ist ein einzigartiges Wesen. In der Homöopathie wird deshalb jeder Patient als individuelle Persönlichkeit betrachtet, d.h. wenn zwei Personen an derselben Krankheit leiden, können diese aufgrund der individuellen Symptomatik ein unterschiedliches Mittel erhalten. Um das richtige Mittel zu finden, ist deshalb eine ausführliche Fallaufnahme unerlässlich. Dabei ist für den Homöopathen wichtig, wie sich die betreffende Krankheit äußert, z.B. bei Gelenkproblemen: Taubheitsgefühl, Kribbeln, Hitze im Gelenk, Verkürzungsgefühl etc.

Auch die Umstände, unter denen seine Beschwerden sich verbessern oder verschlechtern, sind von Bedeutung (Kälte, Wärme, Druck, Essen etc.). Der Charakter des Patienten, z.B. scheu, aufbrausend, introvertiert, vorangegangene Gesundheitsstörungen, Krankheiten in der Familie und andere Details liefern ebenfalls wertvolle Hinweise.

Aufgrund all dieser Informationen kann der Homöopath ein individuell abgestimmtes Heilmittel verordnen. Je präziser der Patient seine Beschwerden schildern kann, desto besser kann der Homöopath das angezeigte Mittel finden.

### **Homöopathische Mittel**

In der Homöopathie werden pflanzliche, mineralische, tierische und mikrobiologische Stoffe als Ausgangssubstanzen verwendet. Diese werden nach exakten Vorgaben stufenweise verdünnt (Potenzierung). Durch diesen Herstellungsprozess wird die volle Heilkraft der Substanz freigesetzt.

## **Unterdrückungen**

Bei einer Erkrankung versucht die Selbstheilungskraft durch entlastende Wege über den Körper und die Ausscheidungsorgane das Gleichgewicht wieder herzustellen. Werden nun diese Ausscheidungs- und Reinigungsvorgänge wie Hautausschläge, Durchfälle, Erbrechen, Schweissausbrüche, Fieber, Nasenausfluss, Auswurf etc. mit Medikamenten unterdrückt, kann sich aus einer akuten Erkrankung eine chronische entwickeln. Die Lebenskraft wurde daran gehindert, die Krankheit an die Oberfläche des Körpers zu bringen. Somit kann der Organismus nicht gesunden und die Krankheit kann wieder erscheinen oder in tiefere Schichten gehen.

Unter Unterdrückung versteht man, wenn eine Krankheit rein symptomatisch behandelt wird, ohne deren Ursache zu berücksichtigen.

## **Behandlungsmöglichkeiten**

Homöopathie eignet sich für Erwachsene und für Kinder. Es können akute sowie chronische, körperliche als auch seelische Erkrankungen behandelt werden.

Wie jede Behandlungsform hat auch die Homöopathie ihre Grenzen, beispielsweise Chirurgische Eingriffe sind unumgänglich oder unheilbare Krankheiten bestehen. Homöopathie kann begleitend trotzdem angewendet werden.

## **Behandlungsablauf**

### *Vor der Behandlung*

Vor der ersten Konsultation erhält der Patient einen **Fragebogen** (PDF Formular „Fragebogen für Erstanamnese“), auf dem seine eigene Krankheitsbiographie und die der Verwandtschaft aufgelistet werden sollen. Nicht nur die gegenwärtige Verfassung ist von Bedeutung, sondern die gesamte Geschichte von der Kindheit bis zum heutigen Zeitpunkt. Zudem wird eine **Kopie des Impfausweises, die Versichertenkarte der Krankenkasse** sowie eine **Passfoto** benötigt.

### *Aufnahmegespräch*

Die Behandlung beginnt mit einer ersten Fallaufnahme. Dieses Gespräch dauert in der Regel 1 – 1 1/2 Stunden. Ziel ist es, den Patienten mit seiner Gesamtheit zu erfassen. Es werden einerseits die aktuellen Beschwerden genau aufgenommen, sowie sind weitere Angaben über Körper und Psyche wichtig. Nach dem Gespräch wird die Fallaufnahme mittels Repertorisation und Literaturstudium ausgewertet und das passende Mittel gefunden. Die Dosierung und Verabreichungsform (Globulis oder Tropfen) des Mittels wird individuell angepasst.

### *Folgekonsultation*

Die Häufigkeit der Folgekonsultationen richtet sich nach der Erkrankung des Patienten und verabreichter Potenz. Bei chronischen Beschwerden wird etwa nach 2-3 Monaten ein Gespräch stattfinden. Bei akuten Erkrankungen ist der Kontakt wesentlich häufiger. Bei Bedarf sind zwischendurch telefonische Konsultationen nötig.

Es ist wichtig, dass sich der Patient in der Zwischenzeit gut beobachtet und möglichst umfassend berichten kann.

Die Dauer der Behandlung ist individuell und hängt u.a. davon ab, wie lange die Erkrankung schon besteht.

Alle Patientendaten unterstehen der Schweigepflicht.

## **Einnahme der homöopathischen Mittel**

Bei der Einnahme der homöopathischen Mittel sollten folgende Punkte beachtet werden:

- Die Medikamente nicht mit der Hand berühren, für die Einnahme von Tropfenmischungen ist ein Plastiklöffel zu verwenden.
- Homöopathische Mittel nur in völlig sauberem Mund zergehen lassen, 1/2 Stunde vor und nach der Einnahme des Mittels nicht essen, trinken, rauchen oder die Zähne putzen.
- Aufbewahrung von homöopathischen Mitteln entfernt von stark riechenden Substanzen, nicht starker Hitze oder Sonnenbestrahlung aussetzen.
- Unbedingt auf die Anwendungen mit Kampfer oder ätherischen Ölen (z.B. Dul-x, Vicks, Pulmex, Migränestifte, Teebaumöl etc.) verzichten. Auch niemanden damit einreiben. Diese Mittel können die Wirkung der homöopathischen Arzneimittel aufheben oder erheblich schwächen.

## **Homöopathische Heilreaktionen**

Während der Therapie, v.a. bei chronischen Leiden, können sich die Beschwerden vorübergehend verstärken oder alte Symptome von früher erneut auftreten. Auch im psychischen Bereich sind Reaktionen möglich. Sie äussern sich mit verstärkten Emotionen. Die auftretenden Beschwerden sind unter Umständen für den Patienten schwer zu verstehen. Diese Heilreaktionen sind jedoch als positive Zeichen anzusehen. Der Organismus hat auf das homöopathische Arzneimittel gut reagiert und ist dabei, sich zu heilen. Es ist wichtig, dass der natürliche Heilungsverlauf nicht durch Medikamente oder homöopathische Mittel gestört und unterdrückt wird.

Wichtige vom Arzt verordnete Medikamente sind selbstverständlich wie gewohnt weiter einzunehmen, ein abruptes Absetzen wäre zu gefährlich.

Bei jedem Patienten ist der Ablauf der Heilreaktion individuell. Hier ein paar Beispiele:

- ärgerlich, gereizt, weinerlich
- intensive Träume, starker Nachtschweiss
- Müdigkeit
- Menstruation verstärkt, Zyklus verändert
- Durchfall, Erbrechen
- Hautausschlag verstärkt, Juckreiz
- Kopf-, Rücken-, Gelenkschmerzen
- Alte Symptome treten für kurze Zeit wieder auf

## **Der Heilungsablauf**

Die Heilung verläuft nach bestimmten Gesetzmässigkeiten:

Von oben nach unten: z.B. bei Patienten mit Gelenkproblemen verschwinden zuerst die Schulterschmerzen, nachher die Hüft-, am Schluss die Knieschmerzen.

Von innen nach aussen: Die Heilung erfolgt vom Zentrum zur Peripherie. Das Gemüt als „Innerstes“ eines Menschen bessert sich zuerst. Anschliessend folgen die lebenswichtigen Organe wie Herz, Niere, Lunge. Am Schluss verschwinden die Gelenk- und Hautbeschwerden.

In umgekehrter Reihenfolge des Entstehens: Krankheiten, die erst kürzlich aufgetreten sind, werden zuerst geheilt. Am Schluss verschwinden die Krankheiten, die man am längsten hat.

## **Empfohlene Literatur**

- H. Grollmann, Urs Maurer: Klassische Homöopathie verstehen, Groma Verlag, Baar
- Dr. Friedrich P. Graf: Die Impfanscheidung, Sprangrader Verlag
- Brigitte Kurath: Natürliche Heilmittel
- J. Egli, J. Emmenegger: Förderung der Eigenheilkräfte – Gesundheits- und Krankenpflege mit natürlichen Anwendungen für Gross und Klein