



Newsletter 47

www.dgmh.org

für unsere
Patienten

Juli 2010

monatliche Informationen der Deutschen Gesellschaft für miasmatische Homöopathie e.V. (DGMH)

Liebe Leserinnen und Leser,

kurz vor Fertigstellung dieses Newsletters schneite die Meldung herein, dass Karl Lauterbach, Gesundheitspolitiker der SPD, ein Verbot der Erstattung von Homöopathie durch die Krankenkassen fordert. Sie können sich denken, dass wir dazu auch eine Meinung haben...

Wir konnten das Thema so kurzfristig nicht mehr im Newsletter unterbringen, bieten Ihnen aber auf unserer Webseite eine Stellungnahme und weiterführende Informationen zum Thema an. Klicken Sie einfach auf www.dgmh.org – lesen und reden Sie mit!

Am 5. September beginnt unser nächster Laienkurs Homöopathie. An fünf Abenden wird Nathalie Baranauskas, die Sie ja als Newsletter-Autorin schon kennen, in die Homöopathie einführen, ihre Wirkungsweise erläutern und Sie zu kompetenten Patienten machen. Sehr zu empfehlen übrigens auch für Gesundheitspolitiker!

Auf unserer Webseite www.dgmh.org finden Sie weitere Informationen zum Laienkurs - wir würden uns freuen, Sie dort begrüßen zu können!

Nun erstmal viel Spaß beim Lesen und gute Gesundheit!

Ihr Newsletter-Team der DGMH

Bleibt alles anders

Die Wechseljahre bringen etliche körperliche Veränderungen mit sich / von HP Gabriele Mayer

Die Wechseljahre sind ein natürlicher Abschnitt im Leben einer Frau. Sie können eine interessante Phase des Wechsels und der Wende sein, die vieles an Erkenntnissen und Erfahrungen bereithält.

Die Mehrzahl der Frauen empfindet die verschiedenen Veränderungen, die mit der veränderten Hormonsituation in dieser Lebensphase einhergehen, nicht als körperliche oder seelische Belastung. Etwa ein Drittel aller Frauen durchlebt den Wechsel ohne subjektive Beschwerden, ein weiteres Drittel gibt Beschwerden an, die jedoch die Lebensqualität nicht nachhaltig beeinträchtigen. Allerdings kann es bei etwa einem Drittel der Frauen in der Menopause zu unangenehmen körperlichen und psychischen Beschwerden kommen, die mit einer wesentlichen Einschränkung der Lebensqualität einhergehen.

Die Phase des Beginns von den mittleren Fünfziger-Jahren, die Phase dauert sieben bis zehn Jahre.

Was geschieht in dieser Zeit im Körper an hormoneller Umstellung?

Im Lauf der Wechseljahre schwanken vor allem die Konzentrationen von Östrogenen und follikelstimulierendem Hormon (FSH). Durch einen Regelkreis halten sich diese beiden Hormone normalerweise gegenseitig in Schach. Da die Eierstöcke nun aber immer weniger Hormon produzieren, sinkt der Östrogen-Spiegel und die Konzentration von

der Menopause der Frau liegt Vierziger- bis zu den späten intensive





FSH steigt. Dieses Ungleichgewicht kann Beschwerden hervorrufen.

Zu den häufigsten Beschwerden gehören Hitzewallungen, Trockenheit der Schleimhäute, Schlafstörungen und Gemütschwankungen.

Die körperlichen Veränderungen treten normalerweise nicht von einem auf den anderen Tag auf. Sie gehen über viele Jahre mit dem Abfall des Hormonspiegels einher und können sich bei jeder Frau unterschiedlich stark bemerkbar machen.

Natürlich gibt es auch "Wechseljahre des Mannes" (Fachausdruck: Climakterium virile). Auch dieses hat eine biologische Ursache, nämlich die Abnahme der Testosteron-Produktion, also der männlichen Sexualhormone. Dies allerdings meist langsamer als bei der Frau. Deshalb kommt es auch seltener und weniger ausgeprägt zu klimakterischen Beschwerden. Entsprechende Symptome, die ebenfalls um das 50. Lebensjahr beginnen können, sind aber auch hier Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Schlafstörungen, depressive Verstimmungen, Angstzustände und natürlich der Rückgang von geistiger und körperlicher Leistungsfähigkeit sowie von Libido und Potenz.

Ursache der Wechseljahre ist also eine natürliche Veränderung der Hormonproduktion, die zu typischen Beschwerden führen kann. Ziel einer medizinischen Linderung dieser Beschwerden sollte sein, der Frau den Schritt in diesen neuen Lebensabschnitt zu erleichtern. Die Mehrzahl der Frauen wünscht eine naturheilkundliche Therapie.

Eine naturheilkundliche Behandlung ist schon deshalb vorzuziehen, weil klimakterische Beschwerden oft nicht nur durch die Hormonschwankungen bedingt sind, sondern, neben gesundheitlichen Dimensionen, erleben die Frauen sie auch als Zeit seelischen Wandels für eine Um- und Neuorientierung.

Der Ausdruck „Menopause“ lädt zu der Assoziation ein „pause from men“, also Pause von den Männern, Pause von den Menschen. Viele Frauen äußern in dieser Zeit das Verlangen nach Rückzug, Frieden, Zeit für sich alleine und Freiheit von Forderungen und Ablenkungen.

C.G. Jung, Gründer der analytischen Psychologie, vertrat die Theorie, dass Frauen in der Lebensmitte ihre Animusseite zu entwickeln beginnen, erkennbar äußerlich am Flaum im Gesicht älterer Frauen. Auch passive Frauen werden durch diese Metamorphose durchsetzungsfähiger und ihr Horizont beginnt sich über den engen Bannkreis von Familie und Freunden auf die Ebene der gesamten Menschheit auszuweiten. Wir erwachen zu gesellschaftlicher Verantwortung. Auch C.G. Jung sprach davon, ab der Lebensmitte nach innen zu schauen und zu unserem Selbst zu kommen. Wir dürfen damit aufhören, die Erfüllung im

Äußeren zu suchen.

Wechseljahre sind eine Chance und eine Herausforderung zu persönlichem Wachstum, zu einem reifen Lebensentwurf für sich selbst. Die hormonelle Umstellung fördert eine Weiterentwicklung in eine neue Lebensphase mit vielleicht ganz anderen Schwerpunkten, dazu Vertrauen in die eigene Person und in das Leben zu vertiefen. Die Nestbau-Phase ist vorüber und der Eintritt in eine neue Lebensphase zwingt dazu, eigene Werte und Ziele neu zu definieren.

Jede Frau erlebt diesen Wechsel in ihrer ganz persönlichen Situation auf individuelle Art.

Die Aufgabe einer homöopathischen Behandlung ist es, das körperliche Befinden zu bessern und die Gesamtenergie zu steigern. Die dadurch angesprochenen Selbstheilungskräfte helfen den Frauen in eine aktive Lebensgestaltung und dadurch helfen sie sich selbst durch die Krise. Für die Behandlung einzelner Symptome bietet die Homöopathie eine Fülle bewährter Indikationen zur Linderung therapiebedürftiger Wechseljahresbeschwerden.

Einen grundsätzlichen, tieferen Heilimpuls kann aber auch hier nur das homöopathische Similimum geben. Die beste Medizin in der Menopause ist das tief wirkende Konstitutionsmittel, entsprechend dem Symptomenpotential der Patientin zu dieser Zeit. Burnett sagte dazu: „Eine gute Konstitution wird nicht durch die Wechseljahre in eine schlechte umgewandelt. Es sind nur schlafende Hunde geweckt worden“.

Eigene miasmatische Belastungen zeigen sich jetzt anhand miasmatischer Symptome deutlicher als zuvor, nicht zuletzt durch das Ausbleiben der „monatlichen Reinigung“. Wegweisend für ein aktiviertes Miasma kann z.B eine charakteristische klimakterische Beschwerde sein und häufig verlangen die Wechseljahre andere Homöopathika als zuvor, um das aktive Miasma zu beruhigen.



Gabriele Mayer

ist Heilpraktikerin in Gießen, stellvertretende Qualitätsbeauftragte des BKHD und Mitarbeiterin der DGMH.



Später Kinderwunsch

von HP Nathalie Baranauskas

Frauen im Alter von 35 oder gar über 40 Jahren gelten in unserer Gesellschaft als so genannte „Spätgebärende“. Der Ausdruck bezieht sich also auf das Alter der werdenden Mutter und sorgt für eine erhöhte Aufmerksamkeit und Sorgfalt seitens der Frauenärzte. In Deutschland wird im Schnitt jedes sechste Kind von einer Mutter über 35 Jahre geboren und der Trend ist eher wieder steigend. Viele Frauen entscheiden sich erst relativ spät für ein Kind, nämlich dann, wenn die Ausbildung vollendet ist, der beruflichen Karriere nichts mehr im Wege steht. Im Grunde kein negativer Ansatz, oft wird aber nicht beachtet, dass die Fruchtbarkeit ab 35 Jahren eben deutlich abnimmt. Das liegt in der Natur der Dinge. Aber es kann auch ganz anders laufen: Es gibt auch viele Paare, die sich schon seit langem nichts mehr wünschen, als endlich ein Baby - es sich aber in diese Richtung einfach nichts tut. Dann, wenn die Familienplanung im Kopf schon längst abgeschlossen ist, man sich quasi damit abgefunden hat, dass daraus eben einfach nichts wird, wird die Frau unerwartet doch noch schwanger. Nun ist sie vielleicht schon ein bisschen älter, was meint, dass sie die 35 Jahre schon erreicht hat und dann? Freunde, Verwandte, Ärzte,..., jeder übt Druck aus, welche Vorsorgeuntersuchungen denn jetzt unbedingt gemacht werden müssen – in diesem Alter noch schwanger zu werden... Angst- und Panikmache, was nicht alles passieren kann, wenn die Frau schon 35 Jahre oder älter ist. Der behandelnde Frauenarzt rät gerne zu einer Fruchtwasseruntersuchung (Amniozentese). Diese Untersuchung soll Gewissheit bringen, dass das ungeborene Baby keine Chromosomenstörung aufweist.

Zunächst einmal möchte ich sagen, dass es sehr schwierig ist, pauschal zu sagen, wann eine Frau ein zu hohes Alter erreicht hat, um schwanger zu werden. Eine Schwangerschaft kann auch im erhöhten Alter ganz ohne Probleme ablaufen. Risiken während der Schwangerschaft steigen mit zunehmendem Alter zwar langsam, was aber nicht unweigerlich bedeuten muss, dass jede Schwangerschaft ab einem Alter von über 35 gleichzeitig eine Risikoschwangerschaft bedeutet.

Dass heutzutage häufiger Probleme auftreten, wenn die schwangeren Frauen ein gewisses Alter überschritten haben, liegt nicht unbedingt nur an ihrem Alter. Homöopathisch gesehen ist das zugrunde liegende Miasma stark dafür verantwortlich, ob man von einer Risikoschwangerschaft sprechen kann. Krankheiten, die die werdende Mutter schon durchgemacht hat, wie



etwa Pilzinfektionen, Ausfluss, ausbleibende oder unregelmäßige Menstruationen, usw. können auf eine sykotische Belastung hinweisen. Man könnte hier beispielsweise homöopathisch sehr gut „eingreifen“, d.h. die Frau homöopathisch in ihrer Schwangerschaft begleiten. Nach Abwägung von Nutzen und Risiko sollten die werdenden Eltern immer selbst entscheiden dürfen, ob eine Fruchtwasseruntersuchung trotzdem durchgeführt werden muss. Es wird hierzulande ausschließlich von Risiken der späten Schwangerschaften gesprochen. Interessanterweise haben Evolutionsforscher aber herausgefunden, dass Frauen, die Kinder in einem höheren Lebensalter bekommen haben, eine längere Lebenserwartung haben. Nach Ansicht der Forscher erhält eine Frau die Erbanlagen für bestimmte Lebenstendenzen von ihrer Mutter: Darunter zählen das Alter bei der Erstgeburt oder die Zahl der Kinder; auch das Lebensalter werde erblich beeinflusst (Quelle: stern/wissen/mensch/evolutionsbiologie).

Trotz aller eventuellen Probleme, die entstehen könnten, sollte man bedenken, dass immer noch über 90 Prozent der Babys von Spätgebärenden gesund und munter geboren werden und ihren Eltern – neben vielen schlaflosen Nächten – auch viel Glück und Freude bringen. Die Wahrscheinlichkeit ein gesundes Kind zu bekommen ist also viel höher, als vielfach angenommen. Die Frauen sollten sich folglich keine unnötige Angst machen lassen, sie dürfen ruhig auch mal auf sich und die Natur vertrauen.



Nathalie Baranauskas

ist Heilpraktikerin in Münster bei Dieburg, Mitarbeiterin der DGMH und regelmäßige Autorin für den Newsletter.



Menopausenlos

**Tiere haben keine Wechseljahre /
von Tier-HP Christine Stroop**

Bei unseren Haustieren gibt es keine Phase, die mit der Menopause des Menschen vergleichbar wäre. Haustiere sind in der Regel bis ins hohe Alter fortpflanzungsfähig. Es kommt aber vor, dass sich der Zyklus verändert und die Häufigkeit der Läufigkeiten kann sich verringern. Auch kann sich mit zunehmendem Alter die Wahrscheinlichkeit vermindern, dass ein Deckakt dazu führt, dass das weibliche Tier aufnimmt und trächtig wird.

Trächtigkeit, Geburt und Aufzucht der Nachkommen beinhalten bei alten Tieren ein erhöhtes Risiko von Komplikationen für Tot- oder Fehlgeburten, Erbkrankheiten und mangelnder Milchleistung. Auch besteht mit zunehmendem Alter die Gefahr, dass die Elterntiere eines natürlichen altersbedingten Todes sterben, bevor der Nachwuchs in der Lage ist, sich selbst zu versorgen. Beim Menschen besteht aber im Verhältnis zu anderen Säugtieren eine viel länger dauernde Abhängigkeit des Nachwuchses von der Versorgung durch Erwachsene. Eine kleine Katze lernt nach einigen Monaten sich selbst zu versorgen und kann sehr bald auch ohne die Versorgung durch die Mutter überleben. Je älter eine (Menschen)-Mutter bei der Geburt ist, desto höher ist das Risiko altersbedingt zu sterben, bevor der Nachwuchs sich selbst versorgen kann.

Dies scheint unter anderem eine Erklärung zu sein, warum der Mensch, im Gegensatz zum Tier, noch eine sehr lange Lebenserwartung hat, wenn er nicht mehr in der Lage ist, Nachwuchs zu zeugen. Außer dem Menschen ist bisher nur von Kurzflössengrindwalen und einigen Elefantenarten bekannt, dass sie nachdem sie nicht mehr in der Lage sind, Nachwuchs zu bekommen, noch viele Jahre leben können.

Nach George C. Williams, einem Biologen, haben ältere, nicht mehr an eigener Fortpflanzung interessierte Frauen einen positiven Effekt auf die Überlebensrate ihrer Enkel. Dies ist für die Fitness von Vorteil. Die Menopause könnte somit eine Anpasstheit des heutigen Menschen darstellen.

Im Selektionsprozess hängt die Fitness nicht nur von der Anzahl der Neugeborenen ab, sondern die Fitness einer Art hängt auch von deren Überlebenswahrscheinlichkeit ab. Fitness meint in diesem Zusammenhang nicht, wie stark oder gesund ein einzelnes Tier ist, sondern wie viele überlebende Nachkommen ein Lebewesen zu zeugen in der Lage ist. Fitness beschreibt die Reproduktionsfähigkeit, nicht die Stärke oder Durchsetzungsfähigkeit.

Beim Menschen kommt es in der Übergangsphase von der fruchtbaren Phase zur unfruchtbaren Phase durch die hormonelle Umstellung zu allerlei Symptomen, den Wechseljahrsbeschwerden. Da unsere Haustiere nicht in diese Phase kommen, sollten sie auch kein durch eine veränderte Hormonlage verursachten Probleme haben.

Was ist aber mit unseren kastrierten und sterilisierten Haustieren? Werden Eierstöcke und Gebärmutter entnommen, dann treten beim Mensch schlagartig die Wechseljahre ein, dies ist bekannt. Dass es nach Kastration und Sterilisation auch bei unseren Haustieren zu verschiedensten Symptomen kommen kann, haben wir im Newsletter Mai 2006 schon beschrieben.

Man findet unter den Beschwerden die als Folge einer Kastration auftreten können ähnliche Beschwerden die aus der Menopause des Menschen bekannt sind.

Einige Beschwerden wie Kopfschmerzen, Schwindel oder Schweißausbrüche können Tiere nicht gut äussern und sind schwer oft schwer zu erkennen.

Gewichtszunahme, Verdauungsprobleme, Harninkontinenz und Haarausfall (bei Hunden häufig auch eine Fellveränderung), Antriebslosigkeit und Konzentrationsschwäche sind allerdings deutlich zu beobachten.

Bei der Behandlung von Beschwerden die seit einer Kastration auftreten müssen denn auch die Rubriken „Klimakterium und Menopause“ zum Ausarbeiten eines homöopathischen Mittels berücksichtigt werden.



Christine Stroop

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

Die DGMH

ist ein gemeinnütziger Verein, der sich um die Förderung der Homöopathie und besonders der miasmatischen Ausrichtung der Homöopathie bemüht.

Wir veranstalten Seminare, Vorträge und Fortbildungen für Laien und Therapeuten, bieten Gesundheitstipps und fördern den Austausch unter Homöopathen.

Schauen Sie doch mal rein!

www.dgmh.org