

KATRIN REICHELT | SVEN SOMMER

DIE MAGISCHE 11 DER HOMÖOPATHIE FÜR KINDER

RATGEBER GESUNDHEIT



THEORIE

Ein Wort zuvor	5
HOMÖOPATHIE: VIEL MEHR ALS EINE HEILMETHODE	7
Investieren Sie in die Zukunft Ihrer Kinder	8
Ein gänzlich anderes Konzept	9
Eltern sind der Kompass	10
Wer ist dieser kleine Mensch?	14
Homöopathie in den Phasen der Kindheit	16
Impfungen – kritisch betrachtet	18
Ökologie beginnt im eigenen Körper	23
Interview mit Dr. med. Thomas Beushausen	27
Homöopathie – eine Erfahrungsmedizin	30
Die Ähnlichkeitsregel	31
Das Wirkprinzip	32
Die magische 11	33

PRAXIS

WICHTIGE MITTEL FÜR 11 SCHWACHSTELLEN	35
Die Anwendung bei Kindern	36
Test für Eltern: Wo liegen die Schwachstellen Ihres Kindes?	36
Das passende Mittel bei Erkrankungen finden	39
Welche Potenz?	40
Wie viel, wie oft, wie lange?	41



Die Grenzen der Selbstbehandlung	42
Oft gefragt	44
Verletzungen	45
Arnica: der Bergdoktor	46
Fieber	52
Aconitum: Erste Hilfe im Kinderzimmer	53
Entzündungen	59
Belladonna: die homöopathische Feuerwehr	60
Die klassischen Kinderkrankheiten	62
Koliken und Blähungen	66
Chamomilla: der Schmerzregler	67
Durchfall und Verstopfung	73
Nux vomica: die homöopathische Kater-Arznei	74
Husten	80
Phosphorus: der Lungenspezialist	81
Hals, Nase, Ohren und Augen	87
Pulsatilla: der sanfte Trostspender	88
Haut	94
Sulfur: der Großreinemacher	95
Zähne und Mundbereich	101
Calcium phosphoricum: der Knochenarchitekt	102



Immunsystem	108
Calcium carbonicum: der Turbo für die Abwehrkräfte	109
Psyche und Schlaf	115
Natrium muriaticum: der Seelendoktor	116

SERVICE

Bücher, die weiterhelfen	122
Adressen, die weiterhelfen	123
Arzneimittelregister	124
Beschwerdenregister	125



HOMÖOPATHIE: VIEL MEHR ALS EINE HEILMETHODE

EINE LIEBEVOLLE UND GEWALTFREIE MEDIZIN IST
FÜR EIN KIND EBENSO WICHTIG WIE EINE LIEBEVOLLE
UND GEWALTFREIE ERZIEHUNG, DAMIT ES SICH
OPTIMAL ENTWICKELN KANN.

Investieren Sie in die Zukunft Ihrer Kinder	8
Homöopathie – eine Erfahrungsmedizin	30

OFT GEFRAGT

Wann soll mein Kind die Globuli nehmen?

Am besten eine halbe Stunde vor oder nach dem Essen.

Was ist, wenn ich die passende Potenz nicht im Haus habe?

Wählen Sie in diesem Fall eine niedrigere Potenz, unter D12 oder C12. Lesen Sie aber immer vor Einnahme die Packungsbeilage.

Kann ich auch mehrere Mittel gleichzeitig geben?

Ja, zwei bis maximal drei Arzneien in niedriger Potenz kann man gleichzeitig einsetzen, wenn die Symptome zu passen scheinen. Allerdings sollte man bei der Gabe je einen Abstand von 15 bis 30 Minuten einhalten.

Können Nebenwirkungen auftreten?

Im Normalfall nicht. Unter Umständen kann es zu einer schnell vorübergehenden Erstreaktion, also einer Verstärkung der bereits vorhandenen Symptome kommen. Homöopathen werten dies als gutes Zeichen, dass das Mittel passt.

Gibt es Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten?

Nein, Homöopathie lässt sich mit allen schulmedizinischen und naturheilkundlichen Verfahren gut kombinieren.

Kann ich Homöopathie unbedenklich während der Schwangerschaft und Stillzeit anwenden?

Grundsätzlich ja, doch fragen Sie Ihre Hebamme oder Ihren Frauenarzt, damit keine Blutungen ausgelöst werden.

Kann ich andere Medikamente weglassen, wenn mein Kind homöopathische bekommt?

Sie sollten das niemals tun, ohne den behandelnden Arzt zu fragen! Oft kann Homöopathie die Behandlung jedoch Stück für Stück ersetzen.

Kann ich Homöopathika überdosieren?

Nicht, wenn Sie sich an den vorgegebenen Empfehlungen in diesem Ratgeber orientieren. Verzichten Sie darauf, Ihrem Kind auf eigene Faust höhere Potenzen über D30 oder C30 zu geben. Sollte es versehentlich passiert sein, fragen Sie umgehend Ihren Therapeuten oder Apotheker. Die Wirkung der Mittel lässt sich »herunterbremsen«.

Wie bewahre ich die Homöopathika auf?

Am besten lagern Sie die Mittel dunkel und kühl in einem Schrank oder Etui. Achtung: Ätherische Öle, Kaffee, Handy- und Röntgenstrahlen können die Wirkung beeinträchtigen!



VERLETZUNGEN

Kinder sollten nicht in Watte gepackt werden. Sie müssen ihre eigenen Erfahrungen machen. Laufen lernen, Sandkastenschlachten, das erste Fahrrad oder Skateboard, Rängeleien im Kindergarten und auf dem Schulhof: Wenn ein Kind die Welt entdeckt, brauchen Eltern allerdings starke Nerven. Ihr bester Freund in dieser Zeit ist Arnica – bei kleinen und größeren Unfällen. Die unangefochtene Nummer 1 der Homöopathie

bewährt sich täglich als Notfallhilfe bei nahezu allen Arten von Verletzungen. An diese Arznei sollten Sie in solchen Fällen immer als Erstes denken.

Die drei Helfermittel von Arnica sind: Ledum, wenn die Verletzungen punktförmig sind – etwa bei Insektenstichen und Bisswunden. Hypericum, wenn die Nerven beruhigt werden müssen, und schließlich Symphytum im Falle von Knochenverletzungen.



HUSTEN

Bei vielen Kindern setzen sich Erkältungen vor allem in Hals, Nase und Ohren fest. Doch bei manchen geht jeder Infekt eine Etage tiefer – auf die Bronchien oder in die Lunge. In der Homöopathie gibt es einige wirksame Arzneien für Husten, je nachdem, wann er auftritt, wie er sich anhört und wie er sich auf das Kind auswirkt. Auch Keuchhusten-Symptome können sanft gelindert werden. Doch was die Anfälligkeit des Lun-

gengewebes angeht, sticht ein Mittel in ganz besonderer Weise hervor: Phosphorus. Zur Seite gesellen sich diesem Lungenspezialisten die drei Helfermittel Drosera bei Keuchhusten, Ipecacuanha, wenn das Kind unter Übelkeit und Erbrechen leidet und wenn ein zunächst trockener Husten später mit schwer löslichem Schleim einhergeht, sowie nicht zuletzt Bryonia bei trockenem Husten.

Phosphorus: der Lungen- spezialist

Der gelbe Phosphor – Phosphorus – ist ein in seiner reinen Form hochgiftiges chemisches Element. Wegen seiner Leuchtkraft wird er auch als »Lichtträger« bezeichnet. Diese Eigenschaft trifft im übertragenen Sinne auch auf das Kind zu, dem das Mittel helfen kann. Das Strahlen und die Leichtigkeit seines Wesens sind unübersehbar.

Zustand und Typ Ihres Kindes

Ihr Kind ist schmal, feingliedrig, mit zarter Haut, eventuell rötlichem Haar und feinen Händen. Es ist außerordentlich warmherzig, freundlich und extrovertiert. Es nimmt alles an, was man ihm sagt, und setzt es bereitwillig um. Sie können in ihm lesen wie in einem offenen Buch. Wird ein Freund krank, so nimmt es diesen Einfluss auf und befürchtet, nun selbst krank zu werden. Seine Schwachstelle ist seine Lunge: das Organ, durch das wir in einem ständigen unmittelbaren Austausch mit der Außenwelt stehen. Jede Erkältung scheint sich dort niederzuschlagen.

Was liegt vor?

Oft beginnen Symptome mit einer intensiven geistigen oder körperlichen Anstrengung. Ihr Kind wirkt sehr furchtsam, hat eine starke Neigung hochzufahren. Auffällig ist seine starke Blutungsneigung wie bei-

INFO

BEEINDRUCKBAR

Deutlich ist beim Phosphorus-Typ seine Schreckhaftigkeit und seine große Angst vor Gewittern. Überhaupt ist das Kind ebenso leicht wie tief zu beeindrucken. Und wo Sie vielleicht gar nichts Auffälliges sehen, ist es geradezu hellsichtig.

spielsweise Nasenbluten, aber auch das Wiederaufbrechen kleiner Wunden, die schon verheilt schienen.

Ein harmloser Schnupfen wandert zunächst in den Kehlkopf, der sehr schmerzt. Die Stimme ist heiser, abends rau. Der harte, trockene, enge und brennende Husten schüttelt das Kind am ganzen Körper. Es fühlt Enge um und ein großes Gewicht auf der Brust. Seine Atmung ist beschleunigt und flach, vielleicht hat es sogar rostfarbenen-blutigen oder eitrigen Auswurf.

Hier hat sich Phosphorus bewährt

Phosphorus hilft bei Erkältung mit sehr schmerzhafter Kehle (Ihr Kind kann deshalb nicht sprechen), bei hartem, trockenem Husten, Lungenentzündung, starker Blutungsneigung, leicht blutendem Zahnfleisch, Nasen- statt Regelblutung, stark blutenden Wunden, Erbrechen nach Operationen.

Typische Auslöser der Beschwerden

Geistige und körperliche Anstrengung, Gewitter, Wetterwechsel

Diese Symptome Ihres Kindes sprechen für Phosphorus

- Ihr Kind bekommt schnell blaue Flecken und blutet leicht.
- Es hat viele Ängste und Vorahnungen.
- Es fürchtet sich vor Gewitter, Ärzten und Krankheiten.
- Es ist schnell erschöpft, aber nach einem kurzen Schläfchen auch schnell wieder fit.
- Nachts hat es Heißhungerattacken auf Eiscreme, Saures, Salziges und Durst auf eiskalte Getränke.
- Wenn sich Nahrung oder Getränke im Magen erwärmen, erbricht das Kind.
- Jede Erkältung geht auf die Bronchien.
- Entzündungen schmerzen und brennen.
- Als Erstes entzündet sich der Kehlkopf, die Stimme wird rau und versagt, Reden schmerzt.
- Ihr Kind leidet unter hartem, trockenem Husten.
- Eventuell kann sich blutig gestreifter Auswurf zeigen.

Modalitäten

Die Beschwerden bessern sich in der Dunkelheit, durch Schlaf, Liegen auf der rechten Seite, kalte Nahrung, Waschen mit kaltem Wasser, im Freien und bei Kälte. Sie ver-

WICHTIG

LUNGENENTZÜNDUNG

Phosphorus ist ein großartiges Mittel bei Lungenentzündung, speziell im unteren rechten Lungenflügel. Doch die Behandlung einer Lungenentzündung sollte nur durch einen (homöopathisch erfahrenen) Arzt erfolgen.

schlechtern sich durch Berührung, Anstrengung, Feuchtwerden bei heißem Wetter, warme Nahrung oder Getränke, abends, bei Wetterwechsel, Gewitter oder Zwielflicht sowie beim Liegen auf der linken oder schmerzhaften Seite.

Wichtige Mittel bei eher trockenem Husten

Aconitum ▶ Seite 53: trockener, akuter, kruppartig klingender Husten, der nachts plötzlich auftritt, im Kehlkopf zu sitzen scheint und zu pfeifender Atemnot führen kann

Belladonna ▶ Seite 60: nächtlicher, kurzer, bellender Kitzelhusten mit Fieber und dampfendem Schweiß

Bryonia ▶ Seite 86: das Hauptmittel für trockenen, harten, schmerzhaft stechenden Husten, der sich allmählich entwickelt; Kind hält sich vor Schmerzen die Brust und hat einen gierigen Durst auf Kaltes

Drosera ▶ Seite 84: bellender, blecherner Husten mit plötzlichen, heftigen Hustenanfällen wie ein Maschinengewehr, die dem Kind regelrecht den Atem rauben; Kind hält sich die Brust beim Husten und muss sich aufsetzen; trockener, unproduktiver Husten, muss husten, bis es würgt oder sich gar erbricht

Phosphorus ▶ Seite 81: Reizhusten mit Heiserkeit bis hin zur Stimmlosigkeit; trockener, harter Husten mit stark brennenden Schmerzen in Hals, Kehlkopf und Brust; Blut im abgehusteten Schleim oder Nasenbluten, leichte Erschöpfung mit großem Durst

Spongia: kruppartiger Husten mit krächzender Heiserkeit, Kind giest wie durch einen Schwamm; Beschwerden treten nachts um 24 Uhr auf und reißen das Kind aus dem Schlaf; es muss sich aufsetzen, wirkt ängstlich und schwach; auch bellender Husten und pfeifende Einatmung; es muss sich ständig räuspern

Wichtige Mittel bei eher feuchtem Husten mit Auswurf

Antimonium tartaricum D12: tiefer, raselnder, erstickender Husten mit reichlich zähem, weißlichem Schleim, der nur mit Mühe und Würgen abgehustet werden kann; Atemnot und Übelkeit, (Klein-)Kind ist schwach, blass mit bläulichen Lippen und großer Benommenheit und Schläfrigkeit; es ist verdrießlich, ängstlich und mag nicht an-

gefasst werden; Aufsetzen und frische Luft bessern

Hepar sulfuris ▶ Seite 64: schmerzhafter, bellender Husten mit zähem, gelb-grünem Auswurf und deutlicher Besserung durch feucht-warme Inhalationen; Kind leidet unter extremer Kälteempfindlichkeit und hat klebrige und säuerlich riechende Schweißse

Ipecacuanha ▶ Seite 85: pfeifender Husten mit Übelkeit und Erbrechen, Schleimrasseln in den Bronchien, Kind kann kaum den zähen Schleim abhusten – und wenn, dann oftmals nur unter heftigem Würgen –, Kurzatmigkeit und Erstickungsgefühl, blasses Gesicht wird beim Anfall erst rot, dann blau, Hustenanfall erschöpft das Kind ganz außerordentlich

Pulsatilla ▶ Seite 88: Husten mit reichlich gelb-grünem Schleim, der sich morgens gut abhusten lässt; während des restlichen Tages eher trockener Husten; Kind ist sehr launisch, anhänglich und nah am Wasser gebaut; typisch ist auch die Durstlosigkeit

WICHTIG

GLEICH ZUM ARZT!

Bei beginnender Lungenentzündung hat das Kind hohes Fieber, Brustschmerzen und eine flache Atmung. In diesem Fall müssen Sie sofort den Arzt rufen!

Drosera: wenn das Kind nur noch keucht

Gegen Keuchhusten gab es beim Erfinder der Homöopathie nur eins: diese kleine, fleischfressende Pflanze namens Sonnentau.

Bewährt bei: akuten Atemwegsinfekten, Husten, Heiserkeit, Kehlkopfentzündung sowie bei Keuchhusten und Pseudokrapp

Die wichtigsten Symptome und Anwendungsgebiete

- Tiefer, bellender, keuchender Husten, Gesicht läuft dunkelrot an

Mit den Tentakeln ihrer Blätter fängt die fleischfressende Pflanze Drosera Insekten ein.



- Kind hustet wie ein Maschinengewehr
- Heisere, tonlose Stimme, das Sprechen schmerzt
- Kitzelreiz in der Luftröhre zwingt das Kind zum Husten
- Auswurf ist gering, zäh, gelb
- Kind würgt und erbricht (auch Ipecacuanha ▶ Seite 85)
- Rachen ist wund und trocken, Kind hält sich die Brust beim Husten (auch Bryonia ▶ Seite 86)
- Husten wird schlimmer nach 24 Uhr, durch Sprechen und Wärme und im Liegen (Kind muss sich aufsetzen)

Wichtige Mittel bei Pseudokrapp

Aconitum ▶ Seite 53: erstes Mittel; um etwa 24 Uhr bei plötzlichem Husten mit Atemnot und pfeifender Einatmung

Drosera: raue, heisere Stimme, salvenartiger Husten, raubt den Atem, das Kind muss sich aufsetzen, würgt und erbricht; nach Mitternacht

Hepar sulfuris ▶ Seite 64: anfangs trockener Husten wird rasselnd mit zähem, gelbem, schwer abzuhustendem Auswurf, der Erstickungsgefühle bereitet, Stimme tonlos bis heiser; gegen Morgen; warmer, feuchter Dampf hilft

Spongia D6: krächzende, heisere Stimme mit ziehender Ausatmung, kruppertiger, bellender Husten, Kind räuspert sich ständig; Atemnot aus dem Schlaf heraus gegen 24 Uhr

Ipecacuanha: wenn das Kind nur noch erbricht

Früher wurde die brasilianische Brechwurzel – Ipecacuanha – als Brechmittel verwendet, daher stammt ihr Name. Als klares Beispiel für das homöopathische Ähnlichkeitsprinzip hemmt sie homöopathisch den Brechreiz, auch beim Husten.

Bewährt bei: Übelkeit, Erbrechen sowie bei Husten

Die wichtigsten Symptome und Anwendungsgebiete

- Anhaltende Übelkeit mit Erbrechen, wobei das Erbrechen nicht erleichtert (anders als bei Nux vomica ▶ Seite 74)
- Anfangs trockener Husten mit Heiserkeit, später Rasseln in den Bronchien mit schwer löslichem Schleim
- Der Schleim lässt sich schwer abhusten, daher würgende Husten- und Erstickungsanfälle mit Erbrechen und Übelkeit, das eher blasse Kind wird beim Anfall rot bis blau

- Der Husten wird mit jedem Atemzug heftiger; Husten mit Atemnot und Engegefühl in der Brust
- Auffallend: Zunge ist nicht belegt, häufig viel Speichelfluss; der Mund ist feucht; bei starker Speichelbildung kommt es zum Sabbern; typisch: dunkle Augenringe
- Nasenbluten durch Husten (auch Drosera ▶ Seite 84 sowie Ferrum phosphoricum ▶ Seite 56)

Wichtige Mittel bei Asthma bronchiale (zum Arzt!)

Aconitum ▶ Seite 53: plötzlicher Anfall; Atemnot und pfeifende Einatmung; große Angst und Unruhe

Antimonium tartaricum D12: feuchtes Asthma mit reichlich zähem Schleim, der nicht hochgehustet werden kann; schwächliches Kind, muss sich aufsetzen

Arsenicum album ▶ Seite 78: trockenes, pfeifendes Asthma; Kind wirkt ängstlich, getrieben, angegriffen und mag es warm

Ipecacuanha: feuchtes Asthma mit würgenden Hustenanfällen und rasselnder, pfeifender Einatmung; zäher Auswurf

Spongia D6: trockenes Asthma, krächzend-heisere Stimme mit ziehender Ausatmung; kruppertiger, bellender Husten; Atemnot aus dem Schlaf heraus gegen 24 Uhr

WICHTIG

BRONCHIOLITIS

Bei Bronchiolitis (zum Arzt!), der häufigsten Virusinfektion der unteren Atemwege im ersten Lebensjahr, die oft einen Krankenhausaufenthalt erfordert, haben sich Ipecacuanha und Antimonium tartaricum D12 bewährt.

HOMÖOPATHIE KINDERLEICHT ANWENDBAR

In der Praxis haben sich 11 homöopathische Topmittel für die Behandlung von Kindern ganz besonders bewährt.

- **Sanft heilen:** Unterstützen Sie mit einer Medizin ganz ohne Nebenwirkungen die Selbstheilungskräfte Ihres Kindes.
- **Einfach gut:** Für 11 häufige Beschwerdebereiche stehen Ihnen je ein Hauptmittel und 3 Helfermittel zur Wahl.
- **Test:** Erfahren Sie, welche Homöopathika Sie für Ihr Kind stets in Ihrer Hausapotheke bereithalten sollten.



WG 466 Alternative Heilverfahren
ISBN 978-3-8338-3417-2



9 783833 183417



PEFC
PEFC/04-32-0928

€12,90 [D]
€13,40 [A]

www.gu.de

G|U