



*Jacqueline Soffner-Kessler  
lebt in Dürrenroth und arbeitet  
in Oberkirch bei Sursee und  
Solothurn als Homöopathin*

## Erste Hilfe mit Homöopathie

Wie das Anna-Catrina Eichenberger in der letzten Ausgabe beschrieben hat, unterscheiden wir in der Homöopathie akute von chronischen Erkrankungen. Chronische Krankheitsverläufe gehören in die Hände eines Homöopathen.

Man spricht auch von Konstitutionsbehandlung. Bei akuten Zuständen kann man mit Grundkenntnissen auch mal selber einen Behandlungsversuch unternehmen. Verletzungen wie Prellungen, Verstauchungen, Zerrungen oder auch Verbrennungen, Insektenstiche o. ä. eignen sich für eine homöopathische Akutbehandlung. Bei Notfällen aber bitte immer den Arzt/Notfall konsultieren, auch wenn homöopathisch eine Arznei verabreicht wurde.

Wichtig ist zu wissen, dass die Bedeutung von akut und chronisch in der Homöopathie nicht genau jener in der Medizin entspricht. «Akut» bedeutet in der Homöopathie, dass es keine chronische Erkrankung ist und eine grosse Selbstheilungstendenz vorhanden ist. Sie schneiden sich beim Kochen aus Versetzen in den Finger. Für die Medizin und die Homöopathie ein akutes Geschehen. Nehmen wir aber an, Sie verstauchen sich immer wieder den Knöchel. In diesem Fall kann man vermuten, dass Sie an dieser Stelle eine Schwäche haben. Für den Homöopathen ein chronisches Leiden und Grund für eine Konstitutionsbehandlung. Ein anderes Beispiel: Ein Kind hat seit Winteranfang schon zum dritten Mal eine Mittelohrentzündung. Auch wenn der Schmerz akut ist: Für uns Homöopathen ist das Leiden chronisch, da die Erkrankung immer



*Zaubertrick mit Spitzwegerich.*

wieder erneut auftritt. Das Kind hat die Tendenz, immer wieder mit Mittelohrentzündungen zu reagieren.

### **Welche Arznei für welche Verletzung?**

Die wohl bekannteste Arznei in der Homöopathie ist *Arnica* (*Bergwohlverleih*). Sie kommt bei fast allen Verletzungen als erste Wahl in Frage. Bei Unfällen mit Prellungen, Quetschungen, Zerrungen, Verstauchungen und Schockzustand ist *Arnica* die richtige Wahl. Typischerweise lehnen die Betroffenen aus Angst vor Berührung jede Hilfe ab und wollen keinen Arzt sehen.

Betrifft die Verletzung hingegen nervenreiche Körperteile wie Finger, Fingerspitzen, Nägel, Zehen, Handflächen oder Fusssohlen ist *Hypericum* (*Johanniskraut*) angezeigt. Das «Arnica der Nerven» wie wir es nennen. Charakteristisch sind heftige, ausstrahlende und aufwärts ziehende Schmerzen. Auch der heftige Schmerz, der durch einen Sturz auf das Steissbein entsteht, kann mit *Hypericum* gelindert werden.

Der dritte im Bunde ist *Symphytum* (*Beinwell*, *Wallwurz*), das «Arnica der Knochen». Es fördert die Heilung nach Knochenbrüchen. Bestimmt kennen Sie



## Omidalin Wundtinktur

Seit über 70 Jahren heilt Omidalin Wundtinktur schnell und zuverlässig. Weil draussen immer etwas passieren kann, gehört die Wundtinktur ganz einfach in jeden Rucksack, in jede Badetasche und in jede Reiseapotheke. Omidalin Wundtinktur eignet sich für Kinder und Erwachsene, ebenso wie für Tiere.

Wallwurz-Salbe, die bei Zerrungen, Verstauchungen und Knochenbrüchen gute Dienste erweisen kann.

Werden die Gelenke, z.B. während einer Wanderung, überbeansprucht und Sie stellen fest, dass fortgesetzte Bewegung die Beschwerden bessert, in Ruhe dagegen Schmerzen spürbar sind, dann wählen Sie *Rhus toxicodendron* (*Giftsumach*). Bei Verletzungen von Knochenhaut und Knorpel, z.B. am Schienbein, passt *Ruta* (*Weinraute*) gut. Die Schmerzen sind meist stechend und auf eine kleine Fläche begrenzt. Bei Wunden wie z.B. Schürf- oder Risswunden ist die Hauptarznei *Calendula* (*Ringelblume*). Glatte Schnittwunden durch scharfe Gegenstände werden dagegen mit *Staphisagria* (*Stephanskörner*) behandelt.

### Wie handeln bei Verbrennungen?

Die meisten Menschen reagieren ganz verduzt, wenn ich sage, dass Verbrennungen besser abheilen, wenn man die betroffene Stelle unter Wasser hält, das so warm ist, wie man es ertragen kann. In Anlehnung an die homöopathische Regel «Ähnliches durch Ähnliches heilen», verspricht diese Variante mehr Erfolg als eiskaltes Wasser. Versuchen Sie es, wenn Sie das nächste Mal den Kuchen unachtsam aus dem Ofen genommen haben. Homöopathisch ist

*Cantharis* (*spanische Fliege*) die passende Arznei bei Verbrennungen mit Blasenbildung und brennendem Schmerz. Bei leichten Verbrennungen ohne Blasen wie z.B. Sonnenbrand kann *Urtica urens* (*Brennnessel*) helfen.

### Insektenstiche gehören zum Sommer

Mücken-, Wespen-, Bienen- und Zeckenstiche sind unliebsame Begleiterscheinungen im Sommer. Ist die Einstichstelle heiss, glasig-rosarot, druckempfindlich und bessert mit Kälteanwendungen, passt *Apis* (*Honigbiene*). Ist die Einstichstelle hingegen blass und kalt, verträgt aber trotzdem keine Wärme, ist *Ledum palustre* (*Sumpfporst*) die indizierte Arznei. Bei starker Schwellung der Einstichstelle, von Hals und Gesicht sowie Atemnot besteht Verdacht auf Insektengiftallergie. Bitte unverzüglich einen Arzt aufsuchen, um einen anaphylaktischen Schock abzuwenden.

### Tipps für unterwegs

Damit Sie unterwegs, auf Wanderungen oder im Urlaub gut gerüstet sind, empfehle ich immer OMIDALIN Wundtinktur dabei zu haben. Diese Tinktur besteht aus *Ledum*, *Calendula* und *Echinacea*, ein echter Allrounder für alle Eventualitäten. Ob Wunden, Schürfunken, Insektenstiche (Juckreiz), Sonnenbrand, Verbrennungen o.ä., die Tinktur

desinfiziert, fördert die Granulation von Wunden, nimmt den Juckreiz und lindert Schmerzen.

Wenn alle Stricke reissen und Sie auf der Wanderung gar nichts dabei haben, gibt es den Zaubertrick. Legen Sie vier bis fünf Blätter Spitzwegerich aufeinander und verknoten Sie diese. Reiben Sie den Knoten zwischen beiden Handflächen so lange, bis der grüne Pflanzensaft austritt. Den Saft applizieren Sie auf die Wunde oder den Insektenstich.

Auch wenn meine Erläuterungen zur Anwendung animieren, denken Sie daran, dass nicht jede Bagatelle eine Behandlung braucht. Manchmal kann man die Heilung auch dem Körper überlassen und abwarten.

Jetzt bleibt mir nur noch, Ihnen einen schönen Sommer und eine unfallfreie Zeit zu wünschen!

Unter [www.praxis-blaushus.ch](http://www.praxis-blaushus.ch) finden Sie ein Merkblatt zum Thema mit Hinweisen zur Einnahme.

Bild: Fotolia.com

*Blaushus*

[www.praxis-blaushus.ch](http://www.praxis-blaushus.ch)