

Homöopathische Hausapotheke



Tipps für eine homöopathische Hausapotheke
mit 54 Arzneimitteln.

Diese homöopathischen Arzneimittel empfehle ich für Ihre Hausapotheke:

Aconitum C30
Apis C30
Apis C200
Arnica C30
Arnica C200
Arsenicum album C30
Belladonna C30
Bellis perennis C30
Berberis D3
Bryonia C30
Calendula D6
Calendula C30
Cantharis C30
Carbo vegetabilis C30
Causticum C30
Chamomilla C30
China C30
Cocculus C30
Colocynthis C30
Drosera C30
Dulcamara C30
Eupatorium-perf. C30
Euphrasia C12
Ferrum-phosph. C12
Gelsemium C30
Hepar sulfuris C30
Hypericum C30
Hypericum C200
Ignatia C30
Ipecacuanha C12
Kalium bichrom. C12
Ledum D6
Ledum C30
Ledum C200
Magnesium phos. C12
Mercurius C30
Myristica D4
Nux vomica C30
Okoubaka D6
Phosphorus C30
Phytolacca C30
Pulsatilla C30
Pulsatilla C200
Rhus tox. C30
Rhus tox. C200
Ruta C12
Sambucus C6
Silicea D12
Spongia C30
Staphisagria C30
Symphytum C12
Tabacum C12
Urtica urens C12
Veratrum album C30



Homöopathie kurz und knapp:

Samuel Hahnemann, Arzt und Chemiker (1755 – 1843), entwickelte eine sanfte Heilmethode, die er Homöopathie nannte.

Dieser Begriff stammt aus dem Griechischen und bedeutet Ähnlich dem Leiden. Similia similibus curentur – Ähnliches möge mit Ähnlichem geheilt werden ist das Prinzip der Wirkung. Eine Substanz, die bei einem Gesunden bestimmte Krankheitssymptome hervorruft, kann einen Kranken mit ähnlichen oder denselben Symptomen davon befreien.

Ein Beispiel: Die Küchenzwiebel ruft brennende Augen und eine laufende Nase hervor. Die homöopathisch zubereitete, also potenzierte Zwiebel, kann beim Kranken diese Symptome heilen.

Potenzieren bedeutet, die einer Substanz innewohnenden Kräfte durch mehrere Verdünnungsschritte und kräftig, rhythmisches Verschütteln, zu entfalten.

Die D-Potenz steht für die Verdünnung im Verhältnis 1:10, die C-Potenz 1:100, M ist die Bezeichnung für die C1000 und Q- beziehungsweise LM-Potenz für die Verdünnung im Verhältnis 1:50.000.

Bei der homöopathischen Behandlung sind die individuellen Symptome bei einer Krankheit entscheidend z.B. Kopfschmerzen. Diese können an unterschiedlichen Orten (Hinterkopf, Stirn..) sitzen, verschiedene Ursachen haben (durch kalten Wind, Haare waschen, Sonne...), verschiedene Begleiterscheinungen haben (Übelkeit, Obstipation...) und vieles mehr.

Die Selbstheilungsprozesse im Körper sollen mit den homöopathischen Arzneien angeregt bzw. reguliert werden.

Beachten Sie auch meine digitalen Onlinekurse zur HOMÖOPATHIE - dort erkläre ich Ihnen, den Umgang mit der homöopathischen Taschenapotheke.



ACONITUM

(Echter Sturmhut oder Blauer Eisenhut)

Folgen von Schreck/Schock, Zugluft und kalten Wind; plötzliche, heftige Beschwerden, hohes Fieber; Todesangst, Gesichtsfarbe abwechselnd rot und blass, großer Durst;

Verschlechterung: gegen Mitternacht, durch kalten Wind.

APIS

(Honigbiene)

Folgen von Insektenstichen (v.a. Bienen/Wespenstiche); Hautveränderungen, die aussehen wie ein Insektenstiche (Röte, Schwellung, Hitze);

brennende, stechende Schmerzen;

Verbesserung: durch kalte Anwendungen.

C30: bei Rötung, Schwellung, Schmerzen.

C200: bei Gefahr eines allerg. Schocks (rasche Ausbreitung der Rötung, Zittern, Atemnot).

ARNIKA

(Bergwohlverleih)

Folgen von physischen Traumata (Unfall, Sturz etc.);

1. Mittel bei allen Verletzungen, v.a. stumpfen Traumata, Prellungen, Verstauchungen; Zerschlagenheitsgefühl, berührungsempfindlich, will alleine gelassen werden.

ARSENICUM ALBUM

(weißes Arsen)

Folgen von verdorbener Nahrung; Brechdurchfall, wund machend; starkes Frösteln, Unruhe und Angst; extreme Schwäche; brennende Schmerzen;

Verschlechterung: Kälte.

Verbesserung: Wärm und warme Anwendungen;

BELLADONA

(Tollkirsche)

Folgen von Temperaturveränderungen (z.B. nasse Haare, Durchnässung);

plötzliche Beschwerden, hohes Fieber; Benommenheit und Delirium;

extreme Röte, Augen glasig, Kopf heiß, Extremitäten kalt; pochende Schmerzen, Durst auf saure Getränke;

Verschlechterung: nachmittags und abends, Berührung, Erschütterung, Lärm

Verbesserung: Ruhe, Alleinsein, fester Druck, Sich-Aufsetzen



BELLIS PERENNIS

(Gänseblümchen)

Folgen von stumpfen Traumata, v.a. der Weichteile (z.B. weibl. Brust, Hoden), Verletzungen im Bauch und Beckenbereich; Quetschungen; Verschlechterung: Berührung, Bewegung, Kälte.
Verbesserung: fortgesetzte Bewegung.

BERBERIS

(Berberitze)

Bei Nieren- und Blasenleiden, druckempfindlich im Nierenbereich, Urin mit Schleim und hellrot. Ausstrahlende Schmerzen in Oberschenkel und Augen, brennendes Gefühl, wie Sand im Auge und verschwommenes Sehen.

BRYONIA

(weiße Zaunrübe)

Trockener Husten mit Schmerzen im Brustkorb, muss sich die Brust halten; allgemein stechende, ziehende Schmerzen; alle Schleimhäute trocken; Verstopfung; großer Durst.
Verschlechterung: Bewegung, Hitze, Wärme, Ärger.
Verbesserung: Ruhe, fester Druck, kalte Getränke.

CALENDULA OFFICINALIS

(Ringelblume)

Zur Beschleunigung der Heilung von Wunden. Wirkt blutstillend, indem es die Granulation fördert.

CANTHARIS

(Spanische Fliege)

Bei Verbrennungen und Verbrühungen, Sonnenbrand, Blasenentzündung, Urin brennt wie Feuer, allgem. brennende Schmerzen.
Verschlechterung: durch Berührung, beim Wasserlassen.

CARBO VEGETABILIS

(Holzkohle)

Träge Verdauung mit Aufblähung des Bauches, mit Atembeklemmungen, Aufstoßen, Schwindel, Schwäche- u. Kollapsgefühl. Frösteln, aber Bedürfnis nach frischer Luft.
Verschlechterung: Schwerverdauliches Essen, feuchtwarmes Wetter, abends u. nachts.
Verbesserung: durch frische Luft, Aufstoßen.



CAUSTICUM

(Hahnemann´s Ätzkalk)

Rauer, trockener Hals mit Heiserkeit, trockener Husten mit Wundheit in der Brust, Schleim klebt auf Höhe des Brustbeins, Husten wird besser durch Trinken; Blasenentzündungen, Folgen von Verbrennungen.

Verschlechterung: trockene, kalte Luft, morgens, im Liegen.

Verbesserung: feuchtes Wetter, Feuchtigkeit, Wärme, kalte Getränke.

CHAMOMILLA

(Kamille)

Bei Zahnungsbeschwerden, unerträgliche Schmerzen, gereizt und ungeduldig durch Schmerzen, stechende Ohrenscherzen, eine Wange rot und eine blass; krampfartige Bauchschmerzen, grünliche Durchfälle.

Verschlechterung: Ärger, Zorn, Aufregung, Berührung.

Verbesserung: durch Getragenwerden

CHINA

(Rinde des Chinabaums)

Nach Verlust von Körperflüssigkeiten, nach Genuss von unreifen Früchten; Schwäche nach langer Erkrankung; kalter Schweißausbruch, Körper eiskalt, Bauch stark aufgetrieben, keine Besserung durch Aufstoßen oder Abgang von Blähungen;

Verschlechterung: Berührung, nachts, Kälte.

Verbesserung: Druck, Zusammenkrümmen, Wärme, Liegen.

COCCULUS INDICUS

(Kockelskörner)

Folge von Schlafmangel, Zeitumstellung/Jetlag, Reisekrankheit, Schwindel, Sorge um die Gesundheit einer geliebten Person, Überanstrengung mit großer Erschöpfung.

Verschlechterung: beim Aufrichten, Fahren, Bewegung.

Verbesserung: in Ruhe.

COLOCYNTHIS

(Koloquinte/Kürbisgewächs)

Folge von Wut, Entrüstung. Kolik- oder krampfartiger Schmerz, zwingt zum Zusammenkrümmen.

Verschlechterung: Bewegung, Essen, Trinken, Ärger.

Verbesserung: durch festen Druck, Wärme.



DROSE

(rundblättriger Sonnentau)

Bellender, Krampfartiger Husten. Kitzelreiz, der zum Husten zwingt.

Tiefe, raue Stimme.

Verschlechterung: beim Hinlegen, Trinken, Sprechen, Wärme, nach Mitternacht.

Verbesserung: Aufstehen, Aufsitzen.

DULCAMARA

(Bittersüss)

Folge von feuchter Kälte, feuchte Kleidung, heiße Tage und kalte Abende, typisches Mittel bei Erkältungen im Herbst.

Verschlechterung: Kälte und Feuchtigkeit.

Verbesserung: Wärme bessert alle Beschwerden.

EUPATORIUM PERFOLATUM

(Wasserhanf)

Folge von Kälte, Wind, Feuchtigkeit. Bei grippalen Infekten mit Zerschlagenheitsgefühl in den Knochen, Muskeln, Gliedern.

Verschlechterung: von 7-9 Uhr morgens, bei Bewegung.

EUPHRASIA

(Augentrost)

Mildes Nasensekret und wundmachender, reichlich fließender Tränenfluss.

Brennende Augen.

Verschlechterung: abends, zu Hause, Licht.

Verbesserung: im Freien.

FERRUM PHOSPHORICUM

(Eisenoxidphosphat)

Im ersten Stadium der Entzündung. Keine bestimmbareren, charakteristischen Symptome.

Verschlechterung: nachts, Wärme, Berührung.

Verbesserung: Ruhe, durch kühle Auflagen.

GELSEMIUM

(wilder Jasmin)

Folge von Erwartung eines bevorstehenden Ereignisses (Erwartungsangst), Schreck, Angst. Schwäche, Erschöpfung. Grippaler Infekt mit großer Schwäche, Schwindel.

Verschlechterung: warme Räume, Hitze, vor Gewitter.

Verbesserung: frische Luft, Wasserlassen.



HEPAR SULFURIS

(Kalkschwefelleber)

Folge von Kälte und Zugluft. Überempfindlichkeit gegen Schmerzen. Saurer Geruch.

Verschlechterung: Berührung, Zugluft.

Verbesserung: durch warmes Einhüllen, Wärme.

HYPERICUM PERFORATUM

(Johanniskraut)

Nervenverletzungen nach Quetschung, Überdrehung; bei Verletzungen der Wirbelsäule und Steißbein (z.B. nach Sturz oder Stoß);

geprellte Finger und Zehen.

Verschlimmerung: Kälte, Feuchtigkeit, Berührung.

IGNATIA

(Ignatiusbohne)

Kummer oder Heimweh mit wechselhafter Stimmung; Seufzen;

Kloßgefühl im Hals; Halsschmerzen; Kopfschmerz, wie durch einen Nagel im Kopf.

Verschlechterung: Tabakgeruch.

Verbesserung: Essen.

IPECACUANHA

(Brechwurz)

Ständige, anhaltende Übelkeit mit Erbrechen; Erbrechen bei Husten; im Wechsel mit Durchfall.

Verschlimmerung: nachts, im Liegen, beim Einatmen.

KALIUM BICHROMICUM

(Kaliumbichromat)

Fadenziehende Absonderungen aus Nase, Bronchien, Mund, Nasennebenhöhlenentzündungen, die hochakut auftreten.

Verschlimmerung: Bier, morgens, heißes Wetter

Verbesserung: durch Hitze

LEDUM PALUSTRE

(Sumpfporst)

Insektenstiche oder -bisse, Stichverletzungen.

Verschlimmerung: Wärme.

Verbesserung: Kälte.



MAGNESIUM PHOSPHORICUM

(Magnesiumphosphat)

Krampfartige Schmerzen anfallartig (Bauch, Menstruation oder Schreibrampf)

Verschlechterung: nachts, Kälte.

MERCURIUS SOLUBILIS

(Quecksilber)

Passt zu überempfindlichen, unruhigen Menschen mit starker Speichelbildung, üblem Mundgeruch und Zahneindrücken am Zungenrand. Durst vorhanden, obwohl der Mund feucht ist. Grünliche, schleimige Absonderungen

(Ohr, Nase, Rachen).

MYRISTICA SEBIFERA

(Muskatnußgewächs)

Man nennt es das „homöopathische Messer“, weil es in der Lage ist, Abszesse zu öffnen, die nicht von selbst aufgehen.

Die Einnahme 3-4 mal an einem Tag.

NUX VOMICA

(Samen des Brechnussbaumes)

Ist gut für gestresste, nervöse Menschen mit vorwiegend sitzender Lebensweise und berufl. Überlastung (Missbrauch von Genussmitteln und Medikamenten).

Sie frieren und erkälten sich leicht, haben oft Magen- und Kopfschmerzen.

Verschlechterung: morgens, nach dem Essen, nach geistiger Anstrengung, Ärger, Kälte, nach Alkohol/Stimulantien

Verbesserung: nach kurzem Schlaf, Ruhe

OKUBAKA

(Rinde, Oktoknemataceae)

bewährt bei Verdauungsstörungen, Übelkeit und Erbrechen durch verdorbene Nahrung oder auf Reisen wenn Nahrung oder Klima schlecht vertragen werden.

PHOSPHORUS

(gelber Phosphor)

Passt zu sympathischen, offenen Menschen, die gerne ihre Gefühle zeigen.

Ist ein bewährtes Kindermittel, Kinder haben Angst vor Dunkelheit, Alleinsein, Gewitter. Blutungsneigung, viel Durst, Sodbrennen, brennende Schmerzen, trockener Husten.

Verschlechterung: Wetterwechsel, warme Getränke, Zwielicht, bei Gewitter, kann nicht auf der linken Seite liegen.

Verbesserung: Kälte, Liegen auf der rechten Seite, im Freien, Schlaf



PHYTOLACCA DECANDRA

(Kermesbeere)

Hilft bei Halsschmerzen mit dunkelrotem Rachen, Schmerzen strahlen bis zum Ohr aus, die Zunge ist gelb belegt mit roter Spitze.

Sie fühlen sich müde und zerschlagen.

Verschlechterung: nachts, durch nasskaltes Wetter, bei Bewegung.

Verbesserung: Wärme, Ruhe

PULSATILLA PRATENSIS

(Küchenschelle)

Ist für sanfte, unentschlossene, weinerliche Menschen, die nicht alleine sein möchten und kein fettes Essen vertragen. Trotz trockenem Mund kein Durst.

Die Absonderungen sind dick, grüngelb und mild.

Wandernde, wechselhafte Beschwerden.

Verschlechterung: Hitze, warmes Zimmer, nach fettem, reichlichen Essen, abends

Verbesserung: im Freien, frische Luft, kalte Anwendungen, Bewegung, Trost

RHUS TOXICODENDRON

(Gifteiche)

Ist ein wichtiges Mittel bei Beschwerden des Bewegungsapparates (Überanstrengung, Verrenkung, Steifheit). Schmerzen bessern sich bei fortlaufender Bewegung, der Mensch ist unruhig, vor allem nachts im Bett.

Verschlechterung: Kälte, zu Beginn der Bewegung

Verbesserung: Wärme, Druck, fortlaufende Bewegung

RUTA

(Weinraute)

Wirkt v.a. auf geprellte oder verletzte Knochenhaut und gezernte / überdehnte Sehnen, unterstützt das Ausheilen von auch sehr komplizierten Frakturen. Es wird immer wieder eine neue Position des verletzten Gliedes gesucht. Ruta hilft auch bei überanstrengten Augen, brennendes Gefühl, wie Sand im Auge und verschwommenes Sehen.

Verschlechterung: Kälte, Hängenlassen

SAMBUCUS NIGRA

(schwarzer Holunder)

Es ist das erste Mittel, wenn Säuglinge eine verstopfte Nase haben und dies das Trinken behindert. Kind erwacht nach Mitternacht, bekommt keine Luft, schwitzt sehr und muss hochgenommen werden. Bei Asthma- oder Hustenanfällen mit den gleichen Modalitäten.



SILICEA

(Kieselsäure aus Bergkristall)

Ein wichtiges chronisches Mittel für Kinder, die extrem verfroren, schwitzig, mager, verstopft und hellhäutig sind und dabei eine Neigung zur Schüchternheit und Sturheit haben, aber gewissenhafte, gute Schüler sind.

Angewandt bei schlecht heilender Haut, dicken, wiederaufbrechenden Narben, wiederkehrenden eitrigen Prozessen, festsitzenden Fremdkörpern, im Nacken beginnenden Kopfschmerzen, rissigen Brustwarzen, verformten und weiß gepunkteten Nägeln und langsam heilenden Knochenbrüchen.

Unverträglich: Spritzen/Nadeln, Zugluft, Kälte, Vollmond, Milch.

Verbesserung: durch Wärme und Einhüllen.

SPONGIA

(gerösteter Meerschwamm)

Angewandt für TROCKENEN, bellenden, krächzenden, kruppösen Husten mit pfeifender, giemender Atmung, die Stimme ist rau und heiser, man hat Angst zu ersticken. Die Hustenanfälle sind hauptsächlich vor Mitternacht bis 2⁰⁰ Uhr, Verbesserung: hinsetzen beim Husten; etwas warmes trinken oder essen und Luftbefeuchtung.

STAPHISAGRIA

(Stephanskraut/Rittersporn)

Geeignet für alle Wunden durch Schnittverletzungen in allen Geweben; auch Sphinkterverletzungen. Diese schneidenden Verletzungen gelten auch im übertragenen Sinn, bei seelischen Verletzungen/Demütigungen, besonders wenn die Reaktion in Verärgertsein und Rückzug besteht.

Angewandt bei Gerstenkorn, frühzeitigem Schwarzwerden der Zähne, Bauchkolik nach Ärger und bei Blasenentzündung nach sexuellem Kontakt.

SYMPHYTUM OFFICINALE

(Beinwell)

Zum Ausheilen von allen Frakturen geeignet, da es die Kallusbildung fördert.

Gut auch bei Verletzung von vorspringenden Knochen, wie Jochbein, Ellbogen, etc.

Bei Amputationsschmerzen, bei „blauem Auge“. Es sind stechende Schmerzen, und man will an der verletzten Stelle nicht berührt werden.



TABACUM

(Blätter der Tabakpflanze)

Ein bewährtes Reisemedikament, besonders auf See, mit plötzlicher Übelkeit und Erbrechen, sterbenselend, totenblass, Schwindel und große Schwäche, kalter Schweiß bricht aus, man friert, will aber nicht zugedeckt sein.

Besser ist es nach dem Erbrechen und wenn man mit geschlossenen Augen in der frischen Luft liegt. Mit gleicher Symptomatik auch bei Angina pectoris und Morbus Ménière.

URTICA URENS

(Brennnessel)

Für alle Insektenstiche, die aussehen und sich anfühlen, als ob man an einer Brennnessel war. Auch bei Nesselsucht nach Insektenstichen, Quallenkontakt, Verzehr von Austern/Meeresfrüchten, nach enormer, körperlicher Anstrengung, Baden oder Hitze.

Gut geeignet auch bei Verbrennungen und Verbrühungen 1. Grades.

VERATRUM ALBUM

(Weiße Nieswurz)

Akut v.a. bei schweren Durchfallerkrankungen mit Erbrechen (z.B. nach Lebensmittelvergiftung), die zu Kreislaufbeschwerden oder drohendem Kreislaufkollaps führen; kalte Haut mit kaltem Schweiß, eingefallenem blau-blassem Gesicht, enorme Schwäche und Erschöpfung; will trotz Kältegefühl kalte Getränke, verlangt Salziges und saures Obst.



Anhang

Diese Broschüre zeigt Ihnen die Möglichkeit einiger homöopathischer Arzneien für die Anwendung unterwegs und zu Hause. Die Arzneien sind nur in Kürze beschrieben und sind in einer Materia-Medica genauer nach zu lesen.

Diese Anleitung zur homöopathischen Selbsthilfe ersetzt nicht den Heilpraktiker*in oder Arzt/Ärztin, sondern soll helfen die Beschwerden bis zu deren Erreichbarkeit zu lindern.

Zustände, die immer wieder auftreten, erfordern eine konstitutionelle Behandlung durch einen Klassischen Homöopathen.

Bettina Fornoff
Heilpraktikerin | Klassische Homöopathie

Hochwaldstr. 13
61231 Bad Nauheim
Tel.: 06032 / 949 882
Mail: info@naturheilpraxis-fornoff.de

