

A portrait of an elderly woman with short, wavy grey hair and round, thin-rimmed glasses. She is wearing a light blue button-down shirt under a brown herringbone-patterned jacket. She is leaning forward with her arms resting on a grey stone surface. The background is a soft-focus outdoor scene with green trees and a hint of a blue sky.

ELISABETH  
MAJHENIĆ

Wirkungsvolle  
homöopathische  
Arzneien

LEITFADEN ZUR SELBSTANWENDUNG

BUCHER

VORWORT 11

Klassische Homöopathie 14

Vielfalt der homöopathischen Arzneien 17

Potenzierung und Dosierung 21

Der individuelle Symptomenkomplex  
einer Krankheitssituation 26

Homöopathie bei Fieber 29

Homöopathie bei Ohrenschmerzen 31

Homöopathie bei Halsschmerzen 34

Homöopathie bei Husten 39

Homöopathie bei grippalen Erkrankungen 42

Homöopathie bei Heuschnupfen 45

Homöopathie bei Gelenksschmerzen 52

Homöopathie bei Augenentzündungen 54

Homöopathie bei tränenden Augen 56

Homöopathie bei Überhitzung und Sonnenstich 58

Homöopathie bei Verletzungen 61

Homöopathie bei Stich- und Bissverletzungen 63

Homöopathie bei menstruellen Beschwerden 65

Homöopathie bei unerfülltem Kinderwunsch 68

## INHALT

- Homöopathie bei Schwangerschaftsübelkeit 71
- Homöopathie bei Geburt 74
- Homöopathie bei Blutungen nach der Geburt 77
- Homöopathie bei Wochenbettdepression –  
posttraumatische und postnatale Zustände  
nach der Geburt 79
- Homöopathie bei Komplikationen beim Stillen,  
Brustentzündung 82
- Homöopathie bei Milchmangel 84

### Das gesunde Kind 86

- Homöopathie bei Zahnungsbeschwerden 91

### Die homöopathische Behandlung unter Berücksichtigung der erbgenetischen Vorbelastung 93

- Homöopathie zum Schulbeginn 98
- Homöopathie bei Kopfschmerz und Migräne 100
- Homöopathie bei Magenbeschwerden und Erbrechen 104
- Homöopathie bei Abszessen 105
- Homöopathie bei Rückenschmerzen 107
- Homöopathie bei Blasen- und Harnwegsinfekten 109
- Homöopathie bei Prostataleiden 111
- Homöopathie bei Nagelpilz 113
- Homöopathie bei Warzen 117

### Hand in Hand für die Ganzheitlichkeit 119

- Homöopathie bei Tinnitus (Ohrgeräusche) 122
- Homöopathie bei Lebensmittelvergiftung 123
- Homöopathie bei Entgiftung 126
- Homöopathie bei Süchten 128
- Homöopathie für die Festtage 130
- Homöopathie zur Raucherentwöhnung 132
- Homöopathie bei Existenzangst, sozialer Isolation,  
Aggression und Depression 134
- Homöopathie bei Angstzuständen 136
- Homöopathie bei Eifersucht 141
- Homöopathie bei akuten Venenproblemen 143
- Homöopathie bei funktionellen Herz- und  
Kreislaufbeschwerden 145
- Homöopathie bei Wechseljahrsbeschwerden 148
- Homöopathie bei schmerzhaften Entzündungen  
und kleinen Geschwüren im Mund (Aphten) 150
- Homöopathie bei Schlafstörungen 152

### ARZNEIEN-ÜBERSICHT UND -ABKÜRZUNGEN 155

### EMPFEHLUNGEN FÜR ARZNEIMITTEL-BESTELLUNG 160

### EMPFEHLENSWERTE LITERATUR 161

### SCHLUSSGEDANKEN 163

### BIOGRAFIE 167

## SCHWANGERSCHAFTSÜBELKEIT

**Nux vomica** ist bei ohnmachtsartiger Schwangerschafts-übelkeit, Stein- oder Klumpengefühl und Hochsteigen von Wasser im Mund mit Mangel an Lebenswärme das passende Mittel. Die werdende Mutter hat dabei das Gefühl zu erbrechen, kann aber nicht.

Bei Schwangerschaftsübelkeit durch den Geruch, Anblick oder den Gedanken an Speisen mit Verlangen nach Saurem, Essig oder Joghurt kann **Sepia** helfen. Typisch für dieses Mittel ist Abneigung, Reizbarkeit, Überempfindlichkeit und Gleichgültigkeit gegenüber Familie und Ehemann bis hin zur Depression.

**Pulsatilla** hilft Frauen mit mildem, nachgiebigem, sanftem, weinerlichem Wesen, die viel frösteln, aber die Wärme nicht gut vertragen. Die werdende Mutter braucht Unterstützung, Trost und Zuwendung. Sie ist durstlos und leidet besonders nach dem Essen unter Sodbrennen und Übelkeit.

Bei Angst, Ruhelosigkeit und Erschöpfung, großem Durst auf häufig kleine Mengen warmer Getränke kann **Arsenicum album** unterstützend wirken. Die werdende Mutter leidet unter großer Übelkeit, mit Brennen und Kältegefühl im Magen. Sie erbricht sofort nach der



»Wähle in jedem Krankheits-  
falle eine Arznei, welche  
ein ähnliches Leiden für  
sich (bei einem Gesunden)  
erregen kann, als sie  
heilen soll.«

SAMUEL HAHNEMANN

## Das gesunde Kind

### Homöopathisches und empathisches Denken

Die Homöopathie unterstützt das Kind vom Säuglingsalter bis über die Schulzeit. Dabei reichen die Einsatzgebiete von Entwicklungsstörungen und Wachstumsbeschwerden über chronische Erkrankungen, wie Haut- und Atemwegserkrankungen oder Allergien, bis hin zu psychischen Beschwerden, wie Schulangst, ADHS, Zwangsneurosen, Tics usw.

Um aber die krankheitserhaltende Ursache erfassen zu können und damit das passende homöopathische Arzneimittel zu wählen, ist es für die Eltern sehr wichtig, sich in ihr Kind hineinzufühlen. Nur so ist es möglich, die ureigenste Empfindlichkeit eines Kindes und seine individuelle Reaktionsweise darauf zu erkennen, die einer Erkrankung zugrunde liegen. Anders ausgedrückt ist es vornehmlich

Reagiert das Kind empfindlich auf grobe Worte oder Tadel, leidet es unter Erwartungsspannung vor Prüfungen oder plagen das Kind vielleicht Schuldgefühle aufgrund einer Trennung seiner Eltern – ein Kind weint und schreit nie ohne Grund. Gerade wenn es um Ängste geht, können Kinder diese nur selten beim Namen nennen.

Hier benötigt es vonseiten der Eltern sehr viel Einfühlungsvermögen und Verständnis. Zudem ist es wichtig, dass Eltern die charakterlichen Eigenschaften ihres Kindes kennen. Ist das Kind weinerlich und nachgiebig oder aber grob und reizbar, ehrgeizig und gewissenhaft oder eher schlampig und faul? Für ein umfassendes Anamnesebild sind neben den Geistes- und Gemütssymptomen natürlich auch die körperlichen Symptome von größter Bedeutung. Hier genügt es nicht, sich immer nur auf das offensichtliche Beschwerdebild zu verlassen. Seien es Knie- oder Rückenschmerzen durch zu schnelles Wachstum, Schlafstörungen, Konzentrationsprobleme oder wiederkehrende Infekte.

dass man die tiefere Geschichte hinter einem Symptom begreift. Häufig spielt die familiäre Krankheitsgeschichte der Herkunftsfamilie auch eine große Rolle. Durch erbliche Vorbelastung kann es vorkommen, dass ein Kind in seiner Entwicklung zu langsam ist, also spät gehen oder sprechen lernt. Angststörungen bei Kindern können beispielsweise auf eine intrauterine Erfahrung zurückgehen. Wird etwa eine Frau während der Schwangerschaft von ihrem Partner verlassen und leidet unter Gefühlen von Ablehnung und Enttäuschung, so können sich diese Emotionen der Mutter unmittelbar auf das Ungeborene übertragen.

Das Kind kann später die Angst entwickeln, von geliebten Personen verlassen zu werden und bereits in Panik geraten, wenn die Mutter nur aus dem Zimmer geht. Nicht zuletzt gilt es auch, die Eigenheiten des Kindes zu berücksichtigen; ist es z. B. kälte- oder wärmeempfindlich; seine Schlafgewohnheiten und Nahrungsmittelverlangen usw. Schließlich besteht aus all diesen Besonderheiten etc.



*»Weil Liebe und Verstehen  
keine Worte brauchen,  
behandeln wir Kinder  
mit Homöopathie.«*

Ihres Kindes. Daraus erschließt sich die passende homöopathische Arznei aus einer Palette von Heilmitteln. Von Ihrer Homöopathin erfordert dies ein hohes Maß an Wissen und Erfahrung. Sie wird Ihr Kind zuverlässig durch die verschiedenen Phasen des Heranwachsens begleiten, handelt es sich nun um Konzentrationsschwierigkeiten beim Lernen, einen hartnäckigen Heuschnupfen oder um den ersten Liebeskummer.

Werden das Immunsystem und die Lebenskraft bereits in den Kinderjahren durch die klassische Homöopathie gestärkt, bereitet dies den Weg für einen gesunden Start ins Erwachsenenalter.

## Homöopathie bei Zahnungsbeschwerden

Kleinkindern kann das Zahnen mit seinen Begleiterscheinungen durch die Gabe homöopathischer Mittel schnell und sanft erleichtert werden.

Nagt das Kind beim Zahnungsschmerz an seinen Fingern oder Fäustchen und versucht, das schmerzhafte Zahnfleisch mit kaltem Wasser oder durch ein kaltes Glas zu kühlen, schafft **Aconit** Abhilfe. Das Kind ist sehr ängstlich, unzufrieden und ruhelos, es schreit und weint die meiste Zeit. In der Nacht und durch Wärmeeinfluss verschlechtert sich sein Zustand, durch Gesellschaft und Kaltanwendungen erfährt es eine Besserung.

Ist eine Wange gerötet und heiß, die andere Wange aber blass, so wird **Chamomilla** die Zahnungsbeschwerden lindern. Die Schmerzen verstärken sich, wenn etwas Warmes in den Mund genommen wird oder auch durch Betreten eines warmen Zimmers. Häufig geht die Zahnung mit stinkendem Durchfall einher, der an gehackte Eier oder Spinat erinnert. Das Kind hat heißen Schweiß am Kopf, ist gereizt, weinerlich und unzufrieden; es weiß

## ZAHNUNGSBESCHWERDEN

Bei verspäteter und langsamer Zahnung, die mit saurem Kopfschweiß (vor allem Nacken und Hinterkopf) während des Schlafes einhergeht, ist **Calcium carbonicum** angezeigt. Der Säugling hat großen Appetit und ist bald nach einer Mahlzeit wieder hungrig. Häufig leidet er unter Verstopfung mit hartem, kreidefarbigem (hellem) Stuhl sowie feuchtkalten Füßen und spröden, abblätternden Zehennägeln.

Zahnende Kleinkinder, deren Schweiß und Absonderungen sauer riechen, verlangen nach **Rheum** (*Rhabarber*). Der ganze Körper riecht sauer und reichlicher Schweiß findet sich vor allem am Kopf. Die Zahnungsbeschwerden verschlimmern sich in der Nacht, das Kind ist schlaflos und schreit viel. Entweder geht die Zahnung mit sauer riechendem, von Frösteln begleitetem Durchfall einher oder sie wird von Koliken begleitet, die sich durch Zusammenkrümmen verschlechtern und durch Entblößen von Arm oder Bein bessern.

**Kreosotum** (*Kreosot*) ist das Mittel der Wahl, wenn die frisch durchgebrochenen Zähne bereits kariös und teilweise schwarz sind. Die Zahnung ist sehr schmerzhaft, das Zahnfleisch geschwollen und das Kind ist sehr unruhig. Als Reizesymptom tritt entweder Verstopfung

## Die homöopathische Behandlung unter Berücksichtigung der erbgenetischen Vorbelastung

### Das Erbe unserer Eltern und Großeltern

An einem Frühlingsmorgen öffnen wir die Tür zu unserem Garten und sehen, wie aus den kleinsten Keimlingen und Pflanzen die prachtvollsten Blumen und Bäume gewachsen sind. Doch einige unserer Setzlinge haben offenbar Schwierigkeiten, sich in ihrer Schönheit und Perfektion zu entfalten. Warum das so ist, werden wir verstehen, wenn wir den erbgenetischen Hintergrund erkannt haben.



## **Der Nährboden**

Um also tiefgreifende, chronische Erkrankungen wie z. B. Asthma homöopathisch behandeln und heilen zu können, gilt es grundsätzlich, die erbgenetische Vorbelastung eines Menschen zu erkennen. Welche familiären Erkrankungen gibt es vonseiten der Eltern, Großeltern und Verwandten? Welche angeborene Schwäche bringt der Patient mit sich?

## **Die Umgebung, in der wir aufwachsen**

Als nächstes muss das Umfeld eines Menschen berücksichtigt werden. Wie wir wissen, beginnt die geistig-emotionale Prägung bereits – ja sogar vor allem – im Kindesalter und manifestiert sich in unserem Charakter. Deshalb ist es neben der erbgenetischen Vorbelastung, die ein Kind mitbringt, auch notwendig, die familiäre Situation zu kennen, in der das Kind heranwächst. Wie verhält man sich zu ihm?

zwischen Vater und Mutter? Welche elterlichen Wesenszüge trägt das Kind in sich? Welche unverarbeiteten Themen gibt es aus früheren Generationen?

Mithilfe dieser Informationen können wir feststellen, welcher Umstand oder welches Ereignis zum Ursprung einer Erkrankung führte. Um chronische Krankheiten erfolgreich behandeln zu können, ist eine leitsymptomatische Verschreibung wie bei Akuterkrankungen nicht genug. Ein oder mehrere tiefergreifende Arzneimittel sind notwendig, um einen Menschen von einem langjährigen Leiden zu befreien. Dazu ist es unumgänglich, die tiefste Empfindlichkeit sowie die Lebens- und Familiengeschichte des Patienten zu (er)kennen.

## **Die Reise unserer Krankheit**

Nicht zuletzt gilt es, den Weg und Verlauf einer Krankheit zu erfassen. Häufig beginnt dieser Krankheitsprozess im Kleinkindalter mit einem

## HOMÖOPATHISCHE BEHANDLUNG UNTER BERÜCKSICHTIGUNG DER ERBGENETISCHEN VORBELASTUNG

einem Milchschorf am Kopf. Später zeigt sich dann ein neurodermitischer Hautausschlag, der an verschiedenen Stellen – häufig an Ellbogen- oder Kniebeugen – auftreten kann. Spätestens hier gilt es zu erkennen, dass dieser Hautausschlag nur ein Symptom der Gesamterkrankung ist, welche nun nach außen sichtbar wird. Leider wird gleich eine Salbe verabreicht, welche den Hautausschlag verdrängen soll, was auch meist gelingt. In weiterer Folge aber zeigt sich die Entzündung nicht mehr auf der Haut, sondern auf einer tieferen Ebene.

Das Kind leidet etwa an wiederkehrenden Mittelohrentzündungen, Mandelentzündungen oder chronischem Husten, der schließlich nicht mehr mit dem unterdrückten Hautausschlag in Verbindung gebracht und als »eigenständige« Erkrankung angesehen wird. Dieser Husten endet nicht selten in einer Bronchitis, welche dann mit einer entzündungshemmenden Arznei, dem Antibiotikum, behandelt wird. Die Symptome vergehen, doch schon nach ein paar Wochen stellt sich erneut heimlicher Husten

erfolgt die Antibiotikagabe. Nach einigen Wiederholungen dieses Kreislaufes endet es schließlich damit, dass sich ein chronisches Asthma oder eine andere tiefergreifende Erkrankung einstellen kann.

In unserem Beispiel erkennen wir, dass die Erkrankung sich erstmals im Symptom eines Hautausschlages oder einer relativ harmlosen Akuterkrankung gezeigt hat. Durch stetige Unterdrückungsmaßnahmen können sich diese Erkrankungen chronifizieren, zu dauerhaften Entzündungen ausreifen und schlussendlich in eine dauerhafte Atemnot übergehen.

Wären Haut- oder Akuterkrankungen durch das korrekte homöopathische Arzneimittel bereits zu Beginn behandelt worden, hätte man den weiteren, tieferen Krankheitsverlauf unterbrechen können. Dem Patienten wäre damit die Manifestation der schwerwiegenderen Erkrankung und ein Leidensweg erspart geblieben. Er/sie hätte sich bereits von Geburt an über das richtige Kind und Jugendliche

## Homöopathie zum Schulbeginn

Die richtige homöopathische Behandlung kann dabei unterstützen, Erwartungsängste und Anspannung zum Schulbeginn zu lindern.

Wenn Kinder nicht belastbar, stur und eigensinnig sind, unter vielen Ängsten leiden, kälteempfindlich sind, Verlangen nach Eiern haben und oft Nackenschweiß im Schlaf auftritt, ist **Calcium carbonicum** die richtige Arznei.

**Lycopodium** ist besonders bei Kindern mit geringem Selbstbewusstsein, die nicht in der Öffentlichkeit reden wollen, angezeigt. Sie fühlen sich morgens beim Erwachen schlecht, unausgeschlafen, sind mürrisch und reizbar und haben besonders nachmittags ein starkes Verlangen nach Süßigkeiten.

**Silicea** ist angesagt bei Prüfungsangst und Schulwechsel, wenn das Kind schüchtern ist und sich fürchtet, in der Öffentlichkeit aufzutreten bzw. vor der Klasse zu sprechen. Es leidet an Verstopfung, brüchigen Fingernägeln und übermäßigem Schweiß, speziell an den Füßen.

spricht **Argentum nitricum** Linderung. Begleitend besteht ein Verlangen nach frischer Luft und salzigen Speisen.

Für Kinder, die sehr reizbar, müde und zitterig sind, die unter Spannung stehen und vom langen Lernen Rückenschmerzen haben und denen Zitronensaft, Obst und eiskalte süße Getränke guttun, ist **Kalium phosphoricum** (*Kaliumdihydrogenphosphat*) das Mittel der Wahl.

**Kalium sulphuricum** (*Kaliumsulfat*) ist angezeigt, wenn das Kind an Konzentrationsschwierigkeiten und Mangel an Selbstbewusstsein leidet, keinerlei schulisches Interesse zeigt, träge und faul ist und ständig über Müdigkeit klagt. Weiters besteht ein starkes Verlangen nach Aufenthalt im Freien.

Haben dünne, nervöse, anämische Kinder, welche empfindlich sind und durch Gemütsregungen leicht erröten, sehr viel Lernstoff zu bewältigen, wie z. B. bei Nachprüfungen, ist **Ferrum phosphoricum** (*Wasserhaltiges Eisenphosphat*) die richtige Arznei.

**Phosphor** lässt herzliche, mitfühlende Kinder mit schneller Auffassungsgabe, die viele Befürchtungen und Ängste haben, wie u. a. Angst vor Dämmerung und Dunkelheit.

Wenn sich morgens Kreuzschmerzen zeigen, die das Aufstehen fast unmöglich machen, ist **Staphisagria** (*Stephanskraut*) das Mittel der Wahl. Vor allem, wenn sich die Schmerzen »nach dem Aufstehen« deutlich bessern. Die Schwäche in den Beinen ist oftmals ein Begleitsymptom dieser Rückenschmerzen. Meist sind dies liebevolle, nachgiebige Menschen, die ihren Ärger oder ihre Gefühlserregungen unterdrücken, was oft ursächlich für ihre Schmerzen sein kann.

**Thuja** (*Abendländischer Lebensbaum*) ist eines unserer wirkungsvollsten homöopathischen Arzneimittel bei Rückenschmerzen, die durch Verletzungen der Wirbelsäule bedingt sind. Die vom Patienten beschriebenen »ziehenden Schmerzen« im Kreuz verschlechtern sich durch geringste Erschütterungen. Sowohl das Stehen, Sitzen oder Aufstehen vom Sitzen bereitet zunehmend Schmerzen. Das Gehen bzw. die Bewegung hingegen erleichtert. Thuja-Menschen sind verschlossen und haben oft ein großes Verlangen nach rohen Zwiebeln.

Bei **Causticum**-Personen zeigt sich eine ausgeprägte Steifheit und Schmerzen im Nacken und im mittleren Rückenbereich. Die Schmerzen verschlimmern sich durch Sitzen und durch das Aufstehen vom Sitzen. In jedem Fall

eine Vorliebe für geräuchertes Fleisch, Speck, Salami oder Gepökeltes.

## Homöopathie bei Blasen- und Harnwegsinfekten

**Sarsaparilla** (*Stechwinde*) ist das Mittel der Wahl bei brennendem Harnröhrenschmerz, der gegen Ende des Urinierens auftritt, vor allem beim Abgang der letzten Urintropfen. Im Urin findet sich rötliches Sediment, Harngries. Die Betroffenen frösteln. Ausgelöst werden die Beschwerden meist durch feuchtkaltes Wetter.

Bei schnell erscheinendem, äußerst intensivem Schmerz, welcher von heftigem Harndrang begleitet wird, ist das Mittel **Cantharis** (*Spanische Fliege*) angezeigt. Während der Harnentleerung schreien die Betroffenen vor schneidendem, brennendem Schmerz. Sie leiden an ständigem (alle 2 bis 3 Minuten) übermäßigem Harndrang, entleeren aber nur geringe Harnmengen. Häufig nur wenige Tropfen, vermischt mit Blut. Wird die Blase völlig entleert,

## Homöopathie bei Schlafstörungen

Einer Schlafstörung können verschiedene Ursachen zugrunde liegen und unsere Erfahrung zeigt, dass Menschen aller Altersklassen davon betroffen sein können. In der homöopathischen Behandlung gilt es, die Empfindlichkeit des Betroffenen zu erkennen und so die Ursache für das Ein- oder Durchschlafproblem zu behandeln.

Die Schlafstörung, die der ***Tarentula hispanica*** (Wolfs-spinne) zugrunde liegt, ist durch die Ruhelosigkeit dieses Arzneimittels gekennzeichnet. Der ganze Körper ist ununterbrochen in Bewegung. Sie lieben Musik und Tanz und kommen dadurch erst spät ins Bett. Ebenso ist der starke Sexualtrieb eine Bremse für den Schlaf. Wenn Sie dann endlich schlafen, ist der Schlaf so unruhig wie sie selbst. Sie drehen und wenden sich und liegen oft verkehrt im Bett. Auffallend sind die ruhelosen Beine. Sie schlagen in alle Richtungen aus, was das Nebeneinander-Schlafen fast unmöglich macht.

Schlaflosigkeit, die durch übermäßige Freude oder

Überreizung des Nervensystems macht sich durch Ruhelosigkeit und Herzklopfen bemerkbar, häufig treten auch einseitige Kopfschmerzen mit gerötetem Gesicht auf. Die Beschwerden verschlimmern sich durch den Genuss von Kaffee.

Entwickeln sich Schlafprobleme aufgrund von Trauer oder Kummer, z. B. durch Verlust eines geliebten Menschen oder Haustiers, wird das Mittel ***Ignatia*** hilfreich sein. Der Betroffene verweilt in Gedanken bei traurigen oder unangenehmen Ereignissen und kann nicht einschlafen. Durch den Kummer treten körperliche Verkrampfungen und Zuckungen auf, die hier und dort im Körper auftreten können. Die Stimmung ist wechselhaft und von emotionalen Ausbrüchen, Hysterie und theatralischem Verhalten geprägt. Der Betroffene reagiert überempfindlich, weint krampfartig und schluchzt tief, lässt sich kaum beruhigen und seufzt, ohne es zu merken. Er kann keinen Rauch vertragen.

***Hyoscyamus*** (Bilsenkraut) ist vor allem angezeigt, wenn der Betroffene durch Muskelzuckungen aus dem Schlaf gerissen oder beim Einschlafen dadurch gestört wird. In seinen Händen verspürt er eine starke Ruhelosigkeit, schüttelt mit den Fingern und zuckt unruhig am Bettladen.