

Homöopathie in den Wechseljahren

von A bis Z



Bettina Fornoff
www.womans-nature.de

E-Book

Inhaltsverzeichnis

Homöopathie in den Wechseljahren	2
Homöopathie? Was ist das eigentlich?	3
Das Ähnlichkeitsprinzip	4
Homöopathische Arzneimittelprüfung am Gesunden	5
Die Potenzierung	5
Homöopathische Mittel in den Wechseljahren	7
Hinweis:	20

HOMÖOPATHIE IN DEN WECHSELJAHREN

Als Homöopathin sehe ich auch in der Behandlung von Beschwerden rund um die Wechseljahre *die homöopathische Behandlung im Zentrum meiner Therapienansätze*. Was genau aber unterscheidet die homöopathische Behandlung von der Behandlung mit Heilpflanzen (Phytotherapie)? Immer wieder stelle ich fest, dass das was für mich als Homöopathin so selbstverständlich geworden ist, den Patientinnen längst nicht klar ist.

Deshalb nun einige kurze Erklärungen zu den Grundlagen der Homöopathie.



Homöopathie sieht den Patienten als Einheit von Körper, Geist und Seele. upixa/fotolia

Homöopathie? Was ist das eigentlich?

Als eigenständige Heilweise mit mehr als 200-jähriger Geschichte gehört die Homöopathie in Deutschland zu den populärsten der alternativen und komplementären Therapieverfahren.

In Denkweise und Vorgehen unterscheidet sich die Homöopathie als ganzheitliches Behandlungskonzept, grundlegend von anderen Therapieformen. **IMMER MIT DEM AUGENMERK AUF DEN GANZEN MENSCHEN ALS EINHEIT VON KÖRPER, GEIST UND SEELE GERICHTET, WIRD NIE EINE EINZELNE KRANKHEIT THERAPIERT, SONDERN DIE GESAMTHEIT ALLER INDIVIDUELLEN SYMPTOME DES JEWEILIGEN PATIENTEN.**

Durch die Gabe eines individuell passenden homöopathischen Arzneimittels wird der Impuls für die körpereigene Heilung gegeben.

Homöopathen berücksichtigen zusammen mit der Hauptbeschwerde oder dem Behandlungsgrund

- den Gesamtzustand des Kranken,
- sein subjektives Empfinden ebenso wie
- objektiv beobachtete Symptome.

Diese Informationen werden durch spezifische Reaktionen des Patienten auf

- Wärme,
- Kälte und
- andere Außenreize sowie

- sein seelisches Befinden ergänzt und differenziert.

Alles zusammen bildet die Grundlage der Verschreibung und lässt auch schon erkennen, dass für eine erfolgreiche Therapie eine ausführliche Anamnese erforderlich ist.

In der homöopathischen Therapie wird jeder einzelne Patient mit seinen individuellen Symptomen behandelt. Das kann bedeuten, dass bei zwei Patienten mit der gleichen Erkrankung unterschiedliche homöopathische Mittel verordnet werden.

Grundprinzipien in der Homöopathie:

- das Ähnlichkeitsprinzip
- die homöopathische Arzneimittelprüfung am Gesunden
- die Potenzierung

Das Ähnlichkeitsprinzip

Der Begriff Homöopathie leitet sich vom griechischen „homoios pathos“ ab = „ähnliches Leiden“.

So heißt auch das therapeutische Leitprinzip der Homöopathen „Ähnliches soll durch Ähnliches geheilt werden“. Begründet wurde die Homöopathie vom deutschen Arzt Samuel Hahnemann (1755 – 1843).

Hahnemann bewies in zahlreichen Versuchen an sich selbst und anderen das Ähnlichkeitsprinzip. Das bedeutet: *Eine Krankheit wird mit einem Arzneimittel behandelt, das ähnliche Symptome bei einem Gesunden erzeugen kann.*

Homöopathische Arzneimittelprüfung am Gesunden

Während Hahnemanns homöopathischer Forschungen war er auf Arzneimittelprüfungen an sich selbst als gesundem Mensch angewiesen und nahm als erstes Mittel "Chinarinde" ein.

Er beobachtete sich und dokumentierte dann akribisch seine Reaktion auf die Einnahme dieses Mittels. *Dabei stellte er fest, dass er Symptome von Malaria entwickelte, gegen die damals Chinarinde als Arznei eingesetzt wurde.* Das war der Beginn einer langen Prüfungsreihe verschiedenster Stoffe an sich selbst und seinen Familienmitgliedern.

Bei Arzneimittelprüfungen nehmen also gesunde Testpersonen eine Substanz in geringen Dosen ein und beobachten, wie sie darauf reagieren. Alle körperlichen, seelischen und geistigen Veränderungen werden notiert und systematisch dokumentiert. So entstehen die homöopathischen „Arzneimittellehren“ als umfassende Sammlungen der Wirkungsweise homöopathischer Arzneimittel.

Die Potenzierung

Einige der Substanzen, die Hahnemann prüfte, waren sehr giftig und er musste gezwungenermaßen dazu übergehen, diese Stoffe stark zu verdünnen und zu verschütteln, um sich und seine Familie nicht zu vergiften.

Überraschenderweise stellte er dabei fest, dass die Wirkung der Arzneien dadurch nicht wie angenommen geschwächt, sondern vielmehr verstärkt wurde. Deshalb nannte er den

Vorgang des Verdünnens und Verschüttelns schließlich Potenzieren, was so viel bedeutet wie Steigern der Kraft des Arzneimittels.

Der Herstellungsprozess homöopathischer Mittel ist heute im Homöopathischen Arzneibuch (HAB) geregelt. Er besteht aus einer stufenweisen Verreibung, Verdünnung und Verschüttelung der Ausgangssubstanzen. Diese fertigen Arzneien werden als Potenzen bezeichnet. Diese unterschiedlichen Potenzen werden deklariert, z. B. als D6, D12, C12, C30

Homöopathische Mittel in den Wechseljahren

In der homöopathischen Behandlung können während der Wechseljahre, neben einer konstitutionellen oder miasmatischen Therapie, u. a. die nachfolgenden Arzneimittel hilfreich sein.



Homöopathische Arzneimittel werden meist auf Globuli (Saccharose), als Trägersubstanz aufgebracht, oder als Dilution verordnet.

Iosif Szasz-Fabian / fotolia

Bitte beachte aber, dass die Beschreibungen in diesem Buch nicht dazu dienen, sich selbst zu therapieren. Deine Beschwerden sollten auf jeden Fall vorher diagnostisch durch Arzt oder Heilpraktiker abgeklärt werden. Dann kann eventuell eine Unterstützung durch die homöopathischen Mittel erfolgen.

Vorsicht! Auch homöopathische Mittel sollen nicht über einen längeren Zeitraum eingenommen werden! Hole dir Rat von einer Homöopathin/einem Homöopathen in deiner Nähe.

Die folgenden homöopathischen Arzneimittel sind nur in kurzen Stichpunkten, im Hinblick auf Wechseljahresbeschwerden, beschrieben. Es handelt sich aber fast ausschließlich um Arzneimittel mit viel größerem Wirkungsspektrum. Wenn du dich näher mit Homöopathie auseinandersetzen möchtest, wähle bitte eine ausführliche Literatur, z. B. aus meinen „Empfehlungen“.

Aurum metallicum (Gold)

- tiefe anhaltende Melancholie und schwere depressive Verstimmungen in der Menopause
- tiefe Niedergeschlagenheit
- Selbstzweifel und Minderwertigkeitsgefühl, aber auch Hochmut und Arroganz
- Beschwerden durch Kummer und enttäuschte Liebe
- kann sehr reizbar und wütend sein
- Verlangen nach Gebet, Meditation, Spiritualität und
- große Liebe zur Musik

Calcium carbonicum (Kalk der Austernschale)

- Uterusmyome
- Hypermenorrhoe während der Wechseljahre
- PMS mit empfindlichen Brüsten
- überarbeitete, von der Arbeit überwältigte Frauen, arbeiten bis zur völligen Erschöpfung
- sehr ausgeprägtes Pflichtgefühl

- Angst um die eigene Gesundheit und phasenweise Angst, den Verstand zu verlieren, oder verwirrt zu sein.
- Schwitzen am Kopf und im Nacken während des Schlafs



Martina Stumpp/Fotolia

China officinalis (Chinarindenbaum)

- reizbar, sensibel, empfindlich während starker Monatsblutung
- Schwäche aufgrund Hypermenorrhoe (zu starker Periode)
- starke Periodenblutung
- Schlaflosigkeit durch aufregende Gedanken

Cimicifuga racemosa (Wanzenkraut)

- nervöse Frauen
- trübsinnige, düstere Stimmung
- fühlt sich geistig wie abgestumpft
- Stimmungsschwankungen bis hin zur Hysterie
- geschwätzig
- Hypermenorrhoe mit dunklen Klumpen und Rückenschmerzen
- Periode unregelmäßig, oder verzögert durch Stress, bzw. durch starke Gefühlsregungen
- Muskelschmerzen
- blitzartige Schmerzen
- neuralgische Schmerzen
- Steifheit in Rücken und Nacken

Cyclamen (Alpenveilchen)

- sehr empfindlich gegen Kälte, schnell am Frösteln
- starke Periode, die zu früh kommt, mit klumpigem Blut, wehenartige Schmerzen
- Kopfschmerzen mit Schwindel während der Periode
- Periode, die ausbleibt, nach körperlicher Anstrengung
- Verdauungsstörungen durch fettes Essen



Cyclamen

etti photofun / fotolia

Glonoinum (Nitroglyzerin)

- Hitzewallungen während der Menopause, die zum Kopf aufsteigt
- pulsierende, berstende Kopfschmerzen
- Verschlimmerung in der Sonne

Ignatia (Ignatiusbohne)

- Beschwerden nach Kummer, Enttäuschungen
- leicht verletzbare Gefühle
- Traurigkeit mit Tendenz zur Hysterie
- viel Weinen und Schluchzen
- Stimmungsschwankungen
- Schwitzen nur im Gesicht

- Kloßgefühl im Hals
- krampfartige Rückenschmerzen
- Tics und Zuckungen

Lachesis Muta (Gift der Buschmeisterschlange)

- leidenschaftliche, misstrauische Menschen
- große Redseligkeit
- PMS mit großer Reizbarkeit, Eifersucht und Kopfschmerzen
- Hitzewallungen mit rotem Gesicht
- Neigung zu hohem Blutdruck
- sehr schmerzhaftes Periode zu Beginn, mit Blutfluss wird es besser
- Zysten an den Eierstöcken
- Beschwerden werden durch Hitze schlimmer
- Beschwerden werden während des Schlafs schlimmer
- Beschwerden während der Menopause



Lachesis

mgkuijpers / fotolia

Lycopodium (Sporen des Bärlapp)

- geringes Selbstbewusstsein
- zu Hause eher bestimmend, nach außen zurückhaltend
- intellektuell und zurückgezogen
- depressive Verstimmungen
- ruhelose Beine nachts im Bett
- Trockenheit im Scheidenbereich
- Trockenheit der Augen
- Blähungen
- Libido kann verringert sein

Natrium muriaticum (Kochsalz)

- Beschwerden durch Kummer
- depressive Verstimmungen
- sehr verschlossene, würdevolle Menschen
- korrekt und pflichtbewusst, perfektionistisch
- leicht gekränkt
- kann nicht weinen
- Abneigung gegen Trost
- Trockenheit der Schleimhäute
- Libido gering
- kann nicht einschlafen wegen Gedanken-andrang, auch an unangenehme Dinge aus der Vergangenheit
- Ruhelosigkeit der Beine vor dem Einschlafen und nachts



Martina Osmy / Fotolia

Nux vomica (Samen vom Brechnussbaum)

- ungeduldige, reizbare, ehrgeizige Menschen
- Wut durch Widerspruch
- Reizbarkeit vor der Periode
- peinlich genau, zwanghaftes Verhalten
- Schlaf unterbrochen durch nächtliches Erwachen und Gedankenandrang, was alles erledigt werden muss

Ovininum (Ovarialextrakt)

- Allgemein: Beschwerden in den Wechseljahren
- Ruhelosigkeit
- Nervosität
- Hitzewallungen

Phosphorus (gelber Phosphor)

- offene, sehr mitfühlende Menschen
- Furcht, wenn allein
- PMS mit Schmerzen und Spannung in der Brust
- Myome in der Gebärmutter
- Hypermenorrhoe
- Eierstockzysten
- Libido erhöht

Phosphoricum Acidum (Phosphorsäure)

- große körperliche und/oder geistige Schwäche nach der Periode
- Hypermenorrhoe
- apathisch, teilnahmslos

Pulsatilla Pratensis (Küchenschelle)

- sanfte, schüchterne Menschen
- offen und leicht zu beeinflussen
- Stimmungsschwankungen und viel Weinen
- Verlangen nach Trost
- Beschwerden während der Periode und während der Wechseljahre
- Migräne gegen Ende der Periode
- Periode kann generell unregelmäßig sein
- Wechselhafte Periode, mal schwach und mal zu stark
- Hitzewallungen zum Gesicht hin, mit Röte
- heiße Füße nachts
- frische Luft tut gut



Pulsatilla

Kanusommer / Fotolia

Sabina (Sadebaum)

- Hypermenorrhoe
- starke helle Blutungen, auch mit Abgang von Klumpen
- Unterleibsschmerzen können in die Oberschenkel ausstrahlen

Secale Cornutum (Mutterkorn)

- Hypermenorrhoe
- starke dunkle Blutungen
- wässrige Zwischenblutungen

Sepia (Tinte des Tintenfisches)

- PMS mit starker Reizbarkeit, depressiver Verstimmung, unwillkürliches Weinen
- kann sarkastisch und schneidend reagieren
- will allein sein
- Monatsblutung eher spärlich und verfrüht
- Hitzewallungen nachts während Menopause
- sehr verfroren
- Gebärmuttersenkung
- Brüste werden flach und verlieren Fülle



Sepia

finnegan / fotolia

Sulfur Lotum (Schwefel)

- extrovertiert, intellektuell, unordentlich
- Angst um die Gesundheit
- sammelt gerne Dinge
- weinerliche Stimmung in der Menopause
- Hitzewallungen, viel Schwitzen
- Schwitzen nachts, heiße Füße
- Schlaflosigkeit, wacht nach 3-4 Stunden auf und liegt wach oder "Katzenschlaf", erwacht beim kleinsten Geräusch

Tarentula Hispanica (Spanische Tarantel)

- zu Eile angetrieben, ungeduldig, große Ruhelosigkeit
- Wutausbrüche
- ruhelose Beine nachts
- unruhiger Schlaf
- Myome in der Gebärmutter
- Hypermenorrhoe
- Libido sehr gesteigert
- liebt Musik und Tanz

Homöopathie-Bücher für Laien

„Homöopathische Selbstbehandlung in Akutfällen“ von
Heidi Grollmann/Urs Maurer – www.sunrise-versand.de

„Was ist Homöopathie?“ von Michael Terlinden – Verlag
Peter Irl

„Homöopathie pocket“ von Almut Brandl – Verlag: Börm
Bruckmeier

„Arzneimittel-Persönlichkeiten in Wort und Bild“ von Bruno
Vonarburg/Sonja Burger – Haug Verlag

„Enders‘ Handbuch – Homöopathie“ von Norbert Enders –
Verlag: Trias

Hinweis:

Keiner der genannten Tipps ersetzt den Besuch bei deinem
Arzt oder Heilpraktiker!