



Newsletter 64

www.dgmh.org

für unsere Patienten

Januar 2013

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

Liebe Leserinnen und Leser,

wir sind wieder da!
Einige Monate haben Sie nun nichts von uns gehört bzw. gelesen. Wir mussten mal eine Newsletter-Pause einlegen, weil andere Aufgaben zuviel Zeit und Energie beanspruchten. Neben den üblichen Vereins-Routineaufgaben war das vor allem die Publikation unseres neuen Buches "Sowas kommt von sowas". Dahinter verbirgt sich ein Patienten-Ratgeber zur Homöopathie, den viele von Ihnen sicher mit großem Interesse lesen werden - wenn Sie es nicht schon getan haben. Bestellen können Sie das neue Buch über unsere Webseite www.dgmh.org. Dort finden Sie auch nähere Informationen zum Inhalt und eine Leseprobe. Wir freuen uns über jede Bestellung!

Nun möchten wir unsere Newsletter-Reihe fortsetzen. Da wir ja schon viele Themen behandelt haben, hier nochmal die Bitte: wenn Sie Themen vorschlagen möchten oder konkrete Fragen oder Anregungen haben, melden Sie sich bei uns! Wir greifen Ihre Anliegen gerne auf und sind dankbar für jeden Themenvorschlag!

Nun aber: ein gesundes neues Jahr 2013 und viel Spaß beim Lesen des Januar-Newsletters!

Ihr Newsletter-Team der DGMH

Der Erkältung auf die Pelle rücken

von HP Nathalie Baranauskas

Jetzt ist die Zeit, in der wir Menschen wieder mehr unter Husten, Schnupfen, Heiserkeit leiden. Draußen sinken die Temperaturen und wir halten uns vermehrt in überhitzten Räumen auf, anstatt einen Spaziergang durch die weiße, kalte Landschaft zu unternehmen. 1-2 Erkältungen im Jahr sind normal und sind sozusagen Hausputz des Körpers. Zudem dienen sie auch dem



sozialen Rückzug, der manchmal nötig ist. Zu häufige Infekte entstehen, weil man dafür durch ein geschwächtes Immunsystem gerade anfällig ist, dies kann verschiedene Ursachen haben. Es ist zu empfehlen sein Immunsystem stets „auf Trab“ zu halten und zu stärken. Aber wie macht man das?

Zum Einen, indem man sich gesund und vollwertig ernährt, d.h. auf eine ausgewogene Ernährung achtet und genügend Vitamine zu sich nimmt. Zum Anderen, indem man sich ausreichend draußen an der frischen Luft aufhält und mindestens zwei Mal pro Woche ca. ½-1 Std. sportlich aktiv ist. Ansteigende Fußbäder oder Wechselduschen sind sehr zu empfehlen. Wegen unserer Heizungsluft im Winter sollte man auch die Schleimhäute „in Schuss halten“, indem man evtl. hin und wieder einen Saunabesuch macht. Regelmäßiges Lüften in Wohn- und Schlafräumen ist angebracht, hierzu morgens und abends für 10 min. die Fenster öffnen und anschließend wieder schließen. Erkältungen haben in unserer Gesellschaft oft einen negativen „Beigeschmack“, weil sie fast immer ungelegen mit der Tür ins Haus fallen. Ein bis zwei Mal pro Jahr ist es aber durchaus gesund auch mal eine Erkältung zu haben. Der Körper benötigt dann die Zeit von einer Woche bis zehn Tagen, um sich zu regenerieren und von allem zu entgiften. Dies kann durch Schnupfen, oder Husten als eine Art „Ventil“ des Körpers vonstatten gehen. Wir laden alle Bakterien oder Viren ab, indem wir sie mit dieser Art der Entgiftung nach draußen befördern. Aus diesem



Grund sollte man einen Infekt keinesfalls unterdrücken, denn damit schließt man das benötigte „Körperventil“ und ermöglicht es dem Körper nicht, sich davon frei zu machen. Schließlich können aus Unterdrückungen andere Beschwerden oder gar Krankheiten entstehen. Also gönnen Sie sich diese Auszeit und lassen den Körper einfach mal ausruhen und neue Kräfte tanken. Aus der Alternativmedizin gibt es zahlreiche Tipps, wie man einen Halsschmerz lindern kann, z.B., indem man aufgeschnittene Zitronenscheiben in ein Leinentuch einschlägt und mit einem Mörser etwas zerdrückt. Das Tuch wird dann wie eine Art Schal für etwa eine halbe Stunde um den Hals gelegt. Bei hartnäckigem Husten kann man an Quarkwickel denken, der Quark wird hierfür auf ein Leinentuch gestrichen und zugeklappt. Anschließend für eine Viertel- bis halbe Stunde auf die Brust auflegen, mit einem weiteren trockenen Tuch bedecken und evtl. zusätzlich eine Wärmflasche auflegen, so kühlt der Wickel nicht so schnell aus. Bei Schnupfen können einfache Dampfbäder 1-2 x täglich mit Heilsalz lindern, man nimmt auf 1 Liter Wasser ca. 2 EL Salz.

Neben all diesen alten Hausmitteln sollte man auf keinen Fall die Grenzen überschreiten, d.h. wenn der Infekt den Körper mehr und mehr schwächt, sich die Symptome eher verschlimmern als verbessern, dann sollte man in jedem Falle rechtzeitig einen Therapeuten aufsuchen. Einen Infekt homöopathisch zu behandeln, ist bestimmt sinnvoll, doch sollte man hier nicht mit Kanonen auf Spatzen schießen. In der homöopathischen Praxis erlebt man leider immer wieder den sorglosen Umgang mit Globuli mittels einem Ratgeber. Hier gilt es die Symptome sehr genau unter die Lupe zu nehmen, die Ursache zu erkennen und nicht homöopathische Arzneien kunterbunt durcheinander ein zu nehmen. Auch so kann eine Unterdrückung erfolgen und neue Symptome können hervorgerufen werden. Wenn Sie also eine homöopathische Behandlung in Erwägung ziehen, fragen Sie doch einfach Ihren Therapeuten.



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

Der erkältete Patient

von Dr. med. Sybille Freund

Die Nase tropft, die Augen tränen, es kratzt und brennt im Hals. Man fühlt sich müde, schlapp, schwer, unkonzentriert, ist eventuell appetitlos, hustet und schnieft. Erkältungen kommen zu dieser Jahreszeit häufiger vor und wenn sie nicht im „normalen Rahmen“ bleiben, bedürfen sie evtl. auch einer homöopathischen Therapie. Die Erkältung geht dann zumeist nicht rasend schnell weg, aber die Energie des Patienten bessert sich, er kann besser schlafen, wieder etwas essen und merkt, dass er zu Kräften kommt. Danach erst klingen Schmerzen ab und zu allerletzt werden auch die lästigen Symptome besser. Dabei kann es trotz homöopathischer Therapie ein paar Tage dauern, bis man wieder „auf dem Damm“ ist. Das muss leider auch so sein, denn wir wollen die Erkältung nicht unterdrücken, sondern in gesunder Form laufen lassen. Das bedeutet, dass der Körper über Absonderungen wie Schleim, Schweiß, Auswurf usw. entgiften kann und nach der Erkältung gesünder sein sollte als vorher (tieferen Einblick in diese Materie kann man bekommen, wenn man Bücher von Dr. H.-H. Reckeweg liest. Er war homöopathischer Arzt und hat die Wirkungen von homöopathischen Arzneien über die Biochemie erklärt. Diese Texte sind allerdings relativ anspruchsvoll.)

In der Praxis stehen homöopathische Therapeuten immer wieder vor dem Problem, dass sie keine „guten“ (d.h. für die Auswertung nützlichen) Symptome erfahren, d.h. der Patient berichtet nur die üblichen Seiten einer Erkältung, wie Sie sie in den ersten zwei Sätzen dieses Artikels lesen können. Diese Beschreibung hilft dem Therapeuten aber leider nicht bei der Arzneiwahl.

Wenn Sie tatsächlich eine Erkältung haben, die Sie zu sehr leiden lässt, dann ist es wichtig, dass Sie die Symptome und Auffälligkeiten, die Sie zeigen auch beschreiben können. Wichtig ist für den Therapeuten alles, was NICHT vollkommen typisch für eine Erkältung ist.

So geben z.B. viele Patienten an, dass sie Husten haben. Diesen Husten kann man aber eventuell noch genauer beschreiben. Unter anderem gibt es folgende Möglichkeiten:

- Der Husten ist schmerzhaft, stechend, fühlt sich wund an, reißend. Wo sitzt der Schmerz? Treten Schmerzen in anderen Bereichen des Körpers beim Husten auf?
- Der Husten wird schlimmer/besser durch kalte/warme Getränke, an frischer Luft, in warmer Luft, beim Wechsel vom warmen in einen kalten Raum und andersrum, beim Umzie-



hen abends, nachts im Liegen, zu einer bestimmten Uhrzeit, nach Mitternacht, vor Mitternacht.



- Der Husten ist locker, fest, kitzelnd. Wo kitzelt es? An einer Stelle im Rachen, im Kehlkopf, in der Brust?
- Der Husten ist begleitet von Auswurf. Ist dieser gelb, grün, klar, weiß, schaumig, fadenziehend, rot? Schmeckt er salzig, süß, eitrig?
- Der Husten kommt anfallsweise, er ist würgend, nach dem Husten erfolgt Erbrechen, nach dem Husten erfolgt Niesen. Der Patient muss immer zwei mal hintereinander husten oder im Stakkato, d.h. mit kurzen Hustenstößen hintereinander.
- Die Atmung ist rasselnd, pfeifend, knisternd.
- Der Patient wird beim Husten blau, rot, blass.
- Die Atmung ist behindert. Der Patient muss sich zum Atmen aufsetzen, hinlegen, die Arme aufstützen, umhergehen.

Sie sehen, es gibt viele Möglichkeiten, eine Hustenproblematik zu beschreiben. Ähnlich ist es für Kopfschmerzen, Schnupfen, Halsschmerzen usw.

Für den Therapeuten, der eine problematische Erkältung behandeln will, ist es sehr wichtig, diese genauen Beschreibungen zu bekommen, damit er eine möglichst passende Arznei finden kann. Und für den Patienten natürlich auch!



Dr. med. Sybille Freund
ist Ärztin und Homöopathin in Nierstein bei Mainz, Vorsitzende der DGMH und regelmäßige Autorin für den Newsletter.

Nur ein Bisschen

Bisswunden homöopathisch behandeln / von Tierärztin Nadine Richter

Wer kennt das Problem nicht: Man ist mit seinem Hund auf einem gemütlichen Spaziergang. Ein anderer Hund nähert sich und im null komma nichts haben sich die beiden in der Wolle. Nicht selten kommt es dazu, dass der eine oder andere Hund dabei ein paar Löcher in den Pelz gebissen bekommt. Was nun?

Die schulmedizinische Therapie sieht nun eine ordentliche Säuberung der Wunde vor. Dazu gibt es Schmerzmittel und Antibiotika, damit der Biss sich nicht entzündet und sich ein Abszess bildet. Wichtig aus Sicht der Schulmedizin ist dabei, das Antibiotikum auch lange genug zu geben, damit keine Restkeime im Gewebe übrig bleiben, die dann nach Absetzen wieder zu einer Abszessbildung führen könnten. In der Regel verheilt ein so behandelter Biss auch ohne Komplikationen.

Allerdings gibt es hierzu noch eine Alternative. Die homöopathische Behandlung von Bisswunden klappt meiner Erfahrung nach sehr gut und verläuft in der Regel genauso komplikationslos, wenn man das oder die richtigen Homöopathika zur richtigen Zeit gibt.

So wurde mein eigener Hund erst kürzlich gebissen und trug einige tiefe Wunden davon, die auch stark bluteten. Ich sondierte die Wunden, um festzustellen, inwieweit die Haut von der Unterhaut abgehoben wurde.

Bei einem Ernstkampf oder wenn einer der Hunde den anderen für Beute hält, kann es passieren, dass einer den anderen schütelt. Dadurch entstehen oberflächlich manchmal nur kleine Kratzer, die inneren Verletzungen können aber ein beträchtliches Ausmaß annehmen: Je größer der Gewichtsunterschied, desto mehr hat der kleinere von beiden im Ernstfall das schlechtere Ende für sich. Im schlimmsten Fall können sogar ganze Organe durch die enormen Kräfte einreißen. Vor allem die Leber mit ihrer weichen Textur ist hier besonders gefährdet. Die Folge sind mehr oder weniger schwere Blutungen, die manchmal nur durch eine Notoperation zu stillen sind (wenn überhaupt!).

Deshalb ist es wichtig den Hund nach einer Beißerei immer bei einem Tierarzt vorzustellen, der beurteilen kann, ob die Wunden gefährlich sind!



Bei meinem Hund war ein handtellergroßer Bereich unter der Wunde abgehoben. Je nach Beschaffenheit der Wunde kann es nötig sein, eine Drainage einzuziehen damit die entstehende Wundflüssigkeit abfließen kann, die andernfalls ein wunderbares Reservoir für Bakterien darstellen würde.

Bei meinem Hund entschied ich mich erst mal gegen eine Drainage, die ich aber gelegt hätte, wenn sich im Nachhinein die Wunde doch entzündet und sich Wundflüssigkeit gebildet hätte. Wichtig war es mir noch die Wunde ordentlich zu spülen, um die Keimlast im Gewebe zu verringern. Denn mit jedem Biss gelangt die Mundflora aus Bakterien des Gegners tief ins Gewebe des Kontrahenten. Das ist besonders bei Katzenbissen der Fall, die weniger Reißen wie ein Hund, sondern oft gezielt „zustechen“. Dadurch entsteht ein dünner Bisskanal, den der Körper durch die Kruste relativ schnell wieder verschließt. Das freut allerdings die eingebrachten Bakterien, die warmes, feuchtes Klima lieben...

Übrigens: Wer von seiner Katze gebissen wird, sollte dies nicht auf die leichte Schulter nehmen. Katzenbisse sind für den Menschen oft noch gefährlicher als Hundebisse, da diese sich beim Menschen leichter entzünden und es nicht selten zu einer heftigen Wundinfektion oder sogar einer Blutvergiftung kommen kann. Wenn man Pech hat, bedeutet das einen längeren Krankenhausaufenthalt und mehrere Operationen...

Aber zurück zum Tier: Danach bekam mein Hund zwei, mir schon oft gut behilflich gewesene Homöopathika, zuerst pur auf die Zunge und dann in einem Wasserglas aufgelöst und vor jeder Gabe gut umgerührt oral. Zuerst verschwand der Bluterguss unter der Wunde und dann bildete sich eine dicke Kruste, die ich immer wieder auf Abszeßbildung kontrollierte.

Kurze Zeit später ging es ihm schon viel besser. Die Häufigkeit der Mittelgabe passte ich seinem Befinden und der Beschaffen-

heit der Wunde an.

Zwei Wochen später fiel der Schorf ab und die Wunde war anstandslos verheilt. Genauso bin ich auch schon bei den zahlreichen Schlägereien meines Katers vorgegangen, bei denen er oft genug den Kürzeren gezogen hat. Bis jetzt ist alles immer gut verheilt.

Allerdings will ich hier keine falschen Vorstellungen wecken. Ob und welches Antibiotikum eingesetzt werden muss, sollte ein fachkundiger Tierarzt entscheiden. Wenn man nämlich die falschen Homöopathika nimmt oder die Dosierung nicht entsprechend anpasst, kann man eine böse Überraschung erleben! Allerdings kann man auch eine mit Antibiotika behandelte Bisswunde homöopathisch begleiten...

Fazit: Sowohl die schulmedizinische als auch die homöopathische Behandlung eignen sich gut für die Behandlung von Bisswunden und können auch gut miteinander kombiniert werden, sodass es dem Patienten schnell wieder gut geht.



Nadine Richter

ist Tierärztin und Homöopathin in Wiesbaden, Mitarbeiterin 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