



HOMÖOPATHIE to go





<https://www.youtube.com/c/NaturheilpraxisBettinaFornoffBadNauheim>

ANSPANNUNG – FLUGANGST – REISEÜBELKEIT

Bevor es überhaupt losgeht und die Reise beginnt, stehen wir oft unter großer Anspannung – „wird alles klappen, habe ich auch alles gepackt, kommen wir rechtzeitig los, bzw. erreichen wir rechtzeitig Bahn oder Flieger“ usw. Bei manchen Menschen ist die Urlaubsvorfreude auch durch Flugangst getrübt.

Auf der Urlaubsfahrt (Flugzeug, Auto, Schiff) kann es bei sensorisch empfindlichen Menschen immer wieder zu Schwindelgefühl und Übelkeit kommen. Hier ist ein *bewährtes Hausmittel, der Genuss frischer Petersilie kurz vor Reiseantritt*.

Dazu außerdem nur leichte Kost zu sich nehmen, wie Gemüse mit Kartoffeln und als Getränke Fenchel- oder Melissentee.

Bei Flugangst oder Panikreaktionen vor Flugreisen, begleitet von körperlicher Unruhe, empfiehlt sich die Gabe von

Aconitum eine Stunde vor Abflug.

Auch Bachblüten rescue Tropfen, einige Tage vor Reiseantritt haben sich hier bewährt.

Reagiert der Reisende schon in der *Erwartungsspannung mit nervösen Magen-Darmbeschwerden* (Bauchkrämpfen, Durchfall) und ist gereizt und ängstlich beim Anblick der Menschenmenge z.B. in der Schalterhalle, so ist

Argentum nitricum das Mittel der Wahl.

Ein wichtiges Flugangstmittel bei sehr feinfühligen, lebhaften, dabei aber eher vorsichtigen und ängstlichen Menschen ist

Phosphorus



Wenn das Absacken des Flugzeuges in Luftlöchern oder im Landeanflug Unwohlsein und Übelkeit verursacht und der Reisende dabei unruhig und zittrig ist, hat sich **Borax** bewährt.

Bei kurzfristigen Kabinendruckveränderungen bei Start und Landung können bei Menschen mit entsprechender Neigung Belüftungsstörungen im Innenohrbereich, Ohrenscherzen verursachen. Um den Innenohrausgleich zu erleichtern, sollten Erwachsene Kaugummi kauen oder durch Gähnen den Druckausgleich erleichtern. Bei Kleinkindern empfiehlt sich ein Teegetränk oder der Schnuller.

Cocculus indicus

ist das Hauptmittel bei Reiseübelkeit mit Schwindel und mäßigem Schwächegefühl

- Verlangsamte Reizleitung der Nervenimpulse
- Starker Drehschwindel – Reisekrankheit mit **Schwindel, Übelkeit und Erbrechen**
- **Starker Schwindel beim Betrachten sich bewegender Gegenstände, oder beim Anblick von Gegenständen während man im Auto oder Zug fährt**
- Allgemeine Verschlimmerung durch Schlafmangel

Kommt zu dem Schwindel eine starke Übelkeit, ein Kältegefühl mit kühlem Schweiß und Blässe hinzu, so ist eher

3

Tabacum

angezeigt.

- Ruhepausen, frische Luft und Augenschließen bessern hier die Symptomatik.
- Schlechter durch den Geruch von Tabakrauch
- Erbrechen bei der geringsten Bewegung
- Schrecklich schwach
- Beklommenheit in der Magengrube
- Frösteln mit kaltem Schweiß





SONNENSTICH

In der ersten Phase der Sonnenstichsymptomatik klagen die Personen über pochende Kopfschmerzen.

Zuallererst werden sie an einen schattigen Ort gebracht, mit feuchten Tüchern behutsam gekühlt und mit ausreichend Flüssigkeit versorgt.

In diesem Akutstadium ist meist

Belladonna

das angezeigte Mittel. Die Patienten haben einen roten Kopf, trockene heiße Haut, sind unruhig und auf Geräusche überempfindlich.

- Belladonna bei rotem, heißem Kopf mit starken, klopfenden KS (Hände und Füße können dabei eher kalt sein). Die Pupillen können erweitert sein. Unruhe, empfindlich gegen Geräusche -

Im Falle von heftigen, berstenden KS, bei eher blassem Gesicht ist

Glonoinum

das Mittel der Wahl.

- Augen starr, Gesicht blass mit kaltem Schweiß, Kopf heiß, Körper kühl, Puls ist sehr schnell und kaum zu fühlen -

4

Aconitum

ist auch ein Mittel bei Sonnenstich. Etwa durch Einschlafen in der Sonne...

- Trockene Hitze des ganzen Körpers.
- Der Betroffene hat ein rotes Gesicht im Liegen, welches blaß wird beim aufsitzen.
- KS mit Völlegefühl, dabei Schwäche und vor allem Angst (zu sterben), die sich auch in starker Unruhe äußern kann.

Sollten sich die Symptome so verändern, dass der Patient anfängt zu schwitzen, aber starke KS bestehen bleiben, so kann

Belladonna ein Folgemittel sein.

Achtung! Ärztliche Hilfe aufsuchen, wegen Gefahr eines beginnenden Hirnödems!

Bei Hitzekrämpfen, etwa durch Sport bei viel Sonne, entsteht durch starkes Schwitzen ein Kochsalzverlust. Den kann man ausgleichen durch Trinken salziger Gemüsebrühe.

Magnesium phosphoricum

ist ein homöopathisches Mittel, das den Krampf löst.





HITZEUNVERTRÄGLICHKEIT

Beim sogenannten Hitzestau (z.B. durch längere Autofahrt an heißen Tagen) eignet sich

Pulsatilla

entsprechend der Konstitution, Pulsatilla-Patienten

- lamentieren gern
- zeigen wechselhafte Launen
- ertragen keine enge Kleidung
- vor allem auch keine heißen, stickigen Räume
- und sind grundsätzlich lieber an der frischen Luft.

Im Gegensatz zur Pulsatilla-Konstitution hält sich der

Gelsemium

-Patient ungern im Freien auf. Er reagiert

- bei Sonnenhitze mit KS
- fühlt sich dabei wie benommen
- besonders die Gliedmaßen und die Augenlider werden als schwer und wie gelähmt empfunden.

Das Hauptmittel gegen das Schwächegefühl und die Erschöpfungssymptomatik bei sommerlichen Temperaturen ist

Natrium muriaticum

Bereits kleine Anstrengungen in der Sonnenhitze werden gemieden, da sie zu Erschöpfung führen.

Bei milden Formen von Hitzeohnmacht

- mit Blässe
- Parästhesien (Die *Parästhesie* bezeichnet eine unangenehme, manchmal schmerzhaft empfundene Körperempfindung mit Kribbeln, Taubheit, Einschlafen der Glieder) und
- Kaltschweißigkeit, wird

Carbo vegetabilis zur Kreislaufstabilisierung gegeben.



SONNENBRAND

*Essigumschläge bringen bei Sonnenbrand und erstgradigen Verbrennungen Linderung.
(auch bei Verbrennung durch Quallen)*

Ist die betroffene Hautpartie glänzend rot und geschwollen, hilft

Apis

Zur Linderung von stark, brennenden Schmerzen eignet sich vorrangig

Cantharis

anfangs in häufigen Gaben (aufgelöst) verabreicht. Cantharis ist auch bei Blasenbildung angezeigt.

Gibt es kleine brennende, juckende Bläschen kann auch

Urtica urens

das richtige Mittel sein.

Äußerlich empfiehlt sich bei Sonnenbrand die Anwendung einer Arnica-Essenz (z.B. Combudoron Gel von Weleda) oder auch ein Aloe Vera Gel.

Bei tieferen und größeren Verbrennungen geben Sie sofort

Causticum

bis zum Eintreffen des Arztes! Es lindert den Schmerz und beugt dem Verletzungsschock vor.

Combudoron® Gel – Weleda

INSEKTENSTICHE

Zur Verhinderung und Abwehr von Insektenstichen bewährt sich der Verzehr von Knoblauch und Zwiebelsaft. Alternativ kann man den Körper aber auch mit einem Gemisch aus ätherischen Ölen einreiben:

Insektenschutz-Körperöl (auch für die Duftlampe)

30 ml Mandelöl

10 Tropfen äther. Öl Citronella

3 Tropfen äther. Öl Zeder

4 Tropfen äther. Öl Teebaum

Die Reaktion frischer Insektenstiche lässt sich mit dem Auflegen frischer Zwiebelscheiben, oder auftragen von Zwiebelsaft abmildern.



Das Hauptmittel bei Stichen aller Art (auch z.B. Seeigel) ist

Ledum

Zeigen sich

- stark brennende, stechende Schmerzen
- mit Schwellung, Röte und Überwärmung,

so ist das Mittel

Apis angezeigt.

Bei Gefahr einer anaphylaktischen Kreislaufreaktion werden bis zum Eintreffen des Notarztes

Aconitum und Veratrum album im Wechsel gegeben.

(Aconitum ist das Erstmittel bei Schreck- oder Schockzuständen)

WUNDBEHANDLUNGEN

Wunden sind natürlich lokal zu säubern und zu desinfizieren.

Bei Schürfwunden und Schleimhautverletzungen wird

Calendula zur Schmerzlinderung und *Wundheilung* gute Dienste leisten.

7

Ein weiteres hervorragendes Mittel bei

schmerzhaften, dunkelrotblutenden Wunden und *Blutergüssen* ist **Hamamelis**

Hypericum eignet sich bei *stark schmerzenden* Wunden an *empfindlichen Körperstellen* z.B. Fingerkuppen, wie auch bei Nervenverletzungen.

Schnittwunden sind gut mit

Staphisagria zu behandeln.

Nadel - Dornen oder leichte Bissverletzungen mit der typischen Trias

- Röte
- Schwellung
- stechender Schmerz

werden mit **Apis** therapiert.

Ein Hauptmittel zum *Austreiben von oberflächlichen Splitter-* oder *Dornenverletzungen* aller Art ist **Silicea**





Die effektivste Arznei bei stumpfen Traumata, Blutergüssen ist

Arnica

zur Minderung der Schwellung und auch zur Stillung von Blutungen.

Wundinfektionen müssen ärztlich versorgt werden, wegen der Gefahr einer Blutvergiftung. Das Anzeichen einer Blutvergiftung ist ein roter Streifen, der von der Wunde entlang der Lymphbahn Richtung Herzen zu sehen ist... Tritt ein solcher Fall auf, wenn sie auf einer längeren Wanderung oder einer Reise sind, so können sie sich mit dem homöopathischen Mittel **Gunpowder** helfen, bis sie einen Arzt erreichen. Vor der Einnahme von **Gunpowder** empfiehlt es sich, den roten Streifen mit Kugelschreiber an seinem Ende zu markieren, damit sie den Verlauf beobachten können. Kommt der Streifen zum Stillstand, so ist das als Besserung zu verstehen. Wichtig ist, dass sich der Verletzte insgesamt ruhig verhält, um das Krankheitsgeschehen durch Aktivität nicht zusätzlich zu forcieren.

Geht eine Wundinfektion in eine *Eiterung* über so kann die ärztliche Behandlung zusätzlich homöopathisch unterstützt werden.

Hepar sulfuris ist ein Mittel bei eitrigen Wunden mit gelblichem Eiter.

Lachesis bei bläulichen Wundverfärbungen und

Mercurius solubilis bei eitrigen Wunden mit fauligem Geruch.

8

ZERRUNGEN

Das Erstmittel bei

- Muskelzerrungen
- Verstauchungen
- Überlastungsschmerzen (Tennisarm) ist

Arnica

Anfangs in stündlicher Gabe (je nach Potenz zuerst trocken dann aufgelöst)

Rhus toxicodendron

ist bei allen schmerzhaften Verletzungen angezeigt, die sich durch **die laufende Bewegung und wärmende Umschläge verbessern**.

Treten dagegen **bei der kleinsten Bewegung stechende Schmerzen** (Gelenkschmerzen) auf, so eignet sich für die Behandlung

Bryonia alba





Ist das Gelenk rötlich geschwollen, **mit einem Gefühl der Kälte**, aber auch **Erleichterung durch das Anlegen kalter** Kompressen, ist **Ledum** das beste Mittel.

Bei Sportverletzungen mit starken, klar lokalisierbaren Gelenk- und **Knochenschmerzen** so ist **Ruta** ein weiteres hervorragendes Heilmittel.

MAGEN- DARMERKRANKUNGEN

Die Basis der Behandlung liegt hier in der ausreichenden Flüssigkeitszufuhr. Die Patienten sollten auf die Farbe des Urins achten, um dadurch den Flüssigkeitshaushalt einschätzen zu können.

Bei akutem, unstillbarem Erbrechen hat sich

Ipecacuanha bewährt. (Achtung: Erbrechen und Fieber bei Malaria)
Charakteristische Indikation für Ipec. ist die rote Zunge ohne Belag.

Ein klassisches Darminfektmittel, besonders **nach zu reichlicher oder unbedäglichem Nahrung**, ist **Nux vomica**.

Der Patient verspürt besonders morgens

- drückende Magenschmerzen
- Übelkeit und Erbrechen
- seine Laune ist sehr gereizt
- die Zunge ist dick gelblich belegt.

9

Geht **heftiges Erbrechen mit einem stark wässrigen Durchfall und zunehmendem Schwächegefühl** einher, ist

Arsenicum album angezeigt. Der Patient leidet unter krampfartigen Leibschmerzen, hat durchaus Durstgefühl, erbricht aber gleich wieder. (z.B. nach verdorbenem Fleisch, Lebensmittelvergiftung.....)

Okoubaka hilft bei Magenverstimmung mit Bauchkrämpfen und Durchfällen, die **durch Anpassungsprobleme an die fremdländische Küche** auftreten und nach verdorbenen Speisen (milde Verlaufsform).

Ein weiteres Sommer-Durchfallmittel ist **Podophyllum**. Oft **durch Hitze oder Verkühlung ausgelöst**, beobachtet man hier einen wässrigen, spritzenden Durchfall, mit Bauchschmerzen und Erschöpfung.



HARNWEGSINFEKT

Belladonna

Ist das Mittel für das Anfangsstadium nach Verkühlung.

- Plötzlicher Beginn
- Brennende Schmerzen
- Blase schmerzt durch Erschütterung
- Schweißausbrüche
- Hitzewallungen

Das Hauptmittel bei Blasenentzündungen ist

Cantharis

- die Schmerzen zeichnen sich aus, durch einen
- ständigen, schmerzhaften Harndrang
- schneidende, brennende Schmerzen, vor, während und nach dem Urinieren

Macht die Blase Beschwerden als Folge von Nässe und Kälte, nassem Badeanzug, Liegen auf feuchtkaltem Boden usw., ist **Dulcamara** meist hilfreich.

10

ERKÄLTUNG/SOMMERGRIPPE

Touristen unterschätzen häufig wie leicht man sich mitten im Sommer verkühlen kann. Beispielsweise während eines ausgedehnten Badebesuches, oder nach einer aufkommenden Brise am Strand, oder wegen zu leichter Bekleidung in den Abendstunden.

Ist **Verkühlung oder Nässe (Badekleidung)** ein Grund der Erkältung, so ist

Dulcamara

das Mittel der Wahl. Die Betroffenen leiden unter einem

- zähen gelb-grünen Stockschnupfen
- auch mit Beteiligung der Ohren
- Bindehautentzündungen und evtl.
- schleimigen Durchfall

Folgt einem **windigen** Badetag **rasant steigendes Fieber mit Schüttelfrost**, so wird zu Beginn mit **Aconitum** behandelt.

Kommt es im weiteren Fieberverlauf zu einer **zunehmenden Kreislauf-Zentralisierung** gekennzeichnet durch eine





- feucht-schwitzige Haut
- einem roten Kopf
- bei gleichzeitig kalten Extremitäten

ist **Belladonna** das richtige Mittel.

Erkältungen *nach übermäßigem Schwitzen mit Gelenkschmerzen und Fieberbläschen* verlangen nach dem homöop. Mittel

Rhus toxicodendron

Ein Hauptmittel bei grippalen Infekten *im feucht-warmen Sommerwetter* ist **Gelsemium**

Vorherrschend ist hier die *Schwäche und Zitterigkeit*. Der Krankheitsverlauf ist schleppend mit eher gemächlichem Fieberanstieg.

Wird die Grippe von *heftigen Glieder- und Knochenschmerzen* begleitet ist **Eupatorium perfolatum** das richtige Mittel

HEIMWEH

Nicht selten sind, besonders kleine Kinder, von den vielen Eindrücken am Urlaubsort beunruhigt oder verunsichert. Sie vermissen das Vertraute und die gewohnte Umgebung.

Zeigen sich bei

- Gefühlsbetonten
- Launischen
- eher introvertierten Kindern

Heimwehgefühle, eignet sich hierfür **Ignatia**.

Die kleinen Patienten reagieren akut mit *Appetitverlust, sie seufzen gehäuft und lehnen tröstende Zuwendung durch die Eltern ab*.

Das Heimwehkind, das hingegen offen und ausgiebig zu heulen vermag und durch die elterlichen Streicheleinheiten Trost erfährt, bekommt **Pulsatilla**



Kurze Arzneimittelbeschreibungen:

Aconitum napellus

(Echter Sturmhut - Blauer Eisenhut)

Hahnenfußgewächs - Geerntet wird die ganze wildwachsende Pflanze zu Beginn der Blüte

- Plötzlich, innerhalb von Minuten oder Stunden, akut, mit großer heftiger Intensität
- Große Angst - Furcht vor dem Tod - Furcht an der Erkrankung zu sterben
- Große Ruhelosigkeit
- Beschwerden nach einem furchterregenden Ereignis, nach Schock
- Beschwerden nach WIND, vor allem kalter, trockener Wind
- SONNENSTICH

Mittel für den Anfang einer akuten Erkrankung.

AUGEN

Rot und entzündet, **trockenes u. heißes Gefühl** - Lider geschwollen und hart - Abneigung gegen Licht - **reichlicher Tränenfluß ausgelöst durch kalten, trockenen Wind**

OHREN

Sehr sensibel gegen Geräusche - Außenohr heiß, rot u. schmerzhaft - Ohrenschmerzen - Gefühl wie von einem Wassertropfen im Ohr

NASE

Geruchssinn überempfindlich - Schmerzen an der Nasenwurzel - viel Niesen - **Schleimhaut trocken, Nase verstopft, trocken oder nur mit wenig wässrigem Schleim**

12

GESICHT

Eine Wange rot, die andere blass - beim Aufstehen Schwindel und Blässe - Neuralgie besonders linksseitig mit **Vibrieren, Taubheit, Unruhe**

INNERER HALS

Rot, trocken, eingeschnürtes Gefühl - Mandeln geschwollen und trocken

ATEMWEGE

Atemnot bei geringster Bewegung - **heiserer, trockener, kruppertiger** Husten - (greift sich an den Hals immer beim Husten) - Kurzatmigkeit - < nachts u. nach Mitternacht - **vibrieren** im Brustkorb nach dem Husten

FIEBER

Kalter Schweiß und eisige Kälte im Gesicht - Kälte u. Hitze wechseln - **Kältewellen gehen durch den Körper - Durst und große Unruhe** -

MODALITÄTEN besser im Freien; schlechter im warmen Raum, abends u. nachts; schlechter beim Liegen auf der befallenen Seite, bei Musik, Tabakrauch, bei kaltem, trockenen Wind





Apis

Honigbiene, ganzes Tier

- Symptome wie bei einem Bienenstiches: **brennen, stechen, Röte, Schwellung**
- Biene = **geschäftig, vital, stark, eifersüchtig, gereizt**
- Folgen von Allergie, Kälte, zu viel Sonne, Hitze, Insektenstich

AUGEN

Lider geschwollen, rot, ödematös – starke Bindehautschwellung – eitrig
Entzündungen – plötzliche durchdringende Schmerzen

INNERER HALS

Pharyngitis mit Besserung durch kalte Getränke – **sackartig geschwollenes Zäpfchen** –
Halsschmerzen erstrecken sich zu den Ohren – **Tonsillen geschwollen, gedunsen u.
feurig rot** – Gefühl einer Fischgräte im Hals

ATEMWEGE

Hat das Gefühl als ob er keinen Atemzug mehr tun könnte – **Erstickungsgefühl** –
trockener, kurzer Husten

13

FIEBER

Nachmittags frösteln mit Durst - < bei Bewegung und Hitze – schläft **nach** den
Fieberattacken – Fieber mit Schwitzen und trockener Hitze im Wechsel

MODALITÄTEN schlechter: Hitze in jeder Form, Berührung, Druck, spät am
Nachmittag, nach dem Schlaf, in geschlossenen u. heißen Räumen,
besser durch: in der freien Luft, beim Abdecken und Kaltbaden





Arnica

Bergwohlverleih, vorsichtig getrockneter u. gepulverter Wurzelstock mit Wurzeln

- Zerschlagenheits- und Wundgefühl
- Starke Schmerzempfindlichkeit, alles wird als zu hart empfunden sogar das Kopfkissen
- **Folgen von Entzündungen** – eitrige Phänomene – von **Verletzungen, Unfällen – Schock – Überanstrengung – Influenza**

KOPF

ist heiß mit kaltem Körper – Gegenstände wirbeln herum (Schwindel), besonders beim Gehen, Gehirnerschütterung

AUGEN

Schwindel beim Augenschließen – Gefühl von Müdigkeit und Erschöpfung der Augen nach Besichtigungen, Filmen etc.

OHREN

Geräusche im Ohr, verursacht durch Blutandrang zum Kopf

ATEMWEGE

Heiserkeit infolge Überanstrengung – trockener Kitzelhusten – alle Knochen und Knorpel der Brust schmerzen – **heftiger krampfhafter Husten mit Herpes im Gesicht** – Keuchhusten, das Kind weint **vor** dem Anfall – **Husten infolge von Weinen**

FIEBER

Zittern über den ganzen Körper hin – Hitze u. röte des Kopfes mit Kälte im übrigen Körper – innerliche Hitze, doch Hände und Füße kalt

EXTREMITÄTEN

Große Angst davor berührt zu werden, Schmerz in Rücken u. Gliedern wie geprellt oder geschlagen, Gefühl von Verstauchung, Verrenkung, Wundheit nach Überanstrengung, alles worauf er liegt scheint zu hart zu sein

HAUT

Schwarz u. blau, **Blutergüsse, Prellungen**, Wundliegen, Entwicklung kleiner Furunkel – charakter. ist die **symmetrische Verteilung**

MODALITÄTEN

Schlechter durch geringste Berührung, Bewegung – feuchte Kälte
Besser durch Liegen oder Kopftieflage



Arsenicum album

Weißes Arsen

- Akute Erkrankungen mit großer Ruhelosigkeit, Angst, Kälteempfinden und Durst auf häufige u. kleine Mengen
- Große Angst um die Gesundheit – Verzweiflung – Angst allein zu sein
- Große Erschöpfung nach leichtester Anstrengung
- Brennende Schmerzen
- Folgen von Allergien, Entzündungen, Infektionskrankheiten

KOPF

Grippe-Kopfschmerzen werden durch kalte Umschläge gebessert

AUGEN

Brennen in den Augen mit scharfem Tränenfluß – Ödeme um die Augen herum – intensive Lichtempfindlichkeit – **brennend heißer** und ätzender Tränenfluß

OHREN

Dünner, ätzend übelriechender Ohrenausfluß

NASE

Dünne, wässrige, ätzende Absonderungen, die zwar heraustropft, aber die **Nase bleibt trotzdem verstopft** – Niesen ohne Erleichterung

INNERER HALS

Ödematöse Schwellung – Gefühl alles ist zusammengeschnürt und **brennende** Schmerzen

ATEMWEGE

Asthma das sich um Mitternacht verschlechtert – Husten < **nach Mitternacht** und < in Rückenlage – brennen im Brustkorb – Husten schlimmer durch kalte Luft oder im Freien und **schlimmer durch Trinken**

MAGEN

Folgen von verdorbener Nahrung, Lebensmittelvergiftung, verdorbenem Obst, ungewohnter Kost auf Reisen. Durchfall und Erbrechen mit großer SCHWÄCHE, Schwindel, Leichenblässe. Alleine der Geruch von Speisen macht Übelkeit.

Besserung durch warme Getränke.

FIEBER

Hohe Temperaturen mit Delirium und Erschöpfung, große Unruhe, < nach Mitternacht (12 h mittags) große Hitze um 3 h nachts (3 h mittags)

MODALITÄTEN

Schlechter durch: feuchtes Wetter, nach Mitternacht, von kalten Getränken oder Speisen, auf der rechten Seite

Besser durch: Hitze, durch erhöhten Kopf und warme Getränke



Belladonna

Tollkirsche – benutzt wird die frische Pflanze ohne Wurzel, bei beginnender Blüte

- Akute Erkrankungen mit heftigem und plötzlichem Beginn
- Hitze, Rötung, Pulsieren, Brennen, Schwellung
- Schwellung oder Entzündung heiß, hochrot, berührungsempfindlich
- Roter heißer Kopf, erweiterte Pupillen – Hände u. Füße kalt
- Kein Durst
- Folge von Zugluft, zu viel Sonne, Hitze, Ärger, Kopf der Kälte ausgesetzt (z.B. nach Haare waschen), Erkältung, Entzündung

KOPF

Hochgradige **hämmernde u. pulsierende Kopfschmerzen** (auch bei Migräne) beginnen oft im Hinterkopf u. strahlen zur rechten Schläfe oder **Stirn** aus – Kopfschmerzen werden gebessert durch **kalte Umschläge, liegen im Dunkeln**, Druck oder **festes Einbinden des Kopfes** – Beginn der Kopfschmerzen oft gegen **15 h** – Kopf nach hinten gezogen, rollt von einer Seite auf die andere - **Nebenhöhlenschmerzen** verschlimmert durch Berührung und durch Vorwärtsbeugen, Besserung durch festen Druck
Schwindel mit Verschlimmerung beim Drehen des Kopfes oder durch Umdrehen im Bett

AUGEN

Pupillen erweitert – Augen hervortretend – starrend – glänzend – doppelt sehen - **Lichtscheu**

OHREN

Mittelohrentzündung mit hochgradigen Schmerzen, gewöhnlich **rechtsseitig**, schlimmer nachts im Bett, **pulsierender Schmerz** – Kinder schreien vor Ohrschmerzen

INNERER HALS

Akute eitrige Mandelentzündung, schlimmer auf der rechten Seite – **Einschnürungsgefühl im Hals**, schwieriges Schlucken – Mandeln rot und vergrößert

ATEMWEGE

Kitzelnder, trockener, kurzer Husten mit nächtlicher Verschlimmerung – Heiserkeit mit Verlust der Stimme

FIEBER

Hohes Fieber – kalte Füße – während des Fiebers kein Durst

MODALITÄTEN

Schlechter durch: Berührung, Bewegung Sonne, Licht, Lärm, Haarwäsche, Hitze, beim Hinlegen
Besser durch: kalte Umschläge, Liegen im Dunkeln, Druck, erhöhtes Liegen



Nux vomica

Strychnos nux vomica

Brechnussamen, ist in Indien, China, Burma, Thailand und Australien heimisch. (Das in der Pflanze enthaltene Strychnin kam im Mittelalter gegen die Pest zur Anwendung)

- **Folgen von Stress, Überanstrengung, Überessen, zu viel Alkohol, Medikamenten, Nikotin, ausschweifendem Lebenswandel, Schlafmangel, Durchnässung, Erkältung, Kälte - Mittel für „workaholics“**
- **Reizbare ungeduldige, ehrgeizige Patienten mit starkem inneren Antrieb**
- **Große Sensibilität gegenüber Stimulation (Licht, Lärm, Gerüche)**
- **Kollaps und Erschöpfung durch Überarbeitung**

KOPF

Kopfschmerz im Hinterkopf oder über den Augen mit Schwindel - < morgens - „Kater“

AUGEN

Lichtscheu - < morgens

NASE

Benommenmachende Erkältungen - Niesen und Schnupfen morgens beim Erwachen oder Aufstehen - Fließschnupfen morgens doch nachts und draußen an der Luft ist die Nase verstopft - scharfe Absonderungen, aber mit Verstopfungsgefühl

17

INNERER HALS

Rauhes, abgekratztes Gefühl - Kitzeln nach Aufwachen morgens - **Rauheit** - Stiche ins Ohr hinein - Heiserkeit

MAGEN

Magenschmerzen < durch Wut, enge Kleidung - Krämpfe od. stechende Schmerzen - Säuglinge mit Koliken - Magengebiet sehr druckempfindlich - Übelkeit und Erbrechen mit viel Würgen - saures bitteres Aufstoßen - Sodbrennen - Oberbauch aufgetrieben
Verstopfung mit ständigem, ergebnislosen Stuhldrang

MODALITÄTEN

Schlechter: morgens, nach dem Essen, bei Berührung, Kälte, Gewürze, Stimulantien, geistige Überanstrengung

Besserung: nach kurzem Schlaf ohne geweckt zu werden, abends, Ruhe, bei nassem feuchten Wetter, bei starkem Druck





Pulsatilla

Pulsatilla pratensis, Küchenschelle

- Sanftes Wesen, anhänglich, schüchtern, weinerlich, Kind klebt an der Mutter, sucht Trost und Gesellschaft, wechselhafte Stimmungen, leicht zu beeinflussen, fühlt sich verlassen
- Friert leicht, aber fühlt sich besser an frischer Luft, im Freien und bei Bewegung
- Empfindung als würde kaltes Wasser über den Rücken gegossen

KOPF

Kopfschmerz durch Überarbeitung, **pulsierend > im Freien** – Migräne gegen Ende der Menses – **Kopfschmerzen schlimmer im Klimakterium, durch Hitze, Sonne** – errötet leicht, Hitzewallungen zum Gesicht hin

MUND

Trockener Mund, KEIN DURST

NASE

Heuschnupfen – chronische Nasenverstopfung – **milde, oft grünliche Absonderungen aus der Nase** -

AUGEN

Bindehautentzündung – grünliche Absonderungen – **Juckreiz, Tränenfluß und schmerzen in den Augen, besser durch kalte Anwendungen**

OHREN

Akute und chronische Mittelohrentzündung – **Ohrenschmerzen oft schlimmer nachts, schlimmer durch Hitze, pulsierender Schmerz** – Absonderungen aus den Ohren

VERDAUUNGSTRAKT

Magenverstimmung durch Fett und reichhaltige Speisen – Blähungen – kolikartige Schmerzen, die plötzlich kommen und langsam verschwinden – langsame Verdauung mit saurem Aufstossen – Schwangerschaftsübelkeit – Übelkeit und Erbrechen durch Kopfschmerz

MODALITÄTEN

Schlechter: durch Hitze – reichliche fette Nahrung – nach dem Essen – gegen Abend – warmes Zimmer
Besserung: im Freien – Bewegung – kalte Anwendung – kalte Nahrung und Getränke wenngleich ohne Durst



Zeichenerklärung:

< = Verschlimmerung

> = Verbesserung

Literaturempfehlung:

Grollmann, Heidi / Maurer, Urs: Homöopathische Selbstbehandlung in Akutfällen

Gibt es leider nur hier, direkt beim Verlag:

<http://www.sunrise-versand.de/>