

# HOMÖOPATHIE IM ALLTAG: DIE PILLE – FLUCH ODER SEGEN?

VON RUTH HUNZIKER



Petra\* wünscht sich ein Kind. Vor vier Monaten hat sie die Pille abgesetzt. Während 20 Jahren hat Petra mit der Antibabypille verhütet. Nun sitzt sie in meiner Praxis, weil die Menstruation noch nicht eingesetzt hat. Petra macht sich verständlicherweise Sorgen, immerhin ist sie bereits 34-jährig, und die biologische Uhr tickt. Franziska\* hat ein anderes Problem: Seit ihr Freund und sie sich entschieden haben, natürlich zu verhüten, hat sich Franziskas Hautbild verschlechtert. Mit 14 bekam sie wegen ihrer unreinen Haut die Pille verschrieben. Franziska will auf keinen Fall mehr hormonell verhüten, denn erst nach dem Absetzen hat sie entdeckt, was sexuelle Lust ist.

Franziska und Petra sind keine Einzelfälle. Immer wieder höre ich ähnliche Geschichten von meinen Patientinnen. Dies hat mich dazu bewogen, diesen Artikel zu schreiben.

## NEBENWIRKUNGEN DER ANTIBABYPILLE

1960 kam die Antibabypille auf den Markt und mit ihr die sexuelle Revolution. Sie wurde als Segen empfunden. Im Vorder-

grund stand die mit der Einnahme verbundene Freiheit.

Die Einnahme der Pille hat aber auch viele Nachteile. Einer davon ist die sexuelle Lustlosigkeit, wie oben im Fall von Franziska beschrieben. Kürzlich wurde im Sendeformat «Puls» des Schweizer Fernsehens das Thema Pille aufgegriffen. Beim Bericht über die Nebenwirkungen stachen zwei heraus: depressive Verstimmungen und das Thromboserisiko. Eine von 10 Pillenbenutzerinnen entwickelt depressive Verstimmungen, und bei 8 von 10'000 Frauen löst die Pille eine Thrombose aus. Bei der Pille der vierten Generation erhöht sich das Thromboserisiko um das Fünffache im Vergleich zu gesunden Frauen, die keine Pille nehmen. Diese Tatsachen stimmen nachdenklich.

Die Liste der Nebenwirkungen ist gross: Kopfschmerzen, Gewichtszunahme, Zwischenblutungen, Bluthochdruck, Unfruchtbarkeit und Fehlgeburten, ein erhöhtes Risiko für bestimmte Krebsarten sind einige davon.

Ein ganz anderer Aspekt hormoneller Verhütungsmittel sind die negativen Auswirkungen auf die Umwelt. Nach bald 60 Jahren hormoneller Verhütung ist die Konzentration von weiblichen Hormonen im Wasser auf ein Mass ange-

stiegen, das unübersehbare Folgen hat, wie beispielsweise die Verweiblichung der Fische. Die Belastung unserer Umwelt mit weiblichen Hormonen zeigt sich auch im verminderten Haarwuchs bei Männern und einer schlechteren Spermienqualität.

## DIE MENSTRUATION AUS HOMÖOPATHISCHER SICHT

Der ganze Menstruationszyklus ist ein raffiniertes Zusammenspiel der weiblichen Hormone Östrogen, Progesteron, LH (luteinisierendes Hormon) und FSH (follikelstimulierendes Hormon). Jede Frau zeigt andere Symptome rund um die Menstruation. Auch die Menstruation selber ist unterschiedlich: Die Stärke, die Länge, die Farbe, die Konsistenz der Blutung variieren von Frau zu Frau. Der ganze Menstruationszyklus ist ein individueller Ausdruck jeder Frau. Gerade weil diese Symptome so individuell sind, sind sie für uns Homöopathen ein wertvoller Puzzlestein, um die passende homöopathische Arznei zu finden.

Durch die Einnahme der Pille werden die Frauen jedoch gleichgeschaltet – die weiblichen Hormone werden quasi von einem Roboter ferngesteuert. Der Eisprung wird unterdrückt, eine Pseudo-Mens wird herbeigeführt.

Dadurch verliert die Frau einen Teil von sich selbst.

Sicher gibt es Situationen, in denen die Pille das geeignetste Verhütungsmittel ist. Wenn Sie sich für die Pille entscheiden, so machen sie das aber bewusst. Wägen sie die Vor- und Nachteile gewissenhaft ab, und informieren Sie sich über mögliche Alternativen. Vom Einsatz der Antibabypille zur Behandlung von Akne oder Menstruationsbeschwerden rate ich ab. Die Pille wird dann lediglich als eine Art Livestyle-Produkt eingesetzt. Das rechtfertigt den Eingriff ins Hormonsystem mit all seinen Auswirkungen nicht. Übrigens können Haut- und Menstruationsbeschwerden gut homöopathisch angegangen werden.

Jede Art von hormoneller Verhütung ist ein Eingriff in ein körpereigenes Gleichgewicht. Lange wurde die Pille verharmlost. Sie ist aber ein Medikament mit den dazugehörigen Risiken und Nebenwirkungen.

\*Namen bekannt

**RUTH HUNZIKER** ist dipl. Homöopathin hfnh SHL. Eigene Praxis in Winterthur und Andelfingen. Zudem: Biologiestudium an der Universität Zürich mit Abschluss an der philosophischen Fakultät II als dipl. Botanikerin. Kontakt: Telefon 052 203 52 52 oder info@am-puls.ch

# KLARTEXT: MIT DEM SMARTPHONE BEZAHLEN

VON KATJA GRETLER, KUNDENBERATERIN BEI DER BANK LINTH

## Frage: Wie geht das genau mit dem Mobiltelefon-Bezahlen?

Antwort von Katja Gretler, Kundenberaterin bei der Bank Linth in Winterthur: Hier gibt es verschiedenste Möglichkeiten. Bei der Bank Linth haben wir seit letztem Jahr Apple Pay und seit kurzem Samsung Pay im Angebot. Wie der Name schon sagt, gibt es sie für mobile Geräte von Apple und Samsung. Voraussetzung dafür ist, dass Sie eine Bank-Linth-Kreditkarte und ein mobiles Gerät einer dieser Hersteller besitzen. In der jeweiligen App (Wallet bei Apple, Samsung Pay App bei Samsung – beide bereits vorinstalliert) lässt sich die Kreditkarte hinterlegen. An der Kasse wird das Smartphone kurz an das Zahlungsterminal gehalten



und der Einkauf per Fingerabdruck, PIN-Code oder Iris-Scan (Samsung Pay) bestätigt. Das funktioniert grundsätzlich an allen Zahlungsterminals mit Kontaktlosfunktion – im Detailhandel, am Kiosk, bei den SBB und an vielen anderen Orten. Die Beträge können beliebig hoch sein – es gilt auch beim mobilen Bezahlen die Ausgabenlimite der Kreditkarte.

Die Vorteile des Bezahlens mit dem Mobiltelefon und der Kreditkarte? Das Suchen der Karte im Portemonnaie entfällt – so lässt sich an der Kasse Zeit sparen. Und wenn man spontan noch etwas kaufen will, muss man nur das Smartphone mit dabei haben. Ausserdem ist das Bezahlen mit Apple Pay und Samsung Pay sicher, da weder karten- noch personenspezifische Daten gespeichert werden. Zusätzliche Kosten – ab-

gesehen von den üblichen Telefon- und Kreditkartengebühren – entstehen bei der Zahlung mit dem Mobiltelefon nicht. Und auf Empfang muss man übrigens auch nicht sein: Auch ohne Internet-Verbindung funktioniert das Bezahlen mit Samsung Pay oder Apple Pay.

## Frage: Für meine Zahlungen nutze ich den PC zu Hause und meinen Online-Banking-Zugang. Sollte ich auch das Mobile Banking nutzen? Welche Vorteile bringt mir das?

Ich persönlich habe lange nur das Online Banking am PC zu Hause genutzt. Unterdessen hat aber die Bank Linth ein neues Mobile Banking lanciert, das ich ausprobiert habe. Es kann durchaus praktisch sein, schnell von unterwegs den Kontostand zu prüfen. Auch das einfache Scannen des Einzah-

lungsscheins für Zahlungen hat mir gefallen. Schliesslich ist es aber immer eine Sache der persönlichen Präferenz. Wenn Sie einen Blick ins Mobile Banking werfen möchten, finden Sie auf unserer Website weitere Informationen. Oder kontaktieren Sie unser Support-Team bei Fragen unter Telefon 0848 00 01 43. Wenn Sie bereits einen Bank-Linth-Online-Banking-Zugang haben, können Sie Ihr Smartphone einfach im Menüpunkt «Mobile» registrieren.



Bank Linth LLB AG, Geschäftsstelle Winterthur  
Unterer Graben 29, Postfach, Winterthur  
Telefon 052 260 52 84. [BANKLINTH.CH](http://BANKLINTH.CH)