Newsletter 45

für unsere Patienten

www.dgmh.org

April 2010

Deutsche Gesellschaft für miasmatische Homöopathie e. V. (DGMH)

Liebe Leserinnen und Leser,

mit den „lieben kleinen“ ist das so eine Sache: eben noch war man froh, dass die Zeit der unruhigen Nächte und des Windelnwechselns vorbei ist und genoss eine kurze Zeit der Ruhe – und dann klingelt schon die Pubertät an der Tür und sorgt für „Action“.

Wir wollen in diesem Newsletter mal aus homöopathischer Sicht auf die „Sturm-und-Drang-Zeit“ schauen: was passiert da eigentlich medizinisch und wie beeinflusst es die Gesundheit der Kinder - Verzeihung, Jugendlichen?

Dachten Sie bislang, das Verrücktspielen der Hormone sei doch nur menschlich? Von wegen: auch Tierkinder kommen in die Pubertät, und aus dem süssen kleinen Welpen wird plötzlich eine echte Kratzbürste. Tierheilpraktikerin Christine Stroop erklärt Ihnen die Hintergründe.

Wenn Sie Lust haben auf mehr Homöopathie, empfehlen wir Ihnen unseren neuen Laienkurs an der DGMH-Akademie: in fünf Abenden machen wir Sie ab 25. Mai zu „mündigen Patienten“ – mehr dazu auf S. 5!

Nun aber: viel Spaß beim Lesen und gute Gesundheit!

Ihr Newsletter-Team der DGMH

Pubertät: Zeit der Veränderungen

Drüsen- und andere Pubertätsprobleme / von Dr. med. Sybille Freund

In der Pubertät ändert sich vieles. Die Hormone spielen verrückt und neben sozialen Störungen, machen manchmal auch Drüsen Beschwerden. Zwei Probleme treten nämlich öfter mal in der Pubertät auf. Die eine Auffälligkeit kann erschrecken: Knoten in den Brüsten, die Brustknospen: die ersten Zeichen des Brustwachstums. Gerade, wenn junge Mädchen schon von Brustkrebs gehört haben und von Knoten in den Brüsten, können Sie sehr erschrecken, wenn ihre eigenen Brüste anfangen zu wachsen. Die Brustdrüsen sind am Anfang häufig knotig, fest und schmerzempfindlich. Ganz besonders stark fällt es auf, wenn dies bei Jungs auftritt. Das darf allerdings sein und ist kein Krankheitszeichen. Diese schmerzhaften Knötchen verschwinden nach einiger Zeit wieder und sind kein Hinweis, dass diesem Jungen womöglich Brüste wachsen. Homöopathisch würde ich hier nur eingreifen, wenn die Beschwerden deutlich schmerzhaft und andere krankhafte Ursachen für die Schmerzhaftigkeit ausgeschlossen sind.

Eine andere Drüse, die in der Pubertät zu Beschwerden führen kann, ist die Schilddrüse. Ihre Funktion kann aus dem Lot geraten, so dass die Pubertierenden besonders antriebsschwach oder besonders hibbelig werden können. Auch der Kreislauf kann dann durcheinander kommen. Hier kann man homöopathisch behandeln, beson-

Herausgeber.: Deutsche Gesellschaft für miasmatische Homöopathie e.V., Liebknechtstr. 14, **63303 Dreieich** **www.dgmh.org**

V.i.S.d.P.: Dr. med. Sybille Freund Bestellung oder Abbestellung des Newsletters per e-mail an info@dgmh.org

ders gut, wenn man den miasmatischen Hintergrund kennt.

Ursprünglich wollte ich den Artikel über Drüsen noch länger gestalten, aber nun möchte ich doch darauf einzugehen, wann eine homöopathische Behandlung notwendig und sinnvoll ist und wann nicht, weil eine Patientin mich kürzlich nach einer homöopathischen Behandlung Pubertierender fragte, die soziale Konflikte aufwerfen.

Eltern möchten für ihre Kinder naturgemäß nur das Beste. In medizinischer Hinsicht heißt das, dass die Kinder die beste Ernährung bekommen, die beste Prophylaxe und die beste Therapie. Wenn sie krank werden, bekommen sie die „besten" Hilfsmittel: bei Husten Hustenlöser, bei Fieber Fiebersenker, bei Halsentzündung ein Antibiotikum, bei Hyperaktivität Ritalin. Gut, das ist jetzt etwas plakativ und in manchen Fällen mögen die Medikamente schon sinnvoll sein. Häufig vergessen wir aber, dass Kinder sich entwickeln müssen. Das ist ein aktiver Vorgang. Kinder müssen ihre Muskeln trainieren, damit diese wachsen. Deshalb haben sie so einen starken Bewegungsdrang. Sie müssen denken, damit ihr Gehirn sich entwickelt, sie müssen gucken, damit sich die Augen entwickeln. Wird z.B. ein Auge abgedeckt, entwickelt sich die Sehbahn nicht und das Auge erblindet. Das gleiche gilt meiner Ansicht nach auch für das Immunsystem: Infekte sind für das Immunsystem ein Training (zu häufige oder schlecht verlaufende Infekte bedürfen natürlich einer gesonderten Betrachtung) und soziale Auseinandersetzungen trainieren die soziale Intelligenz.

Wenn in der Pubertät also soziale Konflikte auftreten, ist das sicher nicht angenehm, aber es ist ein durchaus normaler Vorgang. Das Verhältnis zwischen Eltern und Kindern ändert sich, die Jugendlichen müssen sich neu definieren. Auf neurologischer Ebene wird extrem viel umgebaut, Synapsen (Nervenverbindungen) schließen sich, neue Verknüpfungen entstehen. In einer Zeitschrift, die sich mit dem Thema Pubertät beschäftigte, stand deshalb auch der Satz: „Wenn Ihre Kinder in der Pubertät sind, hängen Sie Ihnen am besten ein Schild um: Zur Zeit wegen Umbauarbeiten außer Betrieb". Ich fand diesen Satz sehr schön und man kann als Eltern mit diesem Satz im Hinterkopf so manche Äußerungen der Pubertierenden viel besser verkraften. Behandlungsbedarf sehe ich allerdings nicht, solange, die Pubertät noch in normalen Bahnen abläuft. Erst wenn der/ die Jugendliche sich oder andere gefährdet oder gesundheitliche Beschwerden bekommt, sollte man im Einzelfall abwägen, ob eine Behandlung sinnvoll ist.
Sonst gilt für die homöopathische Behandlung wieder mal: Weniger ist mehr!

Dr. med. Sybille Freund ist Homöopathin in Dreieich, Vorsitzende der DGMH und regelmäßige Autorin für den Newsletter

Die Miasmatik in Zeiten der Pubertät / von HP Tanja Radigk

Pubertät ist die Zeit, in der Eltern anfangen schwierig zu werden, so sehen es zumindest die meisten Betroffenen.
Auch werden viele andere Dinge schwieriger oder verändern sich. Alles ist dann anders, der Körper, die Gedanken und überhaupt spielt alles verrückt.
Die Zeiten der Hormonumstellung sind auch homöopathisch gesehen eine Zeit der Veränderungen. Je nach Lebensenergie und Miasmatik läuft alles mehr oder weniger glatt.
Doch bei manchen Jugendlichen sind die Veränderungen stärker als bei anderen. Dann stellen sich plötzlich Symptome ein und manch ein Krankheitsbild entwickelt sich.
Es sind nicht nur Hauterkrankungen, wie Akne, die auftreten und den Jugendlichen das Leben schwer machen. Häufig wird durch das Einsetzen der Periode alles auf den Kopf gestellt.
Nicht immer kommt die Periode regelmäßig und schmerzlos. Häufig ist diese unregelmäßig, schmerzhaft und bringt sogar neue Symptome mit sich. Hier kommt es zu Migräne, Übelkeit, Kreislaufbeschwerden oder anderen Beschwerden. Andere leiden unter starken Wachstumsbeschwerden, gerade wenn das Wachstum in kurzer Zeit sehr ausgeprägt ist.
Knochenschmerzen und Eisenmangel können die Folge sein.

Aber gerade Hautbeschwerden (Akne) sind für die Jugendlichen am schwersten zu ertragen. Das soll weg und ganz schnell aufhören. Immerhin sind das Beschwerden, die jeder sehen kann und das eigene Äußere ist in dieser Zeit besonders wichtig. Da will man nicht in einer Haut stecken, die nicht richtig zu einem selbst gehört. Man fühlt sich nicht mehr wohl in der eigenen Haut und die eigene Identität gerät ins Wanken.
Hier kann man homöopathisch gut therapieren und sollte es auch tun.
Die Pubertät oder auch andere hormonelle Umstellungsphasen (Wechseljahre, etc.), sind Zeiten, in denen die Miasmatik aus einer latenten Phase in eine akute wechseln kann.
Gerade wenn Symptome sich zu echten Krankheiten entwickeln und dauerhaft bleiben, haben wir es mit einem aktiven Miasma zu tun.
Leichte Beschwerden in dieser Zeit vergehen oft von allein oder pendeln sich selbstständig ein.
Aber sobald man einen chronischen Verlauf erkennen kann, besteht die Möglichkeit einer miasmatischen Behandlung.
Nur die Haut mit unterdrückenden Salben und Cremes zu behandeln, ist genauso unnütz, wie die unregelmäßige Periode mit der Pille zu einer Regelmäßigkeit zu zwingen.
Hier sind tiefere Gründe der Anlass und diese lassen sich nicht mit Hilfe von oberflächlichen Therapien heilen. Wird die Pille abgesetzt oder die Creme nicht mehr verwendet, dann treten die Symptome ungeheilt wieder an die Oberfläche.
Diese Art der Unterdrückung kann auch eine Krankheitsverschiebung auslösen. Wenn eine Hauterkrankung nur unterdrückt wird, kann es zu anderen Krankheiten kommen.
Diese können noch schwerwiegender sein und den Patienten schwer beeinträchtigen.
Hier lohnt sich der Blick durch die homöopathische Brille und man sollte dem Gedanken folgen, dass sich nichts aus nichts entwickelt. Alles hat einen Grund und hier ist es die Veranlagung zu bestimmten Erkrankungen, welche mit gleichem tiefen Verständnis begegnet werden sollte.
Das heißt, eine individuelle Behandlung unter Berücksichtigung aller Symptome des Patienten.
In der Pubertät meldet sich oft die zugrunde liegende Miasmatik und wird sehr aktiv.
Diese bringt man aber durch unterdrückende Behandlungen nicht zur Heilung.
Das eigene Miasma bleibt solange aktiv, bis es mit dem passenden Mitteln beruhigt wird und nur dann erfährt der Patient tiefe Heilung und Verbesserung seiner Symptome.

Tanja Radigk ist Heilpraktikerin und Homöopathin in Babenhausen bei Darmstadt, Mitarbeiterin und Mitglied der DGMH sowie regelmäßige Autorin für den Newsletter.

Tierisch pubertär!

Tiere im „Teenager-Alter“ / von Tierheilpraktikerin Christine Stroop

Unter Pubertät versteht man nicht nur die Geschlechtsreife eines Lebewesens im Sinne von Fortpflanzungsfähigkeit erlangen, sondern auch den Verlauf der Entwicklung, in der es zu einem ausgewachsenen Körper und zu geistiger Reife kommt. Dieses „erwachsen werden“ ist ein komplizierter Prozess, an dem viele Faktoren Anteil haben. Die Geschlechtsreife ist nur ein Teil der Pubertät. Die Pubertät beginnt, indem die Hirnanhangdrüse ein hormonelles Signal an den Körper sendet, in bestimmten Organen verstärkt Geschlechtshormone herzustellen und ins Blut auszuschütten. Bei männlichen Säugetieren ist dies hauptsächlich Testosteron, bei weiblichen Säugetieren Östrogen. Aber auch das Schilddrüsenhormon Thyroxin hat einen erheblichen Anteil an der Geschlechtsreifung.
Es kommt während dieser Zeit zu einer deutlich erhöhten Konzentration von Testosteron und Östrogen. Dies führt zum endgültigen Übergang vom „Kind“ zum „fortpflanzungsfähigen Erwachsenen“, zur Ausreifung des Körpers und ganz am Ende dieses Prozesses auch zur geistigen Reife.
Die geistige Reife ist erst einige Zeit nach der körperlichen Reife abgeschlossen.
Die weiblichen Säugetiere bilden in sich befruchtungsfähige Eizellen und bei den männlichen Tieren zeugungsfähige Spermien. Heute weiß man, dass der Beginn und der Verlauf der Pu-

bertät genetisch gesteuert wird. Die Pubertätsgene KiSS1 uns KiSS1R sollen bei diesem Prozess von Bedeutung sein.

Wann ein Säugetier in die Pubertät kommt und wann es geschlechtsreif wird und in der Lage ist sich fortzupflanzen und wann die geistige Reife hat, hängt von Art und Rasse ab.

Weibliche Katzen werden in der Regel um den 5.-7. Monat, je nach Rasse auch später, rollig. Zwergkaninchen sind häufig schon um die 12. Woche fortpflanzungsfähig. Bei Hunden tritt die erste Hitze zwischen dem 7. und 9. Monat ein. Kleine Rassen früher, große Rassen häufig auch später, gelegentlich erst im Alter von über 12 Monaten.

Männliche Tiere fangen mit dem Beginn der Geschlechtsreife häufig an zu markieren und Ihr Revier und Ihren „Besitz“ mit Urinmarken zu versehen. Hunde heben dann beim Urinieren in der Regel das Bein. Achtung auch: bevor sich dieses Verhalten zeigt, können die männlichen Tiere schon in der Lage sein zeugungsfähige Spermien zu bilden und ein paarungsbereites Weibchen zu decken.

Auch das Verhalten erfährt eine Veränderung. Die sogenannte Sturm-und-Drang-Phase beginnt.

Beim Menschen wissen wir alle wie „anstrengend“ pubertierende Teenager sein können. Bei unseren Haustieren nehmen wir das vorzugsweise bei den Tieren am stärksten wahr, die am engsten mit uns zusammen leben.

Hunde, die bisher schon recht gut erzogen waren, hören überhaupt nicht mehr. Es kommt zu rüpelhaftem Verhalten bis hin zu Raufereien mit Artgenossen. Katzen, die Freigang haben, fangen an ihr Revier zu verteidigen und kommen mit Blessuren nach Hause. Für den Halter ist nun „Nerven behalten und cool bleiben“ angesagt. Die meisten Tiere wollen nun eigenständig auf Nahrungs- und Partnersuche zu gehen und werden unabhängiger. Das alles ist bei Tieren in unserer Obhut natürlich nicht in dem Maße möglich wie in der Natur und so sind Konflikte vorprogrammiert. Bei Arten, die in Hierarchien leben, werden die pubertierenden Sprösslinge im Rang eingeordnet, was nicht immer ohne Konflikte läuft.

Beim Menschen haben Forscher herausgefunden, dass sich in der Pubertät im Gehirn viele vorhandene neuronale Verknüpfungen einfach auflösen und sich neue bilden. Auch wurde ein Hormon entdeckt, das für solch unkontrolliertes pubertäres Verhalten verantwortlich sein soll. Fakt ist, das Gehirn verändert sich während der Pubertät enorm. Dies scheint für alle Säugetiere zu gelten. Diese Veränderungen haben auch unkonzentriertes Verhalten und Lernschwierigkeiten zur Folge. Dies scheint für alle Säugetiere zu gelten.

Es gibt Versuche von Sheryl Smith von der State University New York mit Mäusen, die zeigen, dass mit Beginn der Pubertät im Hippocampus Nervensignale schlechter übertragen werden.

Es bilden sich im Hippocampus vermehrt Rezeptoren, die die Lernleistung bremsen. Ein Botenstoff stört zusätzlich die Weiterleitung von Nervenimpulsen. Als Folge der Gehirnveränderungen schnitten pubertierende Mäuse in Lerntests schlechter ab als vorpubertäre Artgenossen.

Das Hormon welches beim Mensch für die pubertären Angst- und Unruhezustände verantwortlich gemacht wird, heißt Allopregnanolon. Im Fachblatt „Nature Neuroscience“, veröffentlichen Neurobiologen um Hui Sheng, dass der Stoff Allopregnanolon in pubertären Mäusen eine besonders starke Angst und Unruhe auslöst.

In der freien Natur sind Tiere vielen Bedrohungen ausgesetzt. So scheint in dieser Phase die verstärkte Angst das Überleben zu sichern und den selbständiger werdenden Tieren zu helfen., denn alles Neue könnte gefährlich sein. Die pubertäre Sturm-und-Drang-Phase, auch die der Menschen könnte demnach ein evolutionäres Überbleibsel sein, welches durchaus Sinn macht,

auch wenn es in unserer heutigen Umwelt ziemlich unbequem ist.
Spannenderweise bewirkt das Hormon Allopregnanolon bei erwachsenen Menschen genau das Gegenteil.
Auch bei Tierversuchen zeigte sich vor oder nach der Pubertät genau dieser Effekt.
Es ist natürlich klar, dass es bei solch komplizierten Vorgängen dazu kommen kann, dass manche Reaktionen überschießen und nicht im Normbereich verlaufen. Die Geschlechtsreife kann zu früh oder zu spät einsetzen. Es kann damit verbunden zu verschiedenen Erkrankungen kommen. Z.B. kann die erste Hitze zu stark oder zu lange andauern. Die Verhaltensveränderungen können im extrem bis zur Verhaltensstörung führen. Sollte dies der Fall sein, kann das richtige homöopathische Mittel die hormonellen Vorgänge wieder ins Lot bringen und dadurch nicht nur die körperlichen Folgen, sondern auch die Verhaltensveränderungen regulieren.
Bei normalen Verlauf gilt in dieser Entwicklungsphase souverän bleiben. Erwachsen werden, ob nun bei Mensch oder Tier, heißt sich entwickeln, in Konfrontation gehen, Erfahrungen sammeln und sich ablösen. Dies ist ein notwendiger Prozess auf dem Weg zum Erwachsen werden, auch wenn es von der Umwelt viel Verständnis und Geduld fordert. Meinen Tierbesitzern, besonders den Hundehaltern, gebe ich immer ein „Ich bin ein Fels“ mit auf den Weg:-)

Christine Stroop ist Tierheilpraktikerin in Hattersheim, Vorstandsmitglied der DGMH und regelmäßige Autorin für den Newsletter.

Wenn Sie über die Angebote der DGMH-Akademie informiert werden möchten, tragen Sie sich bitte in unseren Mail-Verteiler ein: www.dgmh.org/akademie/mailing.php. Wir senden Ihnen gern unsere aktuellen Informationen zu!

Neues von der DGMH-Akademie:
Kurs „Homöopathie für Laien“

5x dienstags ab 25. Mai 2010

Homöopathie weckt bei vielen Menschen, die schonende und ganzheitliche Behandlung von Krankheiten schätzen, reges Interesse. Zugleich ist sie aber auch nicht unbedingt leicht verständlich und entzieht sich Bewertungsmaßstäben der Schulmedizin.
In diesem Kurs für Laien vermittelt Nathalie Baranauskas die wichtigsten Grundkenntnisse über Homöopathie und macht Sie so zu „kompetenten Patienten“.
Zu den Themen des Kurses gehören die Entdeckung der Homöopathie durch Samuel Hahnemann, die Grundprinzipien („Ähnlichkeitsgesetz“, Arzneimittelprüfung, Potenzierung, Miasmatik), aber auch Grundinformationen zu vielen zentralen homöopathischen Arzneimitteln, Tipps zur Verwendung und zu den Grenzen der Selbstbehandlung.
Der Kurs hilft dabei, in einer homöopathischen Therapie als Patient kompetent mitarbeiten zu können und gibt einen guten Überblick über diese Heilmethode.

Die Teilnahmegebühr beträgt 170 €.

Termine und Ort
25. Mai 2010 (18:30 - 21:00 Uhr)
1. Juni 2010 (18:30 - 21:00 Uhr)
8. Juni 2010 (18:30 - 21:00 Uhr)
15. Juni 2010 (18:30 - 21:00 Uhr)
22. Juni 2010 (18:30 - 21:00 Uhr)
Alle Termine finden in Darmstadt statt.

Nathalie Baranauskas

Nathalie Baranauskas ist Heilpraktikerin und ausgebildete Therapeutin in Klassischer Homöopathie. Sie ist Schülerin von Wolfgang Mettler und Yves Laborde und seit 2007 in eigener Praxis als Homöopathin in Münster bei Dieburg tätig. Daneben ist sie Mitarbeiterin der DGMH.