

von Ruth Hunziker

Sommer, Sonne, Berge, Meer! Viele von uns packt in dieser schönen Jahreszeit das Reisefieber. Für manche bedeutet Reisen jedoch eine Strapaze, denn für sie gesellt sich zu jeder Reise die Reisekrankheit. Warum werden Menschen überhaupt reisekrank? Momentan geht



die Wissenschaft noch von Hypothesen aus. Ursache der Reisekrankheit sind widersprüchliche Signale vom Auge, Innenohr und Mechanorezeptoren der Muskeln

und Gelenke, die in einer hypothetischen Hirnregion als Fehler verarbeitet werden. Die Anfälligkeit wird in unterschiedlichen Stoffwechselreaktionen des einzelnen vermutet. Unterschiede gibt es nicht nur in der Neigung zur Reisekrankheit und deren Ausprägung. Auch die Art, wie sich die Reisekrankheit zeigt, ist individuell.

## Das richtige Mittel finden

Wie findet man nun unter den homöopathischen Reisekrankheitsmitteln das Richtige?

Die vom Patienten produzierten individuellen Symptome macht sich die Homöopathie zunutze. Sie führen zum Mittel, das dem Patienten helfen wird. Bewegung, selbst der Augen, führt bei den einen bereits zu verstärkter Übelkeit. Sie haben daher meist geschlossenen Augen (Cocculus\*, Tabacum\*). Andere wieder müssen die Augen of-

fen behalten, damit es ihnen besser geht (Theridion). Den einen wird es schon beim Gedanken an Essen schlecht (Cocculus\*). Die anderen haben zwar ein flaes Gefühl im Magen, verspüren aber trotzdem Hunger und es geht ihnen auch tatsächlich besser, wenn sie etwas gegessen haben (Petroleum). Die einen erbrechen fortwährend, ohne dass es hilft (Ipecacuanha\*, Tabacum\*), die anderen wollen, aber können nicht erbrechen. Wenn sie erbrochen haben, geht es ihnen besser (Nux-vomica\*).

Dies sind einige Beispiele, die zeigen, wie verschieden jeder Mensch seine Krankheit ausdrückt. Das am häufigsten indizierte homöopathische Mittel bei Reisekrankheit ist Cocculus indicus\*. Cocculus\* kann verabreicht werden wenn der Patient folgende Symptome aufweist:

- Müde und schwach mit Schwindel, als ob er betrunken wäre.

- Übelkeit (von Anfang bis zum Schluss der Reise) mit übermässiger Speichelproduktion, Erbrechen und Kopfschmerzen.

- Jede Bewegung verschlimmert seinen Zustand, sogar die Bewegung der Augen. Er kann daher nicht aus dem Fenster, bzw. ins Wasser schauen. Wenn er sich bewegt, dann ganz langsam.

- Will nichts essen und trinken, schon der Geruch oder das Denken an Essen verursacht Übelkeit.

## Was hilft sonst noch?

- Ingwer wirkt Übelkeit und Erbrechen entgegen. Kleine Scheibchen der Wurzel können vorbeugend und während des Reisens gekaut oder einfach unter die Zunge gelegt werden.

- Egal ob die Reise per Auto, Schiff oder mit dem Flugzeug erfolgt, soll der Passagier möglichst die Sicht auf einen unbeweglichen Horizont haben. Personen,

die am Steuer sind (Auto/Schiff), werden ganz selten reisekrank.

- Eine konstitutionelle, homöopathische Behandlung kann die Neigung zu Reisekrankheit vermindern oder sogar aufheben.

## Erklärung von Begriffen:

\* Cocculus indicus (Kokelsamen), Petroleum (Kerosen), Tabacum (Tabak), Theridion curassavicum (Feuerspinne, Orangenspinne), Nux-vomica (Brechnuss), Ipecacuanha (Brechwurzel)

## Weitere Informationen:

Beschreibung und Anwendung der häufigsten homöopathischen Reisekrankheitsmittel unter: [www.am-puls.ch](http://www.am-puls.ch)

**Ruth Hunziker** (46-jährig) ist dipl. Homöopathin hfnh SHI. 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 und [info@am-puls.ch](mailto:info@am-puls.ch)