

# Homöopathische Hausapotheke

## 1. SCHNUPFEN

Schnupfen verläuft immer in drei Stadien, die leicht anhand der Beschaffenheit des Nasenschleims unterschieden werden können. Solange keine Komplikationen wie unter -zusätzliche Symptome\_ auftreten, reichen die drei grundlegenden Remedies völlig aus. Ist eines der anderen angezeigt, so ist nur dieses zu nehmen.

Stadium	Nasenschleim	Remedy	Dosis
1	klarer & wässrig	ACO 30	bei jeder Verschlimmerung
2	zähflüssig & klar oder weisslich	ARS 30	4x täglich
3	gelblich oder grünlich	PULS 30	4x täglich

Zusätzliche Symptome	Remedy	Dosis
Wässrige Augen mit Brennen	ALL 30	4x täglich
Jucken/stechen in der Mandelgegend und/oder der Eustachischen Röhre	MER-c 30	4x täglich
Nasenschleim korrodiert Oberlippe	EUPH 30	4x täglich

## 2. HUSTEN

Die verschiedenen Stadien des Hustens sind nicht so einfach zu unterscheiden wie beim Schnupfen. Es empfiehlt sich zusätzlich Gebrauch von einem Hustensirup zu machen (→ Kräuterviolett). Wenn 10 min nach der Einnahme von einem Hustensirup Übungen praktiziert werden, die die Luftröhre beugen und strecken, kann der ganze Schleim gelöst und abgehustet werden. Durch solches Klären der Atemwege morgens bzw. abends verschafft man sich eine ruhige und erholsame Nacht oder einen relativ normalen Tag, sogar im Falle einer Bronchitis. Weitere Behandlung ist normalerweise nicht nötig.

Stadium	Auswurf	Remedy	Dosis
1	wässrig	ACO 30	bei jeder Verschlimmerung
2	leicht löslich	SPO 30 oder ANT-t 30	4x täglich
3	gelb oder grün & zäh	HEP 30 oder 6	4x täglich

Gefühl	Besonders wenn	Remedy	Dosis
Ärger/Zorn	möchte getragen werden und besser vom Tragen	CHAM 30	bei jeder Verschlechterung
Todesangst	sagt eigenen Tod voraus	ARS 30	4x/T
Furcht	unruhig	ACO 30	wenn nötig
Trauer	Verlust eines Menschen	IGN M	2x täglich für 1 Wo
Alpträume	wacht weinend auf	C-veg 30	wenn nötig

Misstrauen	misstraut auch sich selbst	THU 200	2x täglich für 1 Wo, ggf. wiederholen
------------	----------------------------	---------	---------------------------------------

### 3. KINDER

<i>Schlüsselsymptom</i>	<i>Remedy</i>	<i>Dosis</i>
furchtsam und unruhig	ACO 30	wenn nötig
ärgerlich, besser von getragen werden	CHAM 30	wenn nötig & bei Verschlechterung
heiss & rot, besonders Kopf	BELL 30	wenn nötig & bei Verschlechterung
ständig wechselnde Symptome; gelb/grüner Schleim von beliebiger Körperöffnung	PULS 30	4x täglich
Nachtschweiss ohne Fieber nur im Hals- und Nackenbereich, tagsüber leicht schwitzend um Nase und Gesicht	CA-c 30	4x täglich
Impfungs - Nebeneffekte	THU 200	2x täglich für 1 Wo, ggf. wiederholen

### 4. FIEBER

<i>Schlüsselsymptom</i>	<i>Remedy</i>	<i>Dosis</i>
heiss & rot, besonders Kopf	BELL 30	4x täglich, bei Bedarf öfter
abwechselnd heiss & kalt	CHIN 30	4x täglich, bei Bedarf öfter
mit Ärger, besser von Zuwendung	CHAM 30	4x täglich, bei Bedarf öfter

### 5. VERSCHIEDENES

<i>Problem</i>	<i>Bemerkungen</i>	<i>Remedy</i>	<i>Dosis</i>
Vergiftungen	aller Art	NUX 30	alle 30 min bis Besserung, dann bei Verschlechterung
Harnleiter Entzündung, Blasenkatarrh	brennen beim urinieren	CANTH 30	4x täglich
Warzen		THU 200	2x täglich für 3 Mo
Impfungen	Nebenwirkungen	THU 200	2x täglich für 1 Wo
Verschlimmerungen täglich um Mitternacht	jegliche Beschwerden	ARS 30	4x täglich
Besser von Ruhe und schlechter von Kälte/Nässe	jegliche Beschwerden, vor allem Muskeln & Knochen	RUTA 30	4x täglich
Besser von Bewegung und schlechter von Kälte/Nässe	jegliche Beschwerden	RHUS 30	4x täglich

Windpocken	sobald jucken einsetzt	PULS 30	4x täglich
Furunkel, Eiterbeulen	wollen nicht aufgehen	HEP 6 oder 30	4x täglich
Brechreiz	Übelkeit	NUX 30	alle 15 min bis Besserung

## 6. WUNDEN & VERLETZUNGEN

<i>Verletzung</i>	<i>Spezifisches</i>	<i>Remedy</i>	<i>Dosis</i>
Fall, mechanischer und mentaler Schock. Schlag etc., auch nach langer Zeit	über eine zweite Gabe hinaus kann keine weitere Verbesserung erreicht werden	ARN 200	1x täglich, am nächsten Tag wiederholen
Knochenbruch	geschlossen	1.) ARN 200 2.) CA-p 30 3.) HYP 30	s.o. 4x täglich 4x täglich
Knochenbruch	offen	s.o., zusätzlich siehe offene Wunden	s.o., zusätzlich siehe offene Wunden
Offene Wunden	mit Seifenwasser waschen & trocknen lassen	CAL Creme, äusserlich & CAL 30 innerlich	nach jeder Wäsche, mindestens 2x tägl.; 4x täglich innerlich
Verbrennungen	vor Blasenbildung	CANTH 30 äusserlich und innerlich ( 4x/T oder bei Verschlimmerung der Schmerzen)	in Wasser aufgelöst Wunde damit feucht halten (Gaze )
Verbrennungen	nach Blasenbildung	CAUST 30 innerlich und äusserlich	4x täglich innerlich; äusserlich s.o.
Bluterguss	auch wenn nicht äusserlich sichtbar, z.B. innere Verletzungen	HAM 30	4x täglich bis Färbung verschwindet
Blutung	zur Stillung	HAM 30	alle 10 min bis zur Stillung, äusserlich s.o.
Zerrung	besser durch Ruhe; alte Verletzung immer wiederkehrend	RUTA 30	4x täglich
Zerrung, Ischias	besser durch Bewegung nach anfänglicher Verschlimmerung	RHUS 30	4x täglich
Geistiger Schock	Zeuge eines Unfalls etc.	Rescue Remedy	alle 10 min oder bei Verschlimmerung
Lebenslicht erlöscht		C-veg 30	alle 5 min oder öfter
Schwäche	auch nach langer Krankheit	C-veg 30	4x täglich oder öfter
Augenverletzung	ACO ist das ARN des Auges	ACO 30	4x täglich, am Anfang ggf. häufiger

Kann nicht gehen		ARS 10M	Einmalig
Trennung		STAPH M	1x pro Woche

## 7. SCHMERZEN

<i>Wo ?</i>	<i>Spezifisches</i>	<i>Remedy</i>	<i>Dosis</i>
<b>Kopf: 60% aller Kopfschmerzen sind ernährungsbedingt</b>	<b>von Lebensmittelvergiftung, Drogen, Medizin etc.; vom Magen ausgehend</b>	<b>NUX 30</b>	<b>alle 30 min bis Besserung eintritt, dann bei Verschlimmerung</b>
<b>Kopf</b>	<b>pulsierend, als wenn ein Dino herumstampfte</b>	<b>BELL 30</b>	<b>alle 15 min bis Besserung eintritt, dann bei Verschlimmerung</b>
<b>Kopf</b>	<b>Ärger, hoher Blutdruck</b>	<b>CHAM 30</b>	<b>alle 15 min bis Besserung eintritt, dann bei Verschlimmerung</b>
<b>Kopf</b>	<b>Schwäche</b>	<b>C-veg 30</b>	<b>4x täglich</b>
<b>Zahn</b>	<b>Kälte empfindlich, schmerzen am Zahnhals</b>	<b>CHAM 30</b>	<b>alle 15 min bis Besserung eintritt, dann bei Verschlimmerung</b>
<b>Zahn</b>	<b>pulsierend</b>	<b>BELL 30</b>	<b>alle 15 min bis Besserung eintritt, dann bei Verschlimmerung</b>
<b>Zahn</b>	<b>allgemein</b>	<b>ANT-t 30</b>	<b>alle 15 min bis Besserung eintritt, dann bei Verschlimmerung</b>
<b>Ohr</b>	<b>gelber Ausfluss</b>	<b>PULS 30</b>	<b>alle 15 min bis Besserung eintritt, dann bei Verschlimmerung</b>
<b>Auge</b>	<b>Bindehautentzündung, Bluterguss</b>	<b>ACO 30</b>	<b>4x täglich</b>
<b>Fingerspitzen und nervenreiche Stellen</b>	<b>Splitter unterm Fingernagel etc.</b>	<b>HYP 30</b>	<b>4x täglich</b>
<b>Haut</b>	<b>jucken mit roten Punkten</b>	<b>RHUS 30</b>	<b>alle 15 min bis Besserung eintritt, dann bei Verschlimmerung</b>
<b>Brennend</b>	<b>allgemein</b>	<b>CANTH 30</b>	<b>alle 15 min bis Besserung eintritt, dann bei Verschlimmerung</b>
<b>Pulsierend</b>	<b>allgemein</b>	<b>BELL 30</b>	<b>alle 15 min bis Besserung eintritt, dann bei Verschlimmerung</b>
<b>LWS, Ischias</b>	<b>besser von Ruhe</b>	<b>RUTA 30</b>	<b>4x täglich</b>
<b>LWS, Ischias</b>	<b>besser v. Bewegung</b>	<b>RHUS 30</b>	<b>alle 15 min bis Besserung eintritt, dann bei Verschlimmerung</b>

<b>Mandeln</b>	<b>stechend, zum Ohr strahlend</b>	<b>MERC-c</b>	<b>4x täglich</b>
----------------	--	---------------	-------------------

ABKÜRZUNGEN:

ACO	Aconitum napellus	ANT-t	Antmonium tartaricum
ALL	Allium cepa	ARS	Arsenicum album
ARN	Arnica montana	CAL	Calendula montana
BELL	(Atropa) Belladonna	CA-c	Calcerea carbonica
CAUST	Causticum	CANTH	Cantharis versicatoria
CA-p	Calcerea phosphorica	CHAM	Chamaemelum nobile
C-veg	Carbo vegetalis	EUPH	Euphrasia officinalis
CHIN	China (Cinchona peruviana)	HEP	Hepar sulphuris
HAM	Hamamelis virginiana	IGN	Ignatia amara
HYP	Hypericum perforatum	NUX	Nux Vomica
MERC-c	Mercurius corrosivus	RHUS	Rhus toxidendron
PULS	Pulsatilla pratensis	SPO	Spongia tostada
RUTA	Ruta graveolens	THU	Thuja occidentalis
STAPH	Delphinium staphysagria		