

Homöopathisches ABC bei Verletzungen

In der Homöopathie unterscheiden wir zwischen akuten und chronischen Erkrankungen. Chronische Krankheiten gehören in die Hände eines Homöopathen.

Bei akuten Ereignissen wie Verletzungen, Verbrennungen, Insektenstichen, Sonnenbrand u.ä. kann man versuchen selber homöopathisch zu behandeln.

Dabei gilt es folgendes zu beachten:

1. Bei Notfällen immer den Arzt/Notfall konsultieren, auch wenn man homöopathisch ein Mittel verabreicht hat
2. Nicht jede Bagatelle braucht eine Behandlung. Manchmal kann man die Heilung auch einfach dem Körper überlassen und abwarten.

Arzneien

Viele der in der Schweiz erhältlichen homöopathischen Taschenapotheken enthalten Arzneien in der C30 Potenz. Wenn Sie noch keine haben, kaufen Sie eine mit ca. 30 Arzneien, dann besitzen Sie die üblichsten Arzneien für eine erste Behandlung im Akutfall. Ausserdem ist Ihr Homöopath dankbar, wenn Sie im Akutfall schon eine kleine Auswahl Arzneien zu Hause zur Verfügung haben.

Arzneiwahl

Die nachfolgende Mittelauswahl ist bei weitem nicht vollständig und dient als erste Orientierungshilfe. Eine ausführliche Auswahl von Arzneien finden Sie in einem Buch über Erste Hilfe mit Homöopathie wie z.B. «Homöopathische Selbstbehandlung in Akutfällen» von Heidi Grollmann und Urs Maurer.

Einnahme

1. Geben Sie 2-3 Globuli in ein Glas Wasser und rühren Sie bis sie sich aufgelöst haben. Von dieser Lösung je nach Schwere der Verletzung alle 15-30 Minuten einen Schluck trinken. Vor jedem Schluck mit einem Plastiklöffel 10x rühren.
2. Nur so lange einnehmen bis eine deutliche Besserung eintritt, danach mit der Einnahme aufhören.
3. Immer nur eine Arznei auf's Mal einnehmen. Wenn sich nach einer Weile keine Wirkung zeigt, kann eine andere versucht werden. Aber probieren Sie nicht zu viele Mittel hintereinander aus.
4. Bei akuten Krankheiten sollte, wenn die Arznei richtig gewählt ist, eine schnelle Besserung eintreten. Wenn innert einer halben bis zu einer Stunde gar keine Besserung eintritt ist die Arznei falsch gewählt.

Tipps für unterwegs



Zaubertrick: Legen Sie 4-5 Blätter Spitzwegerich aufeinander und verknoten Sie diese. Reiben Sie den Knoten zwischen beiden Handflächen solange bis der grüne Pflanzensaft austritt. Streichen Sie den Saft auf den Insektenstich oder die Wunde.

Omidalin Wundtinktur: Der Allrounder für unterwegs, bestehend aus Pflanzentinkturen von Ledum, Calendula und Echinacea. Die Wundtinktur desinfiziert und fördert die Granulation von Wunden. Sie kann bei kleinen Wunden, Schürfungen, Insektenstichen (beruhigt den Juckreiz), Sonnenbrand, Verbrennungen und vielem mehr eingesetzt werden. www.omidalin.ch



Stürze, Prellungen, Verstauchungen, Knochenbrüche, Zerrungen, Risse, Wunden

Arnica montana Bergwohlverleih	Die wohl bekannteste (Verletzungs-)Arznei in der Homöopathie. Arnica kommt bei fast allen Verletzungen als erste Wahl in Frage. Bei Unfällen mit Prellungen, Quetschungen, Zerrungen, Verstauchungen, Schockzustand ist Arnica die richtige Wahl. Typischerweise hat man das Gefühl im ganzen Körper zerschlagen zu sein. Oft sagen die Betroffenen es fehle ihnen nichts und sie lehnen jede Hilfe ab.
Bellis perennis Gänseblümchen	Bei Verletzung von tieferliegendem Gewebe, der Bauchorgane oder Brüste , durch Schlag oder einen chirurgischen Eingriff.
Calendula	Hauptmittel bei Wunden , d.h. Schürfwunden, Risswunden, Schnittwunden.
Hypericum Johanniskraut	Das Arnica der Nerven. Hypericum ist das wichtigste Mittel bei Verletzungen nervenreicher Körperteile wie Finger, Fingerspitzen, Nägel, Zehen, Handflächen, Fusssohlen, etc. durch einklemmen, draufschlagen, stechen durch Splitter/Nägel, oder Bisse. Charakteristisch sind heftige, ausstrahlende und aufwärts ziehende Schmerzen. Auch Verletzungen der Wirbelsäule oder ein Sturz auf das Steissbein können mit Hypericum behandelt werden.
Rhus toxicodendron Giftsumach	Bei Überanstrengung von Gelenken, Verstauchungen, Hexenschuss, wenn fortgesetzte Bewegung bessert und die Schmerzen in Ruhe schlimmer werden.
Ruta graveolens Weinraute	Verletzungen von Knochenhaut und Knorpel , z.B. Schienbein. Die Schmerzen sind meist stechend, druckempfindlich und auf eine kleine Fläche begrenzt. Auch hilfreich bei Augenüberanstrengung mit brennenden, roten Augen.
Staphisagria Stephanskörner	Glatte Schnittwunden durch scharfe Gegenstände (Messer, Glas, ...)
Symphytum Beinwell, Wallwurz	Arnica des Knochens , fördert die Heilung nach Knochenbrüchen. Bei Knochenbrüchen, Zerrungen, Verstauchungen u.ä. sorgt Wallwurz Salbe für eine schnellere Heilung.

Verbrennungen, Sonnenbrand, Sonnenstich

Belladonna Tollkirsche	Anfangsstadium von Verbrennung ohne Blasenbildung. Sonnenstich. Starke Hitze, Rötung und Pulsieren sind typisch für diese Arznei. Die Beschwerden erscheinen plötzlich mit grosser Heftigkeit.
Cantharis Spanische Fliege	Hauptmittel bei Verbrennungen, Sonnenbrand mit Blasenbildung . Der Schmerz ist brennend . <i>Tipp: Leichte Verbrennungen heilen besser ab, wenn man die betroffene Stelle unter so warmes Wasser wie man ertragen kann hält.</i>
Hamamelis Zaubernuss	Verbrühung der Schleimhaut (Augen, Lippen, Zunge, Mund)
Urtica urens Brennnessel	Leichte Verbrennungen, Sonnenbrand mit Rötung, aber ohne Blasen .

Insektenstiche, Zeckenbisse, Stichverletzungen

Apis Honigbiene	Insektenstiche. Die Stichstelle ist heiss und glasig-rosarot und wird durch Kälteanwendungen gebessert. Druckempfindlichkeit.
Hypericum Johanniskraut	Siehe oben
Ledum palustre Sumpfporst	Insektenstiche, Bisswunden, Zeckenbisse, Stichwunden. Die Stichstelle ist blass und kalt, verträgt aber keine Wärme und wird durch Kälteanwendungen gebessert . Auch bei verstauchten Gelenken, wenn das Gelenk kalt ist und kalte Kompressen guttun.