



## **HOMÖOPATHIE bei Erkältungen und Fieber**

### **Lektion 8**

Du kennst jetzt also schon einige homöopathische Mittel, die für eine erste Hausapotheke sinnvoll sind.

Gleich am Anfang unter dem Begrüßungsvideo hatte ich eine Bücherliste und auch die Empfehlung für eine Taschen- bzw. Hausapotheke gegeben. Vielleicht willst Du darauf zurückgreifen und Dir so etwas zulegen – vielleicht hast Du auch schon einige Homöopathische Mittel zuhause, deshalb weiß ich nicht mit welchen Potenzen Du genau arbeiten wirst. Aber ich versuche, es so gut wie möglich zu erklären, damit Du gut mit der Dosierung umgehen kannst.

Die Dosierung eines homöopathischen Mittels ist abhängig

- von der Potenz
- vom akuten Krankheitsgeschehen
- von der Sensibilität des Erkrankten

#### **D6 Potenzen**

gibst Du bei einem moderaten, eher langsamen Krankheitsverlauf:

3 – 4 x täglich 3 Globuli.

Bei einem heftigen, schnellen Verlauf kannst Du aber auch ca. alle 15 Min. 3 Globuli lutschen.

#### **D12 Potenzen**

Bei einem moderaten, eher langsamen Krankheitsverlauf:

2 -3 x täglich 3 Globuli.

Bei einem heftigen, schnellen Verlauf kannst Du aber auch ca. alle 15 Min. 3 Globuli lutschen.



### Bei der **Potenz C12**

nimmst du bei einem moderaten, eher langsamen Krankheitsverlauf:

1 - 2 x täglich 3 Globuli.

Bei einem heftigen, schnellen Verlauf gibst Du einmalig 3 Globuli direkt unter die Zunge und löst 5 Globuli in einem großen Wasserglas auf.

Von dieser Lösung nimmst Du dann alle 10-15 Min. einen kleinen Schluck NACHDEM du VORHER gut umgerührt hast!

### Bei der **Potenz C30 oder höher**

nimmst du bei einem moderaten, eher langsamen Krankheitsverlauf:

EINMALIG 3 Globuli.

Bei einem heftigen, schnellen Verlauf gibst Du einmalig 3 Globuli direkt unter die Zunge und löst 5 Globuli in einem großen Wasserglas auf.

Von dieser Lösung nimmst Du dann alle 10-15 Min. einen kleinen Schluck NACHDEM du vorher gut umgerührt hast!

GANZ WICHTIG! Im langsamen Krankheitsverlauf wirst Du innerhalb von 1-2 Tagen bemerken, ob sich etwas an den Symptomen verändert und das Mittel wirkt, bzw. Erleichterung bringt. Dann führ die Dosierung weiter.

Im schnellen, heftigen Krankheitsverlauf wirst Du auch sehr schnell bemerken, ob sich etwas verändert – es ist schwer hier pauschal einen



Zeitraum anzugeben, aber ich würde sagen, innerhalb von 1 Stunde kannst Du mit der Mittelgabe auf längere Zeitspannen gehen, also dann beispielsweise nicht mehr alle 15 Min. sondern alle 20-30 Minuten.

Die Abstände sollen dann immer weiter gelegt werden und wenn Du deutlich merkst, dass sich die Symptome verbessern, dann gehe bei den D-Potenzen zur Dosierung wie im langsamen Verlauf über und bei den C-Potenzen höre mit den Verdünnungen auf und gebe sie vielleicht nur noch 2-3 x täglich, je nach Zustand.

Es kann auch immer passieren, dass ein Infekt sehr heftig und schnell beginnt, Dein homöopathisches Mittel wirkt, Du schläfst ein und am nächsten Tag haben sich die Symptome komplett verändert. Dann schaue nach einem Folgemittel und mache damit weiter.

Habe keine Angst vor der Mittelwahl, das Schlimmste das Dir anfangs passieren kann, ist dass das Mittel nicht passt und nichts geschieht. Du wirst aber immer geübter werden und irgendwann stellst Du fest, dass jedes Familienmitglied auf spezielle Weise erkrankt und meistens dann auch die wieder die gleichen homöop. Mittel benötigt.

Achte darauf, dass **D-Potenzen öfter als Globuli** wiederholt werden können, wie gerade beschrieben. Und die **C-Potenzen ab C30 nur einmalig als Globuli** gelutscht und in der Wiederholung aufgelöst und umgerührt eingenommen werden, damit Du nicht eine Arzneimittelprüfung riskierst.

