

# Sylvia Winnewisser

## Meine homöopathische Hausapotheke

Leseprobe

[Meine homöopathische Hausapotheke](#)

von [Sylvia Winnewisser](#)

Herausgeber: Humboldt Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b5232>

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](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.de>



# Inhalt

<b>Homöopathie - Heilkunde für den Alltag.....</b>	<b>9</b>
<b>Was ist Homöopathie? .....</b>	<b>13</b>
Wie Krankheit entsteht .....	14
Homöopathie — Allopathie.....	15
Zwei Richtungen - klassisch und komplex.....	17
<b>Geschichte und Entstehung der Homöopathie .....</b>	<b>19</b>
Von Hippokrates bis Hahnemann .....	19
Hahnemann entdeckt die Homöopathie .....	20
Arzneimittelprüfung und Arzneimittelbild .....	21
Schlüsselsymptome und Erstverschlimmerung .....	22
Die Heringsche Regel .....	24
Die Komplexhomöopathie .....	25
Die Miasmenlehre .	26
<b>Der Mensch steht im Mittelpunkt.....</b>	<b>29</b>
Die Konstitutionstypen.....	29
Die Konstitutionsmittel .....	31
Alumina.....	31
Arsenicum album .....	33
Calcium carbonicum hahnemanni .....	34
Calcium phosphoricum .....	36
Carbo vegetabilis.....	37
Causticum hahnemanni .....	39
Chamomilla .	41

Graphites .....	42
Ignatia.....	44
Jodum.....	46
Lachesis .....	48
Lycopodium .....	50
Natrium muriaticum/chloratum .....	51
Nux vomica.....	53
Phosphorus.....	55
Platinum metallicum.....	57
Pulsatilla.....	58
Sepia .....	60
Silicea .....	62
Sulfur.....	64
Thuja occidentalis .....	66
<b>Globuli - Hilfe von kleinen weißen Kügelchen .....</b>	<b>69</b>
Die Herstellung homöopathischer Heilmittel .....	69
Die Einnahme homöopathischer Heilmittel.....	72
Die Wirkung homöopathischer Heilmittel.....	73
Selbstbehandlung mit Homöopathie .....	76
<b>Die Notfallapotheke für zu Hause.....</b>	<b>79</b>
Von Allium bis Zincum — Kurzbeschreibung	
einiger wichtiger homöopathischer Mittel.....	79
Einige wichtige Nosoden .....	93

<b>Die häufigsten Beschwerden und ihre Behandlung .....</b>	<b>101</b>
Kopfschmerzen und Migräne.....	101
Erkrankungen der Nase .....	106
Halserkrankungen .....	108
Atemwegserkrankungen.....	110
Herz-Kreislauf-Erkrankungen .....	112
Erkrankungen des Verdauungssystems .....	116
Hauterkrankungen.....	123
Erkrankungen der Ausscheidungsorgane .....	128
Störungen des Allgemeinbefindens, Nervosität und Schlafstörungen.....	130
Auf einen Blick: Welche Mittel bei welchen Beschwerden? . . . .	133
<b>Anhang .....</b>	<b>135</b>
Weiterführende Literatur.....	135
Adressen .....	137
Bezugsquellen .....	138

## Der Mensch steht im Mittelpunkt

In der Homöopathie steht stets der Mensch in seiner Gesamtheit im Mittelpunkt der Betrachtung. Hahnemann ging mit seiner Miasmenlehre ja sogar so weit, die Erkrankungen vergangener Generationen der Krankheitsgeschichte und dem gegenwärtigen Krankheitsbild eines Patienten zuzuordnen.

Darüber hinaus wurden die Menschen in verschiedene Typen eingeteilt - die Konstitutionstypen —, die sich durch bestimmte charakterliche, körperliche, seelische und geistige Eigenschaften unterscheiden. Jedem Konstitutionstyp wird in der Homöopathie ein Mittel zugeschrieben, das Körper und Seele im Gleichgewicht hält und die Lebenskraft aktiviert.

### Die Konstitutionstypen

Unter Konstitution versteht die Homöopathie im Gegensatz zur Schulmedizin nicht nur den körperlichen Zustand eines Menschen, sondern auch seine seelische und geistige Befindlichkeit, verbunden mit seinen ererbten und erworbenen charakterlichen Eigenschaften — also die Einheit von Körper und Geist. Krankheit entsteht nach der Theorie der Homöopathie nur, wenn es ein Ungleichgewicht im Körper gibt, die Lebenskraft beeinträchtigt oder geschwächt ist (siehe S. 14) und Disharmonie herrscht.

**Krankheit entsteht nur, wenn es ein Ungleichgewicht im Körper gibt, die Lebenskraft beeinträchtigt oder geschwächt ist und Disharmonie herrscht.**

## **Der Mensch steht im Mittelpunkt**

Ein gesunder Organismus ist in der Lage, sich gegen Krankheitserreger zu wehren. Wenn es zum Ausbruch einer Krankheit kommt, kann dies von unterschiedlichen Komponenten abhängen, die häufigsten sind Stress, Überforderung, seelische Belastungen, Schadstoffe oder die Einnahme bestimmter Medikamente. Unter gewissen Voraussetzungen und wenn Miasmen vorliegen (siehe S. 26) wird die Lebenskraft blockiert und Krankheitserreger haben ein leichtes Spiel.

Die Unterstützung der jeweiligen Konstitution eines Menschen, also der Gesamtheit aller funktionierenden körperlichen, geistigen und seelischen Prozesse, die seine Gesundheit ausmachen, ist ein wichtiges Anliegen der Homöopathie. Der amerikanische Homöopath James Tyler Kent stellte fest, dass bestimmte Typen von Menschen besonders stark auf bestimmte Mittel reagieren. So wurden nach bestimmten Arzneimittelbildern sogenannte Konstitutionstypen bestimmt und die betreffenden Mittel zu Konstitutionsmitteln für den jeweiligen Typus erklärt. Das heißt, der Gesunde nimmt diese Mittel, um sich seine Konstitution und volle Lebenskraft zu erhalten und künftigen Krankheiten vorzubeugen. Falls dennoch eine Erkrankung auftritt, ist sie erträglicher und klingt schneller wieder ab. Chronische Krankheiten schließlich können mithilfe des Konstitutionsmittels geheilt oder in ihrem Verlauf gebessert werden.

Das jeweilige Konstitutionsmittel herauszufinden ist keine leichte Aufgabe und bedarf daher eines erfahrenen Homöopathen - die Selbstbehandlung, die bei einzelnen Beschwerden und Krankheiten sehr gut möglich ist (siehe S. 133), stößt hier an ihre Grenzen. Im Unterschied zu anderen homöopathischen Mitteln sind Konstitutionsmittel in der Lage, das Miasma zu löschen und den Gesamtorganismus wieder in Harmonie zu bringen. Konstitutionsmittel werden stets in Potenzen

riechenden Schweißausbrüchen, Kopfschmerzen in der rechten Schläfe, nässenden Hautausschlägen, Geschwüren, Lymphknotenschwellung in den Achseln, Rückenschmerzen, Skoliose (Verbiegung der Wirbelsäule), Gallensteinen und zu früh einsetzender, stark blutender Menstruation.

### **Calcium phosphoricum**

Deutscher Name: Phosphorsaurer Kalk; Kalziumhydrogenphosphat

**Vorkommen/Herstellung** Es kommt in der Natur zum Beispiel in Guano vor, ist aber auch Hauptbestandteil von Knochen und Zähnen. Für Homöopathika wird es aus einer Mischung aus Phosphorsäure und Kalziumhydroxid hergestellt. Kalziumphosphat entsteht dabei als weißer Niederschlag, der gefiltert und getrocknet wird.

**Wirkung** Calcium phosphoricum wirkt vor allem auf das Zentralnervensystem, die Lymphknoten, Knochen, Schleimhäute und den Magen-Darm-Trakt.

**Arzneimittelbild und Schlüsselsymptome** Calcium phosphoricum zeigt Symptome wie rasche Abmagerung, Rachitis, allgemeine Knochen-schwäche, schlechte Zahnentwicklung und frühe Kariesbildung. Die betreffenden Menschen leiden oft unter neuralgischen Beschwerden, vor allem bei Witterungswechsel, Kopfschmerzen, Blähungen und chronischen Durchfällen. Dazu können Nierenentzündungen, Grieß- und Steinbildung kommen. Schlüsselsymptome sind generell verzögertes Wachstum, aber auch beschleunigtes Wachstum gehört dazu. Darüber hinaus zeigen sich Unzufriedenheit, Bleichsucht (Blutarmut bei jungen Mädchen) sowie Knochen- und Zahnprobleme.

## Erkrankungen der Ausscheidungsorgane

Die Ausscheidungsorgane — Niere, Harnleiter, Blase und Harnröhre — haben die wichtige Aufgabe, den Salz- und Wasserhaushalt des Körpers zu regeln und für seine Entgiftung zu sorgen. Die Niere filtert schädliche Stoffe aus dem Blut und scheidet sie aus, nützliche Stoffe hält sie dagegen zurück. Harnleiter und Blase befördern den Urin aus dem Körper. Voraussetzung für den reibungslosen Ablauf dieses Vorgangs ist, dass Nieren und Blase gut funktionieren. Liegen Entzündungen vor, ausgelöst durch Bakterien, oder kann die Niere mangels unzureichender Flüssigkeitszufuhr ihre Filterfunktion nicht genügend ausüben, wirkt sich das auf den gesamten Organismus aus: Es kann zu einer Vergiftung kommen. Bei einem Nierenversagen muss das Blut anderweitig „gewaschen“ werden — durch eine Dialyse. Zu wenig Flüssigkeit führt oft zur Bildung von Nieren- oder Blasensteinen, die die Harnwege verstopfen können und sehr schmerzhaft sind.

Andererseits sind Nieren und Blase auch mit seelischen Problemen verbunden. Jeder kennt den Satz: „Das geht mir an die Nieren.“ Damit ist gemeint, dass ein Problem einen besonders stark mitnimmt; vor allem Beziehungsprobleme gehen „an die Nieren“. Auch bei einer sogenannten Reizblase mit häufigem oder plötzlichem Harndrang und Verkrampfungen können Stress und seelische Probleme die Ursache sein. Kinder neigen häufig zum Bettnässen, wenn sie etwas belastet. Für alle diese Fälle kennt die Homöopathie Mittel, die Besserung bringen können.

### Bewährte Einzelmittel

**Cantharis (Spanische Fliege)** Cantharis wirkt vor allem bei Entzündungen und Reizungen der Harnwegs- und Geschlechtsorgane, außer-

dem bei Nieren- und Blasensteinen. Die Symptome werden durch Wärme und warme Wickel gelindert. **Potenz** D6bisD12

**Sarsaparilla (Sarsaparillawurzel)** Die Wurzel wirkt auf Harnwege und Nieren. Besonders bei Infektionen der Harnwege, auch bei Kindern, Nierenkoliken, schmerzhaftem Wasserlassen und Inkontinenz ist sie hilfreich. Die Symptome treten bei feuchtem Wetter und bei Frauen vor dem Einsetzen der Menstruation ein. **Potenz** D3 bis **DI 2**

**Solidago virgaurea (Goldrute)** Solidago hat sich bei Erkältungen der Harnwege, bei Blasen- und Nierenentzündungen sehr bewährt. Es lindert die Reizung, löst Verkrampfungen der Blase und fördert die Ausscheidung des Harns. **Potenz** D2 bis D8

### **Bewährte Komplexmittel**

Bei Beschwerden in den Ausscheidungsorganen, Inkontinenz und Bett-nässen bei Kindern:

**Uva ursi Oligoplex** mit den Wirkstoffen

- Uva ursi D2 (Bärentraube): bei häufigem Harndrang, Schmerzen beim Wasserlassen und Inkontinenz;
- Clematis recta D3 (Aufrechte Waldrebe): wirkt auf die Harnwegs- und Geschlechtsorgane, hilft bei Schmerzen beim Wasserlassen mit spärlichem Harnfluss;
- Hypericum perforatum D1 (Johanniskraut): wirkt beruhigend auf die Nerven und das Schmerzempfinden;

**Narayana Verlag, 79400  
Kandern, Tel.: 07626 / 97 49 700, S.  
Winnewisser „Meine homöop.  
Hausapotheke“**



Sylvia Winnewisser

## Meine homöopathische Hausapotheke

Schnell zum richtigen Mittel

144 Seiten, kart.  
erschienen 2009



**bestellen**

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

[www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)