

# Homöopathische Reise- und Notfallapotheke

Homöopathischer Verein e.V.  
Weingarten/Baden

*11.06.2018*

*Referent: Jürgen Braun*

## INHALTSVERZEICHNIS

1. Allgemeines .....	3
1 a. Die Säulen homöopathischen Behandlung .....	3
1 b. Die Lebenskraft .....	3
1 c. Die Dosierungsfaustregeln.....	4
1 d. Wann darf ich eine Reaktion erwarten? .....	4
2. Reiseübelkeit.....	4
Homöopathische Arzneimittel zur Behandlung von Reiseübelkeit ...	4
3. Flugangst.....	5
4. Jetlag .....	6
5. Folgen von Übermäßiger Sonne und Hitze .....	6
5.a Sonnenbrand .....	6
5.b Sonnenallergie .....	6
5.c Sonnenstich .....	7
5.d Übersicht Sonnenstich .....	7
5.e Arzneimittel zur Behandlung von Sonnenstich.....	8
6. Folgen von Insektenstichen .....	8
6.a Übersicht Insektenstiche .....	9
6.b Arzneimittel zur Behandlung von Insektenstiche .....	9
7. Reisedurchfall .....	10
7.a Die homöopathische Behandlung des Durchfalls .....	10
7.b Übersicht Durchfall .....	11
7.c Arzneimittel zur Behandlung von Durchfallerkrankungen .....	11
8. Übersicht Verletzungsmittel .....	13
Buchempfehlungen .....	14

# 1. Allgemeines

## 1 a. Die Säulen homöopathischen Behandlung

### Das Ähnlichkeitsprinzip

Der Mensch ist eine **Einheit aus Körper-Seele-Geist**. **Der Mensch wird ganzheitlich betrachtet**. Jede Gelenkentzündung ist nicht nur eine Geschichte eines Gelenks sondern des ganzen Menschen.

Jeder Krankheitsfall jeder Mensch ist **individuell**.

Wir geben **nur ein Arzneimittel** zur gleichen Zeit.

## 1 b. Die Lebenskraft

Die Lebenskraft sorgt für unsere Gesundheit

Im gesunden Zustand des Menschen waltet die geistartige, als Dynamis den materiellen Körper belebende Lebenskraft uneingeschränkt, und hält alle Teile des Körpers in bewunderswürdig harmonischen Lebensgange in Gefühlen und Tätigkeiten, so dass unser innewohnende, vernünftige Geist sich dieses lebendigen, gesunden Werkzeugs frei zu dem höheren Zwecke unseres Daseins bedienen kann..“

### §9 Organon der Heilkunst, S. Hahnemann

Krankheit ist Schwächung der Lebenskraft

Wenn der Mensch erkrankt, so ist ursprünglich nur diese geistartige, in seinem Organism überall anwesende, selbstthätige (automatische) Lebenskraft durch den dem Leben feindlichen, dynamischen Einfluss eines krankmachenden Agens auf sie verstimmt; nur die zu einer solchen Innormalität verstimnte Lebenskraft kann dem Organism die widrigen Empfindungen verleihen und ihn zu den regelwidrigen Thätigkeiten bestimmen, die wir Krankheit nennen, denn sie, als an sich unsichtbare und bloss in ihren Wirkungen im Organism erkennbare Kraft giebt ihre krankhafte Verstimmung einzig nur durch Aeusserung von Krankheit in den Gefühlen und Thätigkeiten der den Sinnen des Beobachters und Heilkünstlers zugekehrten Seite des Organisms, durch Krankheits-Symptome zu erkennen und kann sie nicht anders zu erkennen geben.

### § 11 Organon der Heilkunst, S. Hahnemann

## Homöopathie ist Aktivierung der Selbstheilungskräfte

Wir Homöopathen glauben, dass der Organismus das Wissen um die Gesundung hat, wir aktivieren die Lebenskraft, richten die „verstimnte“ Lebenskraft neu aus. Die gesunde Lebenskraft leitet alle biochemischen Prozesse ein, um die Gesundung herzustellen.

## 1 c. Die Dosierungsfaustregeln

### Welche Potenz?

- Je heftiger, akuter, psychischer die Krankheit desto höher die Potenz.
- **Einsteiger sollten vorzugsweise die D 12, C 12**, bei zunehmender Erfahrung auch C 30 verwenden. Bei Arnica evtl. auch C 200
- **KEINE WIEDERHOLUNG WÄHREND DER BESSERUNG**
- Schlaf, psychische und physische Besserung, evtl. Erbrechen und das Fließen von Ausscheidungen nach vorheriger Verstopfung gelten als Besserung des Zustandes.
- Wenn nach 3 Arzneygaben (in der C 30) keine Reaktion zu erkennen ist, ist davon auszugehen, dass es das falsche Mittel war.
- **Weiteres Wiederholen macht keinen Sinn.**

## 1 d. Wann darf ich eine Reaktion erwarten?

- Eine ganz grobe Richtlinie ist die Regel 1:10.
- Es sollte sich beim richtigen Mittel ca. innerhalb einem 10tel der Beschwerdezeit eine Besserung einstellen.
- Dauert die Beschwerde 10 Stunden an, dann erwarten wir mit dem richtigen Mittel ca. innerhalb einer Stunde eine Reaktion.
- Dauert die Beschwerde 10 Tage an, dann erwarten wir mit dem richtigen Mittel innerhalb eines Tages eine deutliche Besserung.

## 2. Reiseübelkeit

### Homöopathische Arzneimittel zur Behandlung von Reiseübelkeit

#### Cocculus indicus

- **Benommenheit wie Betäubt**, Langsamkeit, Nachdenken und Antworten dauert lange, Abneigung, gestört zu werden
- Abneigung gegen Essen, Übelkeit bei Anblick von Speisen, Erbrechen mit starkem Speichelfluss, zu schwach um den Kopf aufrecht zu halten, zu stehen oder gar zu sprechen, spinale Schwäche, Muskelschwäche
- **schlechter durch:** Schlafmangel, Bewegung von Boot, Auto, Zug oder Flugzeug,
- **besser durch:** ruhiges Liegen und Schließen der Augen, Wärme

## **Nux vomica**

- Anhaltendes Hochwürgen und Erbrechen ohne Entleerung des Mageninhaltes
- schnell aufbrausend und aggressiv, ungeduldig und angespannt, reizbar und überempfindlich gegen Schmerz, Lärm, Musik, Speisen und Drogen
- fröstelig
- **schlechter**: früh am Morgen, kalte Luft, Wind, Kaffee, Alkohol, Überessen, Zorn, gestörter Schlaf
- **besser durch**: Ruhe, Schlaf, freie Absonderungen

## **Petroleum**

- Leeregefühl im Magen.
- Appetit bleibt trotz Übelkeit erhalten.
- **Essen bessert die Übelkeit**
- Im Mund läuft das Wasser zusammen
- Übelkeit durch Öl- Benzin oder Abgasgeruch
- Schlechter durch: Bewegung, kaltes, feuchtes Winterwetter, Wetterwechsel, **Fasten**
- Besser durch: Warme Luft, trockenes Wetter, liegen mit erhöhtem Kopf, **Essen**

## **Tabacum**

- Wichtigstes Mittel bei Seekrankheit
- „Tödliche Übelkeit“ und heftiges Erbrechen, viel Spucken
- **kalter Schweiß**, Blässe, eiskalte Haut
- Erschöpfung, Kollaps, beim Öffnen der Augen dreht sich alles
- Schlechter durch kleinste Bewegung, durch Fahren
- besser durch Kälte, frische Luft, **Entblößen des Abdomens**

## **3. Flugangst**

### **Aconitum**

- Todesangst, Herzrasen, Unruhe, Hyperventilation

### **Argentum nitricum**

- schon lange vor dem Flug fixe Ideen, das Flugzeug könnte vielleicht abstürzen.
- Lange vor dem Abflug nervös, immer in Eile, immer Angst könnte zu spät sein, ist deshalb extrem früh am Flughafen
- Angst macht Durchfall

### **Gelsemium**

- Angst bricht meist erst unmittelbar beim Besteigen des Flugzeuges aus. Angst macht zitterig und Koordinationsstörungen des Körpers. Der Körper gehorcht dem Willen nicht
- Der Geist ist lahmgelegt – Blackout. Durchfall vor dem Abflug

## 4. Jetlag

### Nux vomica

- Die Erschöpfung macht einen gereizten und ungeduldigen Zustand, man ist „verkatert“, reagiert genervt auf alles z. B. Geräusche

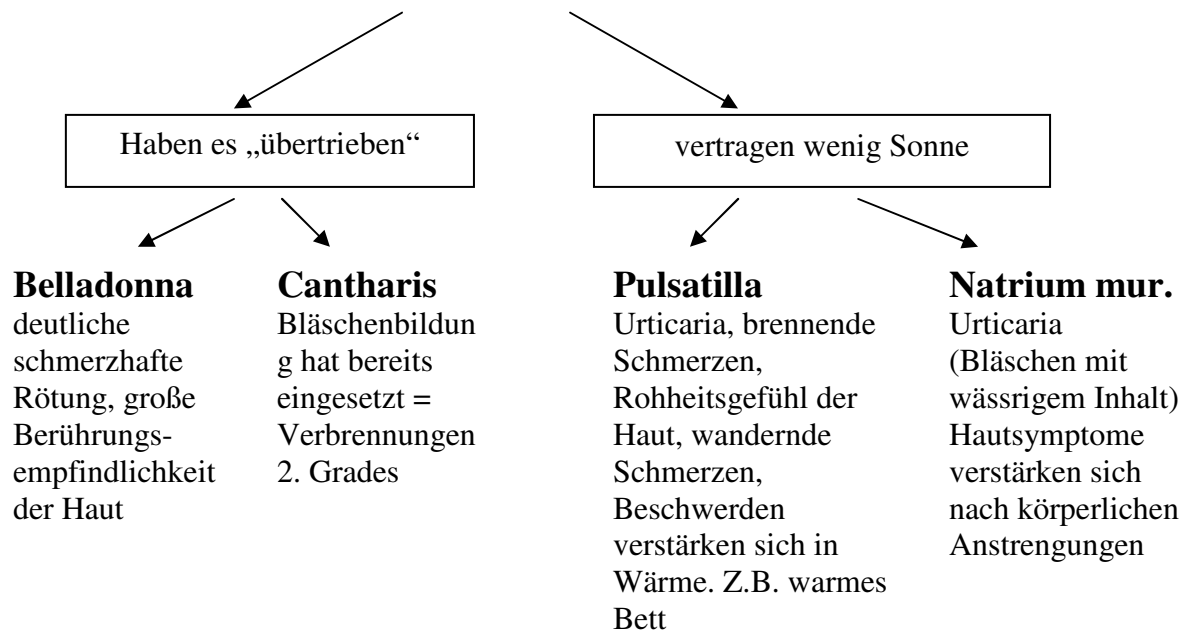
### Phosphorus

- sehr empfindlich auf alle äußeren Eindrücke, die neue Menschen, andere Atmosphären, eine Art menschliches Barometer

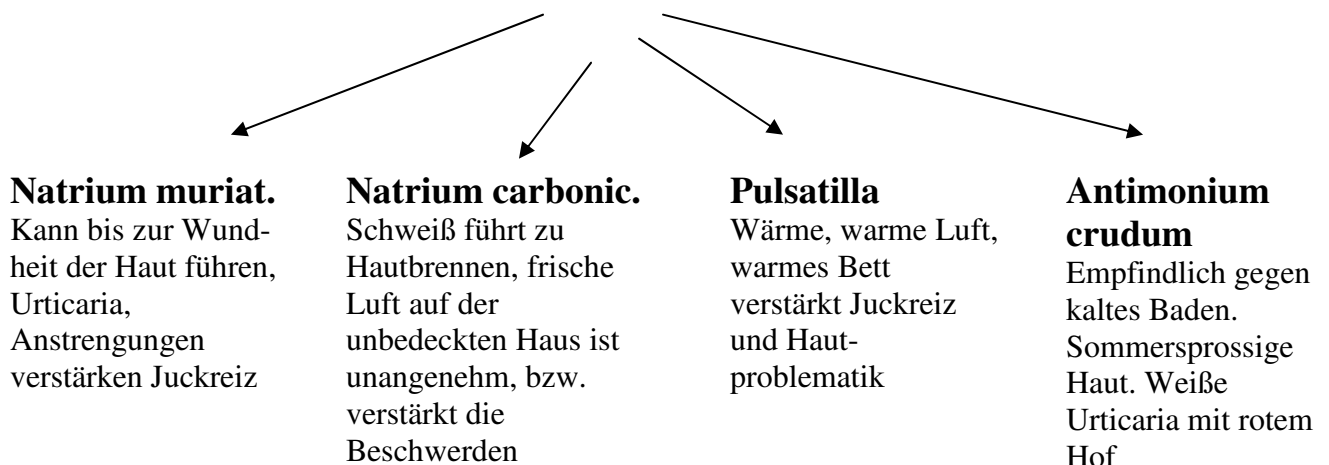
## 5. Folgen von Übermäßiger Sonne und Hitze

- Sonnenbrand, Sonnenallergie, Sonnenstich

### 5.a Sonnenbrand



### 5.b Sonnenallergie

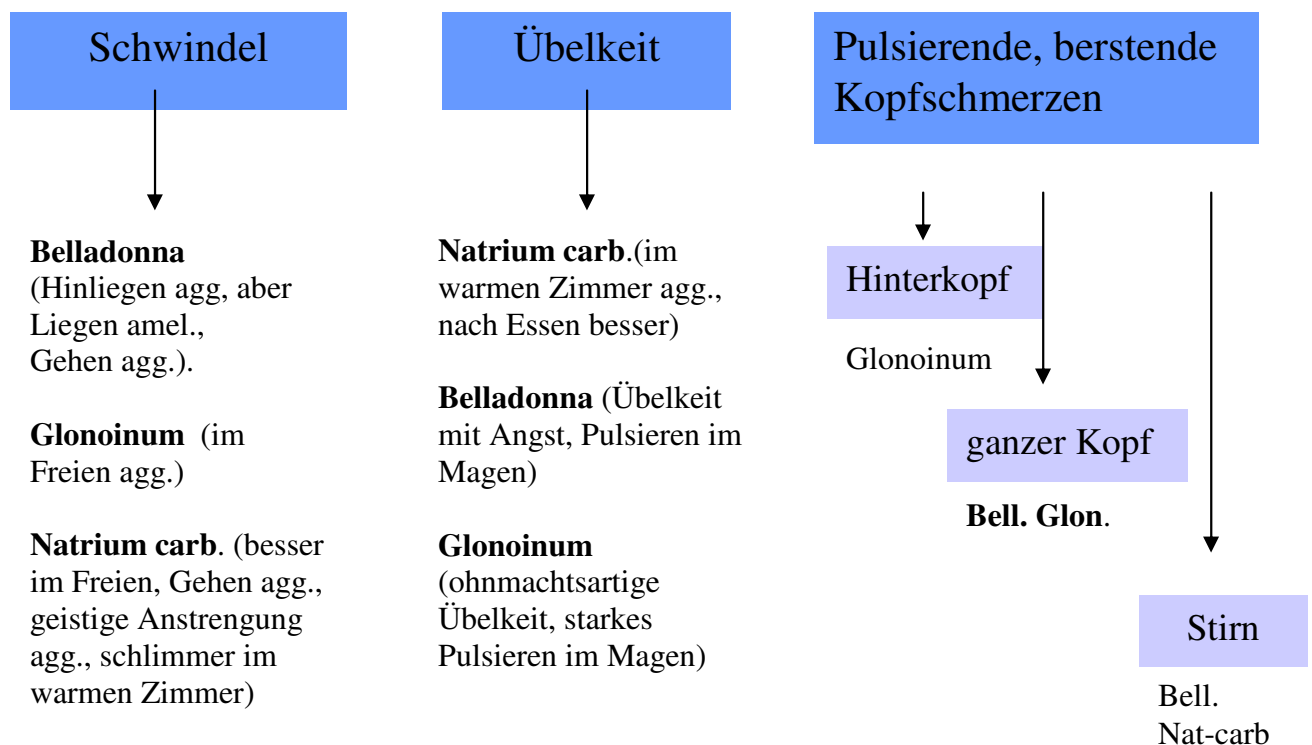


## 5.c Sonnenstich

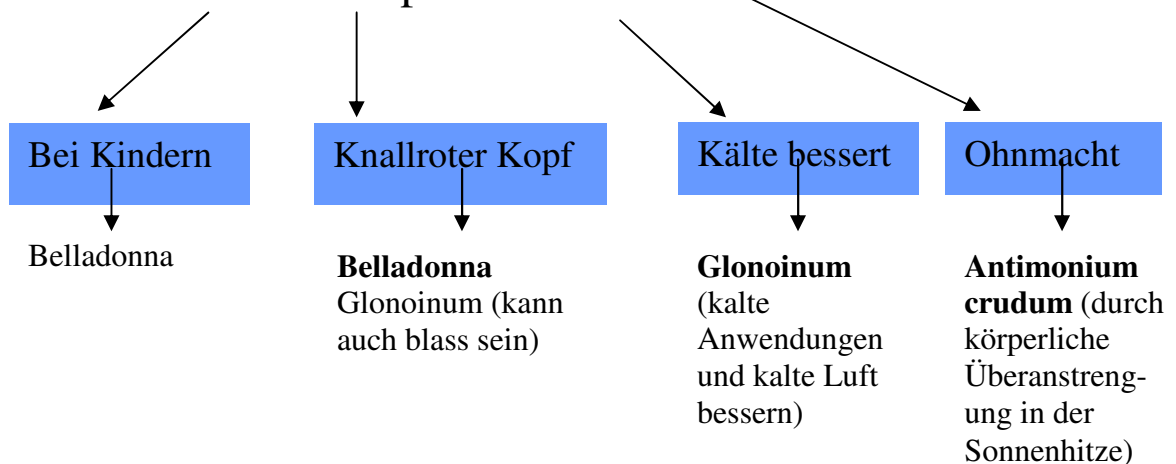
### Was passiert beim Sonnenstich?

- Der Sonnenstich ist ein Hitzschlag des Kopfes und kommt durch zuviel direkte Sonneneinstrahlung auf Kopf und Nacken zustande.
- Er führt zu einer Anschwellung der Gehirnhäute und deren Folgen: Kopfschmerzen, Übelkeit bis Erbrechen und Schwindel
- Nackenschmerzen bis hin zu Meningismuszeichen (Nackensteifigkeit, Lichtempfindlichkeit der Augen, Übelkeit)

## 5.d Übersicht Sonnenstich



### Wenn der Kopf zu heiß wird!



## 5.e Arzneimittel zur Behandlung von Sonnenstich

### Glonoinum (Nitroglycerin)

- **schwerste Fälle von Sonnenstich**, Wellen von schrecklichem, **berstendem**, pulsierendem Kopfschmerz, manchmal begleitet von Fieber und Schweiß
- Gefühl als sei der Kopf oder etwas am **Kopf vergrößert**
- als ob sich der Kopf ausdehnt und wieder zusammenzieht
- **Benommen**, verwirrt, sinkt bewusstlos nieder
- Hitze auf dem Schädeldach zieht entlang der Wirbelsäule
- Gesicht **bleibt oft blass** oder wird gar bläulich
- Schwindel begleitet von Erbrechen
- Kopfschmerzen schlimmer durch, Schütteln, Erschütterungen, Kopf zurück beugen, Wärme und **Licht**
- Krankheitssymptome (KS) besser durch Kälte, im Freien und Hochlagern des Kopfes

### Natrium carbonicum

- Generell große Empfindlichkeit auf Sonne und heißes Wetter, Kopfschmerzen schon nach vergleichsweise kurzem Aufenthalt in der Sonne und oft mit Schwindel
- Gutes Mittel gegen chronische Nachwirkungen von Sonnenstich
- Kopfschmerzen sind eher in der Stirn lokalisiert
- Jegliche Geistige Anstrengungen verstärkt den Kopfschmerz
- Sitzen und Drehen des Kopfes verstärken die Kopfschmerzen

### Belladonna

- Roter Kopf, Hitze des Kopfes, aber kalte Extremitäten
- Pulsierende Kopfschmerzen
- Wärme verschimmert die Kopfschmerzen
- Gefühl als würde sich etwas im Kopf bewegen
- Bewegung, Gehen im Freien verstärkt den KS
- Sitzen und schließen der Augen bessert KS

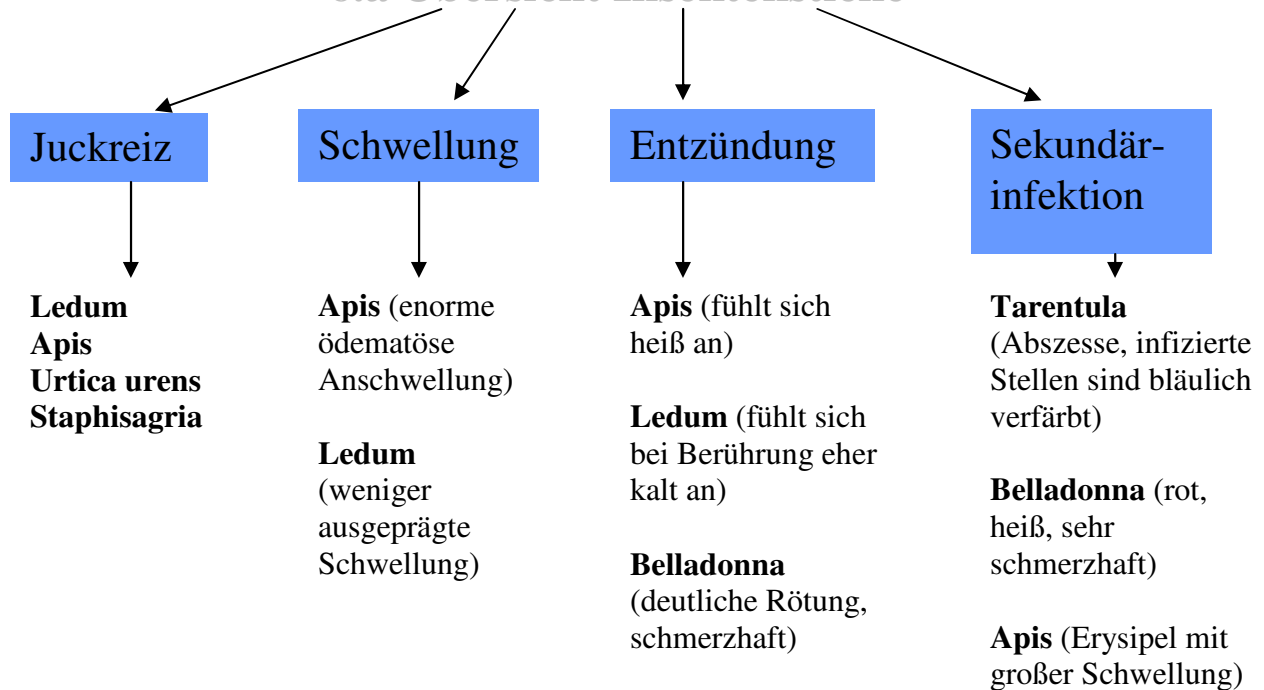
## 6. Folgen von Insektenstichen

Insektenstiche sind oft begleitet von

- Juckreiz
- Schwellungen
- Entzündungen
- Sekundärinfektionen



## 6.a Übersicht Insektenstiche



## 6.b Arzneimittel zur Behandlung von Insektenstiche

### Ledum

- Mittel der ersten Wahl bei Insektenstichen
- Wirkt gut bei allen Arten von Stichen bis hin zu Rattenbissen, Seespinnen etc.
- Die Einstichstelle fühlt sich bei Berührung kalt an. Der Gestochene kann aber die Einstichstelle subjektiv warm empfinden.
- Kälte lindert den Juckreiz und sonstige insektenstichbedingte Beschwerden.

### Apis mellifica

- Wenn starke ödematöse Schwellungen im Vordergrund stehen.
- Schwellung entsteht rasch nach dem Einstich.
- Der Schwellung fühlt sich heiß an.
- Kälte lindert die Schwellung und den Juckreiz.

### Belladonna

- Rote, heiße, schmerzhaft, entzündete Insektenstiche
- Die entzündenden Stellen sind berührungsempfindlich.
- Stark rotes, heißes Erysipel nach einem infizierten Insektenstich (DD Apis, wenn große Schwellung vorhanden ist)

## Staphisagria

- Hat sich als gute Vorbeugung gegen Moskito-Stiche erwiesen. (Staphisagria D 6 dreimal täglich)
- Beißender Juckreiz
- Staphisagria-Konstitutionen haben eine starke Anziehungskraft auf Insekten

## Urtica urens

- Nach dem Insektenstich bildet sich ein nesselartiger Hautausschlag um die Einstichstelle
- Die Insektenstiche brennen und jucken
- Hitzegefühl und eine Rötung sind vorhanden

## 7. Reisedurchfall

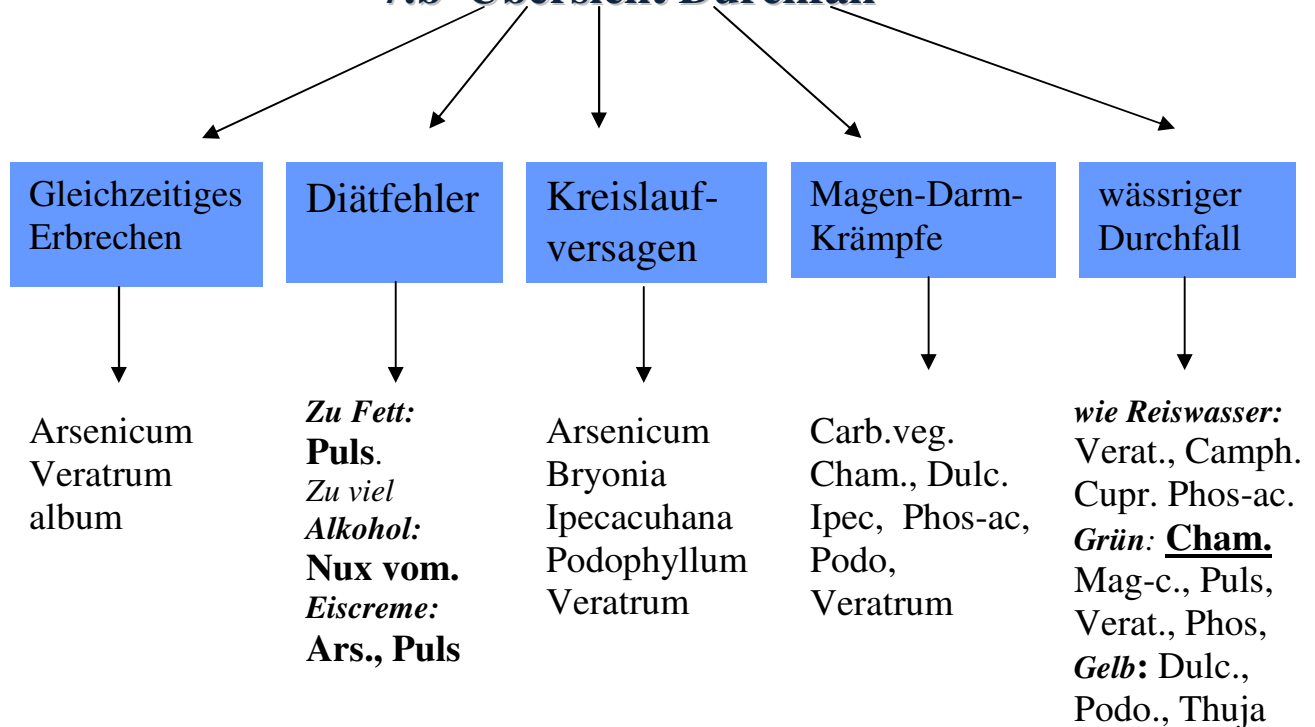
- Vielleicht die häufigste Urlaubsbeschwerde. Es gibt Schätzungen, die sagen 20 – 50% aller Reisenden sind davon betroffen.
- Vor allem Reisende in südliche Länder sind betroffen.
- Der Reisedurchfall ist in der Regel eher harmlos und heilt nach ein paar Tagen auch von alleine aus.
- Teilweise sind Erreger – teilweise ist die ungewohnte Nahrung Auslöser

### 7.a Die homöopathische Behandlung des Durchfalls

Die Homöopathie unterscheidet mindestens 584 verschiedene Durchfallmittel

**Rektum – Diarrhoe:** acal. *Acet-ac.* *Acon.* acon-l. aegle-f. *Aesc.* aeth. **AGAR.** agar-ph. agath-a. agn. agra. aids. *Ail.* alet. all-c. all-s. allox. **ALOE** alst. alst-s. *Alum.* alum-sil. alumn. am-c. am-m. ambr. *Ambro.* ammc. amp. anac. anan. anemps. ang. *Ango.* *Anis.* ant-ar. **ANT-C.** ant-met. ant-s-aur. **ANT-T.** anthraci. anthraq. aphis **APIS** apoc. apoc-a. aral. *Aran.* arg-met. *Arg-n.* arge-pl. arist-cl. *Arn.* **ARS.** ars-i. ars-met. ars-s-f. ars-s-r. arum-m. arum-t. arund. asaf. *Asar.* asc-t. asim. astac. aster. atis. atra-r. aur. aur-m. aur-s. aza. *Bamb-a.* **BAPT.** **BAR-C.** bar-i. bar-m. bar-s. *Bell.* bell-p. bell-p-sp. *Benz-ac.* berb. bism. bol-la. *Borx.* both. both-ax. *Bov.* brach. *Brom.* bros-gau. **BRY.** bufo buth-a. cact. cadm-met. calad. **CALC.** *Calc-ar.* calc-f. calc-i. *Calc-p.* calc-s. calc-sil. calth. camph. cann-s. **CANTH.** *Caps.* carb-ac. carb-an. **CARB-V.** *Carbn-s.* carc. card-b. cardios-h. cartl-s. caru. *Casc.* castm. castn-v. *Caust.* cean. cench. cent. cerev-lg. cetr. **CHAM.** .....

## 7.b Übersicht Durchfall



## 7.c Arzneimittel zur Behandlung von Durchfallerkrankungen

### Arsenicum album

- Durchfall aufgrund von **verdorbenen** Lebensmitteln und verdorbenes Wasser
- Durchfall, verdorbenen Magen aufgrund von **kalten** Getränken und Speisen (Eis)
- Durchfall mit gleichzeitigem Erbrechen
- **Brennende Schmerzen** im Magen-Darm-Bereich
- **Unruhe und große Schwäche** und Erschöpfung
- Brennender Durst, trinkt aber **in kleinen Schlucken**
- Blasses, eingefallenes Gesicht
- Stuhl rüch faulig und kadaverartig
- Schlimmer nachts, schlechter durch trinken

### Carbo vegetabilis

- Folgen von verdorbenem Fisch oder Fleisch, Lebensmittelvergiftungen
- Durchfall ist von **großer Flatulenz** und viel **Völlegefühl** begleitet. Völle und **Aufstoßen** schon nach kleinen Mahlzeiten, kann keine enge Kleidung um den Bauch ertragen
- Erschöpfung und Schwäche bis hin zum Kollaps mit feucht-kalter Haut
- Großes **Verlangen nach frischer Luft**, möchte Luft zugefächelt bekommen
- Besserung durch: kühle Luft, Aufstoßen, Hochlegen der Füße
- Schlechter durch: Wärme, Abkühlung, nach erschöpfenden Krankheiten, Flüssigkeitsverlust, Ausschweifungen

## **China**

- Durchfall nach verdorbenem Wasser, Fisch, Fleisch oder Obst
- Durchfall tritt allmählich ein. Stuhl wird zunehmend wässriger
- Erschöpfung nach Durchfall (generelle Erschöpfung nach Blut und **Flüssigkeitsverlusten**)
- Geblähter Bauch. Aufstoßen und Gasabgang erleichtert nicht (im Gegensatz zu Carb-v.)
- Schwäche mit Überempfindlichkeit und Nervosität, alles regt auf (Licht, Lärm, Geruch) DD. Nux vom.
- Abneigung gegen Fette, gehaltvolle und warme Speisen

## **Nux vomica**

- Durchfall (u.v.a.) durch zu viel Alkohol oder Völlerei
- Das Problem beginnt morgens nach der Feier
- Heftiges Brechwürgen
- krampfartige Erscheinungen im Magen-Darm-Trakt
- Magengegend sehr druckempfindlich, Bauch fühlt sich zerschlagen an
- Reizbar, empfindlich, mürrisch, ungeduldig, heftig, frostig
- Schlechter: früh morgens, Kälte, frische Luft, üppiges Leben, Kaffee, geringste Kleinigkeiten, Druck, Kleidung

## **Pulsatilla**

- Durchfall in der Folge von zu viel Eis.
- Durchfall nach dem Genuss von gehaltvollen (fetten) Speisen oder nach Schweinefleisch.
- Magen-Darmbeschwerden verstärken sich durch Überhitzung und warme Räume
- Die Konsistenz und Farbe des Stuhlgangs wechselt. Keine 2 Stühle gleichen sich in ihrer Erscheinung.
- Kranker sucht in der Krankheit viel Trost und Zuwendung

## **Veratrum album**

- Heftige Magen-Darm-Beschwerden mit gleichzeitigen Erbrechen und Durchfall und Kreislaufprobleme
- Verbunden mit großen Kreislaufproblemen (Kollaps), Schwindel und kaltem Schweiß auf der Stirn
- Plötzliche Ausscheidungen von großen Mengen
- Plötzliches Schwinden der Kräfte, großes Kältegefühl am Körper oder an einzelnen Stellen des Körpers
- Durst auf kaltes Wasser, das aber sofort wieder erbrochen wird
- Schlechter durch (kaltes) Trinken und kalte Speisen und Bewegung

## 8. Übersicht Verletzungsmittel

### Übersicht Verletzungsmittel

#### **Arnica**

Blutergüsse

Folgen von Schlägen,  
Stürzen, Zerrungen,  
Überanstrengung  
Quetschung, Prellung

**Muskelkater** nach  
langen  
Fußmärschen  
(Marathon)

- Gehirnerschütterung

Der Patient möchte in  
Ruhe gelassen und nicht  
angesprochen werden.  
Er hat Angst davor, dass  
jemand sich ihm nähert  
und ihn berührt.

Der ganze Körper ist  
überempfindlich

#### **Hypericum**

Das große Mittel zur  
Behandlung von  
**Nervenverletzungen.**

Verletzungen des  
Kopfes, der Wirbelsäule,  
der Fingerspitzen,  
Handflächen,  
Fußsohlen, der  
Zahnerven.

**Stürze auf das  
Steißbein.**

Verschlimmerungen  
durch Berührung und  
Kälte.

Nervöse Depressionen  
als Folge von Wunden,  
chirurgischen  
Eingriffen.

Unerträgliche,  
übermäßige den Nerv  
entlang schießende  
Schmerzen

#### **Ledum**

Tiefgehende Wunden  
und **Stichverletzungen**  
der Handflächen und  
Fußsohlen durch Nägel,  
Katzen-, Rattenbisse etc  
.  
Splitterwunden, Dornen,  
Nägel, Messerstiche.

Zur Behandlung von  
Mückenstichen.

Verfroren, aber  
Verschlimmerung durch  
Wärme.

**Blaues Auge.**

Tetanusprophylaxe.

Wunden oder  
Entzündungen sind beim  
Berühren kalt (werden  
aber vom Patienten nicht  
als kalt empfunden),  
werden gebessert durch  
kalte Anwendungen

#### **Bellis perennis**

**Prellungen von  
Weichteilen** (weibliche  
Brüste), Muskeln.

Ähnlich wie Arnica,  
wund-geprelltes,  
zerschlagenes Gefühl.

Schwellung bleibt nach  
Verletzung und trotz Arn.  
zurück

**Ruta (Weinraute)  
Sehnenverletzungen  
Knochenhautverletzun  
gen** (Schienbeinritze).

Empfindliche  
Knochenhaut und Sehnen  
nach einer Verletzung.

Verschlimmerung durch  
Hängenlassen der  
betroffenen Arme oder  
Beine

# **Buchempfehlungen**

## **Reise-Apotheke**

-Erste Hilfe durch Homöopathie, Dr. Manuel Mateu I Ratera

## **Bücher zu den Grundlagen der Homöopathie**

-Taschenatlas Homöopathie in Wort und Bild, von Josef M. Schmidt

-Medizin der Zukunft von George Vithoulkas

-Lehrbuch der Homöopathie Band I, von Gerhard Köhler

## **Anwenderbücher**

-Homöopathie, Selbsthilfe mit homöopathischen Mitteln, Stumpf Werner Gräfe & Unzer Verlag, München

-Homöopathischer Ratgeber bei Notfällen, Ravi Roy & Carola Lage-Roy, Lage & Roy Verlag

-Homöopathie für Sportler, Karin Hubbeling, Knaur Verlag

-Erste Hilfe durch Homöopathie, Dr. Manuel Mateu I Ratera, Hahnemann Institut für homöopathische Dokumentation

-Erste-Hilfe Handbuch Homöopathie: ein Leitfaden für die Akutbehandlung. Kruzel, T., Haug Verlag Stuttgart

## **Quellenverzeichnis**

-Homöopathie in der Intensiv und Notfallmedizin, Michael Frass, Martin Bündner, Urban und Fischer Verlag

-Synoptic Key, C.M. Boger, Similimum Verlag

-Mitteldetails der homöopathischen Arzneimittel  
Armin Seidenegger, Similimum Verlag

-Leitfaden der Homöopathie, Jan Geißler, Thomas Quak, Urban & Fischer  
Homöopathie in der Kinder- und Jugendmedizin,  
H. Pfeifer, M. Drescher, M. Hirte, Urban & Fischer

## **Kontaktadresse**

Jürgen Braun  
Rastatter Straße 74  
76199 Karlsruhe  
Tel. 0721- 62 88 374  
[JurgenBraun@web.de](mailto:JurgenBraun@web.de)