

HOMÖOPATHIE IM ALLTAG: UND SCHON WIEDER ERKÄLTET ...

VON RUTH HUNZIKER



«Jetzt habe ich bereits zum dritten Mal diesen Winter eine Kieferhöhlenentzündung», beklagt sich Anita Müller am Telefon (*alle Namen sind geändert*). «Beim letzten Mal musste ich sogar Antibiotika nehmen. Das möchte ich nicht mehr. Kann die Homöopathie da etwas machen?» Klar kann sie. Wir vereinbaren einen Termin in der Praxis.

Es stellt sich heraus, dass Anita Müller nicht erst diesen Winter mit ihren Nebenhöhlen zu kämpfen hat. Seit der Geburt ihres ersten Kindes vor zehn Jahren ist das ihr Schwachpunkt. Kritisch für Anita Müller sind stark wechselnde Temperaturen, so wie sie im Frühling und im Herbst auftreten. Sie weiss auch, wenn sie Stress hat, braucht es viel weniger, und sie spürt wieder den ihr leider so bekannten Schmerz in den Kieferhöhlen und dieses benebelte Gefühl im Kopf.

«Was verstehen Sie unter Stress?», frage ich Frau Müller. «Wenn ich viele Termine wahrnehmen muss. Wenn ich das Gefühl habe, ich muss noch einen Berg Dinge erle-

digen. Am meisten stresst mich aber, wenn meine Kinder krank sind oder es meinem Mann nicht gut geht.»

Anita Müller hat diese Erkrankung seit Langem immer wieder. Nach meinen Erfahrungen braucht es dann auch in diesem akuten Zustand oft das Konstitutionsmittel. Um die passende Arznei zu finden, benötige ich selbstverständlich mehr Informationen. Nach Verabreichung des Mittels (Kali-c*) geht es Anita Müller rasch besser: der Schleim beginnt sich zu lösen, der Druck im Kopf nimmt ab, die Energie verbessert sich und der Schlaf normalisiert sich wieder.

Einen ähnlichen Fall begleite ich schon mehrere Jahre. Im Herbst vor drei Jahren kam Kathrin Keller mit einer Stirnhöhlenentzündung zu mir. Sie erzählte mir, dass diese Entzündung jeden Herbst auftritt und sich noch zwei- bis dreimal pro Winter wiederholt. Wie auch bei Anita Müller behandelte ich zuerst diesen subakuten Zustand. Im Sommer sah ich Kathrin Keller nochmals. Sie erzählte mir, dass sie im Winter keine weiteren Nebenhöhlenentzündungen mehr hatte. Momen-

tan beschäftigten Kathrin Keller Schlafbeschwerden. Sie bekam nochmals ihr Konstitutionsmittel. Erstaunt stellte Kathrin Keller fest, dass im folgenden Herbst die Entzündung ausblieb.

Den ganzen Winter blieb sie von Erkältungen verschont. Im Herbst 2016, also zwei Jahre nach Therapiebeginn, hatte sie wieder eine Stirnhöhlenentzündung. Auch dieses Mal half ihr das Konstitutionsmittel. Wir vereinbarten, dass sie sich wenn nötig wieder bei mir meldet. Seither habe ich nichts mehr von ihr gehört. In der Regel ist das ein gutes Zeichen. Um sicher zu gehen, erkundigte ich mich nochmals bei ihr: Seit Behandlungsbeginn blieb es tatsächlich bei der einen Entzündung 2016, sonst war sie beschwerdefrei.

Für mich ist das immer ein guter Indikator einer passenden homöopathischen Arznei: Die behandelte Person hat danach wenig akute Erkrankungen, und falls sie doch erkrankt, reichen in der Regel die Selbstheilungskräfte für die Genesung aus.

Homöopathie ist akut sehr wirksam. Ziel bleibt es aber immer, die

Neigung zu wiederkehrenden akuten Zuständen zu beheben.

Tipps bei Nasennebenhöhlenentzündungen:

- Inhalationen mit Thymian, Kamille oder Salz
- Leinsamen- oder Kartoffelwickel auf die betroffenen Nebenhöhlen legen oder diese mit einer Wärmelampe behandeln (wenn Kälte angenehmer ist Quarkwickel verwenden)
- Nasenspülungen
- viel trinken

WEITERE TIPPS bei Nasennebenhöhlenentzündungen und Anleitungen zu Wickel finden Sie unter WWW.AM-PULS.CH, Rubrik Begleitmassnahmen

* Die Behandlung von Nasennebenhöhlenerkrankungen gehört in die Hände von gut ausgebildeten klassischen Homöopathinnen und Homöopathen. Es gibt eine Vielzahl von Arzneien die bei dieser Erkrankung angewendet werden können.

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