



Was ist Homöopathie?

Viele, vor allem ältere Menschen, benutzen Homöopathie als Oberbegriff für die gesamten naturheilkundlichen oder alternativen Therapieverfahren und fragen z.B. an, ob „das mit den Nadeln“ auch etwas mit Homöopathie zu tun habe und ob ich das auch anbiete.

Das freut mich einerseits, denn es zeigt, dass Homöopathie bekannt und im Bewusstsein der Menschen verankert ist, andererseits macht es aber auch deutlich, dass es wichtig ist, zu erklären, um was es sich bei Homöopathie wirklich handelt.

Die Homöopathie ist eine Arzneimitteltherapie, die von dem deutschen Arzt **Dr. Samuel Hahnemann** (1755-1843) entwickelt wurde und sich seit mehr als 200 Jahren bewährt hat.

Sie ist ein **eigenständiges Heilverfahren** und nimmt den ganzen Menschen mit seinen körperlichen, geistigen und seelischen Aspekten in den Blick. Dabei ist sie nicht darauf ausgerichtet, einzelne Krankheitssymptome zum Verschwinden zu bringen, sondern das Ziel ist **(Wieder-)Erlangen von Gesundheit und Wohlbefinden** auf allen Ebenen.

Dr. Hahnemann entdeckte seine Methode in einem **Selbstversuch mit Chinarinde**, (die zu seiner Zeit schon als Heilmittel der Malaria bekannt war). Er nahm Chinarindenpulver ein und bekam kurze Zeit später malaria-ähnliche Symptome. Er wiederholte die Einnahme mehrmals und jedes Mal traten anschließend die entsprechenden Krankheitszeichen auf. Daraus schloss er, dass ein Zusammenhang bestehen müsse zwischen der Fähigkeit von Chinarinde, beim Gesunden malariaartige Symptome zu erzeugen und der Fähigkeit, Menschen, die an Malaria erkrankt sind, zu heilen.

In der Folgezeit prüfte er an sich selbst und mit einer Gruppe von Freiwilligen viele Arzneistoffe. Die dabei auftretenden Symptome wurden genau notiert und gaben Aufschluss darüber, welche Wirkungen bestimmte Substanzen auf den Menschen haben.

Diese **Arzneimittelprüfungen an Gesunden** wurden Grundlage für Verordnungen an kranken Menschen. In langjähriger Erfahrung fand er seine Vermutung bestätigt, dass ein Medikament einen Menschen mit Krankheitssymptomen heilen kann, die denjenigen ähnlich sind, die bei der Einnahme der gleichen Substanz durch einen Gesunden auftreten.

Sicher haben Sie auch schon folgendes beobachtet: wenn Sie eine Zwiebel schneiden, fangen Ihre Augen an zu tränen, sie brennen und beißen, Ihre Nase läuft, der Nasenausfluss ist wässrig. Sie haben das Bedürfnis nach frischer Luft und frische Luft bessert Ihre Beschwerden. Wenn nun jemand an einem Schnupfen mit diesen Symptomen leidet, wird ihm Allium cepa, die Küchenzwiebel, als Medikament verabreicht, helfen können.

Das eben Beschriebene stellt ein wichtiges Grundprinzip des Heilens dar:

Das Ähnlichkeitsgesetz: „Similia similibus curentur“ d.h. „Ähnliches möge durch Ähnliches geheilt werden.“



Die Homöopathie beruht auf diesem allgemeingültigen Heilgesetz, und Dr. Hahnemann verbesserte und verfeinerte durch unermüdliches Forschen sein Heilverfahren bis zu seinem Tod.

Er entwickelte auch die **besondere Zubereitungsart der homöopathischen Arzneimittel**, die wir **Potenzieren** nennen. Dabei werden die Medikamente je nach Art der Ausgangssubstanz und der Potenzierungsform zunächst mit Milchzucker verrieben, stufenweise **verdünnt und verschüttelt**. Diese Art der Zubereitung entfaltet und verstärkt die Heilkraft der Arzneien, manche Substanzen, z.B. Kochsalz, werden durch sie erst zu Arzneimitteln und manche Mittel, z.B. Arsen, die in der Ursubstanz hochgiftig wären, werden erst durch Potenzieren am Menschen anwendbar.

Die Mittel werden aus Pflanzen, Mineralien, Tieren, Tierprodukten und Krankheitsprodukten hergestellt.

Auch heute werden ständig neue Mittel geprüft, so dass der Arzneischatz, der ca. 2000 Medikamente umfasst, immer weiter wächst.

Die Homöopathie ist ein sehr **individuelles Verfahren**. Der Patient erhält keine Vielzahl von Mitteln für seine unterschiedlichen Beschwerden, so wie er das von der „normalen“ medizinischen Behandlung gewöhnt ist, sondern er erhält das Mittel, das der **Gesamtheit seiner Symptome** zum jeweiligen Zeitpunkt am besten entspricht, d.h. er **nimmt jeweils nur ein Mittel ein**. Allerdings kann im Laufe der Behandlung, bes. bei chronischen Erkrankungen, eine Abfolge von Mitteln notwendig sein.

Auch die **Potenz und die Dosierung** des jeweils angezeigten Medikamentes wird individuell auf die gesundheitliche Situation des Patienten abgestimmt und richtet sich nach der Empfindlichkeit und den Reaktionen des Patienten.

Auch wenn viele Arzneistoffe, die in der Homöopathie zum Einsatz kommen, aus dem Pflanzenreich stammen, sollte sie nicht mit Pflanzenheilkunde verwechselt werden.

Die Anwendung von Kräutertees und Pflanzenextrakten ist in der Regel nicht homöopathisch (d.h. sie erfolgt nicht nach Symptomenähnlichkeit), sondern orientiert sich wie die konventionelle Medizin an Krankheitsbezeichnungen, z.B. Salbeitee zum Gurgeln bei Halsschmerzen oder Efeuextrakt bei Husten.

Was bedeutet „Klassische Homöopathie“?

Heute gibt es eine **verwirrende Vielzahl von Arten, Homöopathie zu betreiben**. Möglicherweise sind Sie schon mit einer von ihnen, nämlich der **Komplexmittelhomöopathie**, in Kontakt gekommen, wenn Sie beispielsweise ihrem zahnenden Kind Osanit-Kügelchen gegeben oder bei Halsbeschwerden Meditonsin-Tropfen eingenommen haben.

Hier werden mehrere Mittel in einem Medikament gemischt und wie in der normalen Medizin nach einem Krankheits- oder Beschwerdebild verordnet, aber nicht nach der individuellen Ausprägung des jeweiligen Krankseins.



Klassische Homöopathen orientieren sich an der schon beschriebenen Vorgehensweise Dr. Hahnemanns, die in zahlreichen Schriften dokumentiert wurde, allen voran im „**Organon der Heilkunst**“, dem Grundlagenwerk der Homöopathie. Sie stützen sich dabei auf Erkenntnisse, die in über 200 Jahren nichts von ihrer Gültigkeit verloren haben und die von unzähligen Homöopathen auf der ganzen Erde in ihrer täglichen Arbeit immer wieder erfolgreich angewandt und in ihrer Wirksamkeit bestätigt werden.

Die **Vielzahl von Homöopathieratgebern**, die heute auf dem Markt zu finden ist, lässt viele Menschen denken, dass Homöopathie leicht und gefahrlos durch medizinische Laien anzuwenden ist. Das ist nur sehr bedingt richtig und trifft allein auf ungefährliche akute Erkrankungen mit klaren Krankheitszeichen zu. In allen anderen Fällen, vor allem aber bei der Behandlung von chronischen Erkrankungen, sollte man sich an einen gut ausgebildeten Therapeuten wenden, der auch die Grenzen der Homöopathie einschätzen kann. Nicht umsonst lernen angehende Homöopathen mehrere Jahre, bis sie in der Lage sind, diese Therapieform erfolgreich einzusetzen und anschließend ihr ganzes Berufsleben lang, um sich in der Anwendung dieser Heilkunst immer weiter zu vervollkommen.

Die Befragung und Untersuchung des Patienten, die Auswahl der Symptome und die Bestimmung des Arzneimittels folgen anderen Regeln, als wir das aus der konventionellen Medizin kennen. Der Therapeut muss völlig mit diesen Regeln vertraut sein, um wirkungsvoll behandeln zu können. Auch die Beurteilung des Heilungsverlaufs ist nicht immer einfach. Ein „Herumprobieren“ mit mehreren ungeeigneten Mitteln kann einen Krankheitsfall derartig verwirren, dass dann anschließend auch ein erfahrener Homöopath nur noch schwer in der Lage ist, das heilende Mittel zu finden.

Für wen ist Homöopathie hilfreich und geeignet?

Homöopathie ist **bei zahlreichen akuten und chronischen Krankheiten** wirkungsvoll, auch **bei Unfällen und Verletzungen** kann sie je nach Situation als alleinige Therapie oder zur Unterstützung anderer medizinischer Maßnahmen sehr effektiv eingesetzt werden.

Meist kommen Menschen in Behandlung mit Beschwerden, die schon länger bestehen, immer wiederkehren und nicht von selbst oder nach anderweitigen Therapien ausheilen konnten, wobei die Beschwerden körperlicher, geistiger und/oder seelischer Art sein können.

Ziel ist nicht die Beseitigung einzelner Krankheitszeichen, sondern das **(Wieder)-Erlangen und die Stabilisierung der Gesundheit**, aber auch wo das nicht möglich ist, z.B. wegen der irreparablen Schädigung eines Organs, kann oft eine **Verminderung der Beschwerden** und eine **Verbesserung des Allgemeinbefindens** erreicht werden.

Frühzeitiger Einsatz der Homöopathie bei akuten Erkrankungen hat auch zum Ziel, der Entstehung chronischer Leiden vorzubeugen.



Homöopathie ist in jedem Lebensalter anwendbar, auch Schwangere, Säuglinge und ältere Menschen können davon profitieren. Voraussetzung für eine sichere Anwendung ist immer eine sorgfältige Arzneimittelwahl mit angepasster Potenz und Dosierung durch einen gut ausgebildeten Therapeuten.

Homöopathie ist nicht an medizinischen Fachgebieten orientiert. Da ein homöopathisches Mittel für das individuelle Kranksein des jeweiligen Patienten, eben für den ganzen Menschen, ausgesucht wird, ist es zunächst nicht wesentlich, ob seine Hauptbeschwerden der Orthopädie, der Inneren Medizin, der Gynäkologie oder welchem med. Spezialgebiet auch immer zuzuordnen sind.

Bei akuten Erkrankungen wirkt die Homöopathie oft erstaunlich schnell, vorausgesetzt, das passende Mittel wurde in der passenden Potenz und Dosierung verabreicht, was umso leichter fällt, je prägnanter die Symptome des Erkrankten sind.

Die homöopathische Behandlung chronischen Krankseins ist in erfreulich vielen Fällen lohnenswert und Erfolg versprechend, erfordert aber u. U. Geduld und Durchhaltevermögen, vor allem, wenn es sich um seit langem bestehende Beschwerden handelt und die Neigung dazu schon in der Familiengeschichte erkennbar ist.

Ob Ihr Kranksein „ein Fall für die Homöopathie“ ist oder ob Sie bei einem Therapeuten mit einer anderen fachlichen Ausrichtung besser aufgehoben sind, können Sie in einem unverbindlichen Informationsgespräch mit mir klären.

Wie verläuft eine homöopathische Behandlung?

Sie beginnt mit der so genannten **Erstanamnese oder homöopathischen Fallaufnahme**.

Dabei handelt es sich um ein Gespräch zwischen Therapeutin und Patient, das dazu dient, das Gesamtbild der Krankheit mit all seinen Symptomen und Zeichen möglichst genau herauszuarbeiten und aufzuzeichnen.

Bei einer akuten Erkrankung dauert diese Anamnese einschließlich einer körperlichen Untersuchung meist ca. 1/2 - 3/4 Stunde und ich nenne Ihnen Ihr Heilmittel nach einer kurzen Auswertung.

Bei chronischem Kranksein erfordert die Fallaufnahme je nach Umfang der Krankengeschichte 1 bis mehrere Stunden.

Zur Vorbereitung auf dieses Gespräch erhalten Sie von mir einen Fragebogen, der Ihnen hilft, sich an vieles aus Ihrer Krankengeschichte zu erinnern.

In der Anamnese dürfen und sollten Sie über alles sprechen, was Ihnen zu Ihrem Befinden ein- und auffällt, auch frühere Erkrankungen, Operationen, Unfälle und Informationen zur Krankengeschichte Ihrer engeren Familie sind wichtig.

Ebenso sollte ich darüber Bescheid wissen, welche Medikamente Sie einnehmen oder früher eingenommen haben, welche Impfungen Sie erhalten haben, wie Sie sich ernähren und was Sie sonst noch alles für Ihre Gesundheit tun. In der Regel schließt sich eine körperliche Untersuchung an, manchmal ist auch eine zusätzliche ärztliche Diagnostik notwendig oder wir können auf Befunde, die schon vorliegen, zurückgreifen.



Je plastischer das Bild Ihres individuellen Krankseins wird, umso leichter fällt die Wahl des für Sie passenden homöopathischen Heilmittels.

Der Erstanamnese folgt die **Ausarbeitung und Analyse Ihrer Krankengeschichte** nach den Regeln der homöopathischen Heilweise, die je nach Art des Krankseins längere Zeit in Anspruch nehmen kann. Deshalb verordne ich Ihnen Ihr **Arzneimittel** bei einer chronischen Erkrankung oft erst nach einigen Tagen.

Bei der Behandlung chronischer Erkrankungen arbeite ich, wenn ich es für günstig erachte, gerne mit **Arzneimitteln in Q-Potenz**. Diese Art der Arzneizubereitung hat Dr. Hahnemann nach jahrzehntelanger Forschungs- und Behandlungstätigkeit gegen Ende seines Lebens entwickelt und er bezeichnete sie als seine „vollkommensten Dynamisationen“.

In der Tat bieten sie viele Vorteile gegenüber den bekannteren C- oder D-Potenzen:

- regelmäßige Einnahme, dadurch geringere Störanfälligkeit durch negative Einflüsse
- gute Steuerbarkeit der Dosierung, dadurch seltenes Auftreten sogenannter Erstverschlimmerungen oder zu starker Reaktionen
- schnelle Anpassung des Arzneimittels und damit gute Reaktionsmöglichkeit auf akute Zwischenkrankheiten
- Verkürzung der Therapiezeit

In der Folgezeit stehen wir in regelmäßigem telefonischem Kontakt, damit ich Ihre **Reaktionen auf das Arzneimittel** beurteilen und ggf. die Dosierung oder auch das Mittel ändern kann.

Je nach Verlauf sind ca. alle 2-3 Monate Termine in der Praxis notwendig, bei komplizierten Verläufen auch häufiger. Während einer homöopathischen Therapie bin ich Ihre **Ansprechpartnerin in allen Gesundheitsfragen**, auch bei akuten Zwischenkrankungen oder Verletzungen sollten Sie (evtl. zusätzlich zum Besuch beim Arzt) Kontakt mit mir aufnehmen, damit die Behandlung entsprechend angepasst werden kann.

Ich berate Sie über eine Ernährung und Lebensweise, die Ihre Gesundheit unterstützt.

Manchmal ist es nötig, eine Zeitlang gewisse Nahrungsmittel oder Gewohnheiten, die die Wirksamkeit des für Sie ausgewählten Arzneimittels beeinträchtigen könnten, zu meiden.

Insgesamt geht es mir nicht um ein Entweder-Oder von Homöopathie und sogenannter Schulmedizin. Eine ausschließliche homöopathische Behandlung oder die Kombination mit passenden alternativen Heilmethoden ist ein Ideal, das ich als überzeugte Homöopathin anstrebe, aber gerade bei älteren oder chronisch kranken Menschen, die eine Vielzahl konventioneller Medikamente einnehmen, ist das oft nicht möglich. Hier kann Homöopathie das Gesamtbefinden verbessern und helfen, bei gutem Ansprechen auf die Therapie in Absprache mit dem behandelnden Arzt einzelne Medikamente in ihrer Dosierung zu reduzieren oder, wenn möglich, evtl. sogar ganz abzusetzen. Es ist also keineswegs Voraussetzung für das Gelingen einer homöopathischen Therapie, keine konventionellen Arzneimittel einzunehmen, wie das manche Menschen, die mich wegen einer Behandlung anfragen, glauben und befürchten.



Allerdings können durch die Wirkungen einiger Medikamente die Krankheitszeichen des Patienten so sehr verändert sein, dass es nicht leicht ist, ein passendes homöopathisches Mittel zu finden.

Auch während einer homöopathischen Behandlung können Situationen auftreten, in denen der Einsatz einer anderen Behandlungsform oder eines konventionellen Arzneimittels dringend erforderlich wird.

Es ist meine Aufgabe und die Sorgfaltspflicht meinen Patienten gegenüber gebietet es mir, die Grenzen der Homöopathie im jeweiligen Krankheitsfall zu erkennen und zu berücksichtigen.

Die Grenzen des Behandeln mit Homöopathie liegen einerseits in der Natur des Krankseins (z.B. kann die Funktion eines unumkehrbar geschädigten Organs nicht ersetzt werden), in der Reaktionsfähigkeit des Patienten auf die Arznei und natürlich in den Fähigkeiten des jeweiligen Therapeuten (gute Ausbildung, Erfahrung, regelmäßige Weiterbildung).

Ich verstehe mich auch als Beraterin meiner Patienten, die durch qualifizierte Informationen dazu beiträgt, sich im Dschungel der jeweils möglichen, sinnvollen und nötigen Untersuchungs- und Behandlungsformen zurechtzufinden und ihnen hilft, das zu tun, was erforderlich ist und Dinge zu meiden, die ihrer Gesundheit abträglich sein könnten. Durch die ausführliche Anamnese, sorgfältige Untersuchung und intensive Beschäftigung mit der gesamten Krankengeschichte meiner Patienten verfüge ich dazu über eine gute Grundlage.

Mein Anliegen und mein Interesse ist es, mit allen an der Behandlung meiner oft chronisch kranken Patienten beteiligten Menschen gut und zielführend zusammenzuarbeiten.