

Wiesenauer / Kirschner-Brouns Homöopathie - Das große Handbuch

Leseprobe

[Homöopathie - Das große Handbuch](#)

von [Wiesenauer / Kirschner-Brouns](#)

Herausgeber: Gräfe und Unzer Verlag

DR. MED. MARKUS WIESENAUER DR. MED. SUZANN KIRSCHNER-BROUNS



<http://www.narayana-verlag.de/b3581>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



Psychische und psychosomatische Beschwerden und Erkrankungen

Jeder Mensch geht mit den Herausforderungen des Lebens unterschiedlich um. Wo für den einen die Lust an der Bewältigung einer Aufgabe erst beginnt, hat sich der andere längst resigniert zurückgezogen. Entgegen jeder Logik gewinnt der eine den verloren geglaubten Wettkampf oder besiegt der andere den todbringenden Krebs. — Immer schon hat die Psyche des Menschen Berge versetzt. Doch die Psyche kann auch umgekehrt wirken. Sie kann einen Menschen hemmen, lahmen oder sogar krank machen - und das sowohl auf seelischer als auch auf körperlicher Ebene.

DIE MENSCHLICHE PSYCHE

Das Wort Psyche stammt aus dem Griechischen und bedeutet Hauch, Atem, Seele. Im weitesten Sinne versteht man heute unter der menschlichen Psyche auch die individuelle Persönlichkeit. Die Wissenschaft ist diesem Phänomen in den letzten Jahrzehnten durch Messmethoden und Analysen auf den Leib gerückt. Insbesondere die Zwillingsforschung legt nahe, dass der Mensch mit einer psychischen Grundstruktur auf die Welt kommt. Wie groß allerdings der Einfluss von Erziehung und Umwelt ist, wissen wir natürlich spätestens seit Sigmund Freud und der von ihm begründeten Psychoanalyse. Ob jemand schüchtern oder unsicher, von Selbstzweifeln geplagt ist oder vor Narzissmus strotzt, ob er ständig in Konflikte mit seinen Mitmenschen gerät oder ganz stark die Harmonie sucht, ob er ein Menschenfreund oder ein Misanthrop ist - die Facetten der menschlichen Seele sind vielfältig.

WELCHE ROLLE SPIELT DIE HOMÖOPATHIE?

Die Homöopathie ist ein guter Helfer bei Angst- und Unruhezuständen, Nervosität, Schlafstörungen, Folgen von Schockerlebnissen, Konzentrationsstörungen oder auch seelischer Verstimmung. Das passende Mittel beruhigt und hilft, das seelische Gleichgewicht wiederherzustellen und steigert die Konzentrationsfähigkeit.

Man sollte allerdings wissen, dass auch körperliche Störungen, wie beispielsweise ein Ungleichgewicht im Hormonhaushalt, der Grund für psychische Beschwerden sein können. Darum sollte vor allem bei anhaltenden und natürlich schwerwiegenden Beschwerden die Ursache in jedem Fall zunächst von einem Arzt abgeklärt werden.

Psychische und psychosomatische Beschwerden und Erkrankungen

• Psychosomatik

Die psychosomatische Medizin beschäftigt sich mit der wechselseitigen Beziehung seelischer und körperlicher Vorgänge. Eine Krankheit wird dementsprechend nicht nur auf körperliche Ursachen begrenzt, sondern in Zusammenhang mit der seelischen Situation und Befindlichkeit sowie der Umwelt eines Menschen gesehen. Dies bedeutet, dass ebenso bewusste und unbewusste Konflikte sowie Lebenskrisen aus psychosomatischer Sicht als Krankheitsursache in Frage kommen. Aber auch umgekehrt wirken sich körperliche Beschwerden und Erkrankung auf die Psyche aus. Beispielsweise können langanhaltende Schmerzzustände oder Schlafstörungen depressive Verstimmungen verstärken oder diese gar hervorrufen. Zudem existiert so etwas wie eine typische Konstellation: Die entsprechende Haltung gegenüber einer belastenden Situation (wie diese erlebt und wie damit umgegangen wird) bestimmt die Krankheit mit. So ist z. B. der Asthmatiker vom psychosomatischen Grundverständnis her oftmals ein Mensch, der sich bei emotionalen Konflikten zurückzieht und distanziert. Auf körperlicher Ebene passiert in der Lunge Ähnliches: Die Bronchiolen, die kleinsten Verästelungen des Bronchialsystems, ziehen sich zusammen („sie machen dicht“). Der Sauerstoffaustausch kann nicht mehr vollständig stattfinden, der Betroffene leidet an Atemnot. Zu den Erkrankungen mit einer hohen psychischen Komponente bzw. zu den typischen psychosomatischen Krankheiten gehören neben Asthma und Neurodermitis unter anderem Herzneurose, Reizmagen und Reizdarm sowie Essstörungen. Neben den psychosomatischen Erkrankungen, also Krankheitsbildern mit seelischer Ursache, gibt es die psychovegetativen funktionellen Störungen, auch vegetative Störungen

genannt. Hierzu zählen alle Beschwerden, die seelische Ursachen haben, bei denen aber keine körperlichen Symptome feststellbar sind, wie etwa Schwindel, Bauch- oder Kopfschmerzen, Übelkeit oder Atemnot.

HINWEIS

- > **Wenn Sie ein emotionales Problem sehr beschäftigt, dann scheuen Sie sich nicht, Ihrem behandelnden Arzt davon zu erzählen. Bitte schauen Sie in diesem Buch auch in den einzelnen Beschwerdenkapiteln nach Ihren Symptomen. Es kann sehr sinnvoll sein, das entsprechende Kapitel zusammen mit einer Vertrauensperson durchzulesen. Überlegen Sie gemeinsam, welches Mittel am besten auf Sie zutrifft.**

PSYCHISCHE BESCHWERDEN

Jede Art von Schock oder Ereignis, das in das bisherige Leben eingreift, hinterlässt Spuren in der menschlichen Psyche. Und selbst der ganz normale Alltag beinhaltet ein unerschöpfliches Arsenal an Aufregung, Ärger, Kummer und Angst.

• Ängste/ Panikattacken/ Phobien

Ohne Angst könnten wir nicht überleben, so verrückt sich dies anhört. Angst ist ein Schutzinstinkt des Körpers, der noch aus archaischen Zeiten stammt. Angst bewahrt vor lebensgefährlichen Unternehmungen und Situationen und öffnet bei Gefahr alle Sinne. Wenn allerdings allein schon die Vorstellung ausreicht, jemanden in Panik zu versetzen,

ohne einen konkreten Anlass, dann wird dies

Beschwerden homöopathisch behandeln

zu einem Problem. Körperlich kann Angst sich äußern durch ein beengendes Gefühl in der Brust, Herzrasen, Blässe, Schweißausbruch oder Ohnmacht. Eine krankhaft gesteigerte Angst äußert sich als Phobie oder Angstneurose. Unter einer Phobie versteht man eine übersteigerte Angst vor bestimmten Situationen oder auch Tieren. Dazu gehört z. B. die Spinnenphobie oder die Platzangst. Ob in einer Menschenmenge oder in einem geschlossenen Raum - viele Menschen überfällt die Angst vor der Enge mit einem Mal. Es gelingt ihnen in diesen Situationen nicht, das Beklemmungsgefühl abzuschütteln. Es kommt zu Panikattacken mit Herzrasen und Schweißausbrüchen. Ist die Angst grundlos und (nahezu) allgegenwärtig, spricht man von einer Angstneurose.

Ängste -

Mittel, die therapiegestützt helfen:

> Aconitum napellus D12: Manchmal be darf es nicht einmal eines Grundes, um bei Ihnen starke Angst mit Herzrasen hervor zuzurufen. Sie sind dann starr vor Schreck. Eine Erkrankung oder ein Unfall versetzen Sie unter Umständen sogar in Todesangst. S: durch kalte Luft, Berührung; B: nach Absonderung von Körpersekreten. Nehmen Sie bei den ersten Anzeichen einer Panikattacke sofort 3 x im Abstand von jeweils einer Viertelstunde 5 Glob. Aconitum napellus D12 ein.

Mittelbeschreibung siehe Seite 329

> Argentum nitricum D12: Sie leiden so stark unter Lampenfieber, dass bevorstehende Ereignisse (z. B. eine Prüfung oder eine Rede) Herzrasen, Durchfall und Kopfschmerzen verursachen. S: in der Nacht, am Morgen, im Liegen auf der rechten Seite; B: im Liegen auf der linken Seite.

Mittelbeschreibung siehe Seite 340

>• Arsenicum album D 12: Vorwiegend in der Dunkelheit bzw. nachts fühlen Sie sich verfolgt und von Angst gejagt. Eventuell haben Sie Todesangst. Angeschaltetes Licht und Umhergehen kann Sie beruhigen. S: nach Mitternacht, durch Kälte; B: durch Wärme, an der frischen Luft. *Mittelbeschreibung siehe Seite 341*

>• Cimicifuga racemosa D12: Bedingt durch die hormonelle Umstellung (vor der Periode, in den Wechseljahren) entwickeln Sie Ängste, vor allem auch um Ihre Gesundheit. Alles engt Sie ein, der Nacken verspannt sich. Sie sind antriebslos, gleichzeitig aber innerlich unruhig. S: durch Kälte, Feuchtigkeit; B: durch lokale Wärme. *Mittelbeschreibung siehe Seite 362*

>- Pulsatilla pratensis D 12: Fast überfallartig werden Sie von Ängsten geplagt. Die Ungewisse Zukunft treibt Sie um; Alleinsein wird unerträglich und steigert Ihre Ängste. Sie brechen in Tränen aus und wünschen sich Zuwendung. S: durch Wärme, in Ruhe, vor Mitternacht; B: bei Bewegung, an der frischen Luft. *Mittelbeschreibung siehe Seite 428*

Folge von Aufregung und Schreck -

Mittel, die helfen:

> Aconitum napellus D12: Auf ein einschneidendes psychisches Erlebnis reagieren Sie mit nervösen Herzbeschwerden (etwa nächtlichem Herzrasen). Bei Frauen kann die Menstruation ausbleiben. S: durch kalte Luft; B: nach Absonderung von Körpersekreten. *Mittelbeschreibung siehe Seite 329*

> Gelsemium sempervirens D12: Durch Aufregung, Stress und Sorgen fühlen Sie sich zittrig und schwach. Sie können kaum noch die Augen offen halten; gleichzeitig sind Sie nervös und ängstlich. S: durch Schreck; B: an der frischen Luft.

Mittelbeschreibung siehe Seite 382

HINWEIS

Nehmen unbegründete Ängste zu und/ oder beginnen sie, das tägliche Leben zu bestimmen, kann eine Angsterkrankung dahinterstecken. In diesem Fall sollten Sie einen Arzt aufsuchen, um die Ursache abklären zu lassen.

> Ignatia D12: Eine akute Trennungssituation schnürt Ihnen den Hals zu; das Kloßgefühl lässt Sie nicht mehr schlucken. Sie haben keinen Appetit, dennoch essen Sie. Ihr Bauch ist verkrampft und schmerzt. Immer wieder schütteln Sie Weinkrämpfe, und plötzlich müssen Sie lachen, obwohl Ihnen zum Heulen ist. S: morgens, durch Aufregung; B: während des Essens.

Mittelbeschreibung siehe Seite 391

> Opium D12: Ein länger zurückliegender Schock oder Schreck hat in Ihnen Erwartungsängste und Befürchtungen ausgelöst, jetzt sind Sie wie gelähmt. S: nach dem Schlafen; B: durch Kälte.

Mittelbeschreibung siehe Seite 419

Phobien -

Mittel, die therapiegestützt helfen:

> Argentum nitricum D12: Die Platzangst äußert sich - abgesehen natürlich von der Angst an sich - durch Herzrasen, Durchfall und Kopfschmerzen. Sie fürchten sich sehr vor der Zukunft. Unter Umständen macht Ihnen zusätzlich Höhenangst zu schaffen. S: in der Nacht, am Morgen; B: im Liegen auf der linken Seite.

Mittelbeschreibung siehe Seite 340

> Lachesis D 12: Die Angst in engen Räumen oder Menschenmengen zeigt sich in Hitze-

wallungen mit heftigen Schweißausbrüchen. S: nachts; B: durch Bewegung.

Mittelbeschreibung siehe Seite 399 >•

Phosphorus D 12: Sie fürchten sich vor allem, was sich Ihrer Kontrolle entzieht (Gewitter ebenso wie Übersinnliches); beim leisesten Geräusch rast Ihr Herz. Darin ist auch Ihre Angst vor dem Alleinsein begründet. S: abends, nachts; B: nach dem Schlaf.

Mittelbeschreibung siehe Seite 424

> Silicea D12: Neue berufliche oder private Aufgaben plagen Sie: Misserfolg und Versagen glauben Sie schon vorausszusehen. Ihr mangelndes Selbstbewusstsein drückt Sie, Rückenschmerzen machen sich dann verstärkt bemerkbar. Auffallend ist Ihre Angst vor spitzen Gegenständen (insbesondere Spritzen). S: durch Kälte; B: durch Wärme.

Mittelbeschreibung siehe Seite 439

• Arge r/Aufregungen

Jeder weiß, dass Ärger oder Aufregung auf den Magen schlagen können. Weitere Symptome sind unter anderem Kopfschmerzen, Schwindel und Zittern.

Mittel, die helfen:

> **Bryonia cretica** D12: Ihre Grundstimmung ist ärgerlich und gereizt und Sie reagieren cholertisch. Auch leiden Sie unter Kopfschmerzen mit Blutandrang. S: durch Wärme, Bewegung; B: durch frische Luft.

Mittelbeschreibung siehe Seite 349

> **Chamomilla recutita** D12: Sie reagieren unleidig und aufbrausend, können nichts mehr vertragen, geben unwirsche Antworten. Sie lassen sich kaum beruhigen. S: am

Abend, nachts, durch Anstrengung, Kaffee; B: durch lokale Wärme. *Mittelbeschreibung siehe Seite 359*

> **Colocynthis** D12: Sie sind gereizt, ärgerlich und vor allem auch ungeduldig. Ihre Beschwerden sind dementsprechend oftmals Folge von Wut, Zorn und Aufregung. S: durch Bewegung; B: durch Wärme. *Mittelbeschreibung siehe Seite 367*

> **Nux vomica** D12: Schon beim geringsten Anlass gehen Sie in die Luft - und das aus einer ärgerlichen Grundstimmung und Gereiztheit heraus. Diese sind vor allem durch permanenten Stress bedingt. S: durch Essen; B: am Abend. *Mittelbeschreibung siehe Seite 418*

DR. MED. MARRUS WIESENAUER DR. MED. SUZANN KIRSCHNER-BROUNS



Das große
HOMÖOPATHIE
Handbuch

GU

Wiesenauer / Kirschner-Brouns

[Homöopathie - Das große Handbuch](#)

496 Seiten, geb.
erschienen 2007



bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

www.narayana-verlag.de