

Praktische Tipps bei einer Erstverschlimmerung:

- * Hautprobleme: Mandel- oder Kokosöl können zur Linderung verwendet werden (bei trockener Haut, vor und nach dem Waschen mit Öl einreiben)
- * Fieber: kühlende Wickel anlegen
- * Blasenentzündung: viel warmes Wasser oder Kräutertee trinken, Nierengegend warm halten
- * Nasen- und Halsprobleme: mit Meersalzwasser gurgeln oder die Nase spülen
- * Allgemeines bei Katarrh (Schnupfen, Angina, Mittelohrentzündung, Erkältung usw.): nur leichte Nahrung zu sich nehmen, keine fetten Speisen. Auf Schokolade, Bananen, Milchprodukte verzichten, da diese Nahrungsmittel die Schleimproduktion im Körper erhöhen.
- * schmerzhafte Stellen: Umschläge machen, kalt oder warm, je nach Wohlbefinden und eigenen Bedürfnissen

Verlauf des Heilungsprozesses in der Homöopathie

Eine Heilung verläuft wie folgt:

- * von innen nach außen, sowie von wichtigen zu weniger wichtigen Organen:
 - zuerst wird sich der Patient psychisch besser fühlen
 - dann werden die lebenswichtigen Organe (Herz, Lunge, Niere usw.) geheilt
 - zuletzt werden die übrigen Körperteile (Gelenke, Haut usw.) geheilt
- * von oben nach unten:
 - z. B. werden bei Schmerzen an mehreren Gelenken zuerst der Nacken und die Schulter besser, dann Hüfte und Knie, zuletzt die Füße
- * in umgekehrter Reihenfolge:
 - d. h. die Symptome, die zuletzt aufgetreten sind, verschwinden als erste

Haben Sie viel Liebe und Geduld mit sich selbst. Wichtig im Heilungsprozess sind Ihre Neugierde, Ihre Offenheit und Ihre Mitarbeit.

Möchten Sie mehr über Homöopathie wissen?

- * kleine Einführungen:
G. Risch: Der Sanfte Weg (eine Information über Homöopathie für jedermann)
- * ausführlichere Bücher:
G. Risch: Homöopathik
M. S. Jus: Die Reise einer Krankheit



Doris Haupt
Heilpraktikerin
Klassische Homöopathie

Innerer Ring 5
96317 Kronach

Fon 09261 – 6 46 66

Fax 09261 – 6 46 67
Mobil 0175 – 1 627 637

doris@p-haupt.de
www.dorishaupt.de

Sprechstunden nach Vereinbarung



Doris Haupt
Klassische Homöopathie

Merkblatt für Patienten

Liebe Patientin, Lieber Patient,

Sie haben sich der klassischen Homöopathie nach Hahnemann zugewandt. Ich möchte Ihnen helfen, brauche jedoch dazu auch ihre Mitarbeit. Die Homöopathie unterscheidet sich in vieler Hinsicht von anderen Therapieformen. Bitte lesen Sie dieses Informationsblatt sorgfältig durch. Zögern Sie nicht, mich zu fragen, wenn nach dem Durchlesen des Merkblattes noch Unklarheiten bestehen.

Was ist Homöopathie?

Dr. Samuel Hahnemann hat vor ca. 200 Jahren diese Therapieform entwickelt. Die Homöopathie ist eine Heilmethode, die den ganzen Menschen berücksichtigt und nicht nur seine kranken Körperteile behandelt. Homöopathische Arzneimittel regen die Lebenskraft an, dadurch heilen Krankheiten wirklich aus.

Dies wird durch den Grundsatz der Homöopathie: „Ähnliches wird mit Ähnlichem geheilt „ erreicht.

Die homöopathischen Medikamente werden aus folgenden Substanzen gewonnen:
Pflanzen ▪ Mineralien ▪ Tieren ▪ Metallen und durch Krankheit produzierte Stoffe.

Ein Mittel hat nur die Kraft, diejenigen Symptome zu heilen, die es während der so genannten Arzneimittelprüfung am gesunden Menschen hervorbringt. Dazu ein Beispiel zur Verdeutlichung: Beim Zwiebeln schneiden, bekommt man einen beißenden Tränenfluß und wäßrigen, milden Ausfluß aus der Nase. Ein Mensch kann solche Symptome bei einer Erkältung entwickeln. In diesem Fall wird dann das homöopathische Mittel Allium cepa (Zwiebel) helfen.

Individuelle Behandlung

In der Homöopathie ist jeder Patient eine individuelle Persönlichkeit. Zwei Patienten, die an ein und derselben Krankheit leiden, können unterschiedliche Mittel erhalten. Für den Homöopathen ist nicht die Diagnose ausschlaggebend bei der Mittelverschreibung, sondern die Art wie der Patient seine Krankheit ausdrückt. Zum Beispiel ist der eine Patient während einer Grippe lieb und mag lieber warme Getränke, während der andere ärgerlich, gereizt ist und kalte Getränke bevorzugt.

Daher ist eine gründliche Fallaufnahme erforderlich, um das richtige Mittel zu finden. Dafür sind folgende Informationen wichtig:

- * gegenwärtige und vergangene Geschichte des Pat. und seiner Familie
- * Charakter und Naturell des Pat. (z. B. eifersüchtig, aufbrausend, mißtrauisch ...)
- * Vorlieben und Abneigungen
- * Umstände unter denen sich die Beschwerden verbessern oder verschlimmern.

Was man bei einer homöopathischen Behandlung auf alle Fälle beachten sollte:

- * Aufbewahrung der Arzneimittel:
 - an geruchsneutralen Orten (nicht in der Nähe von stark riechenden Substanzen wie z. B. Parfum, ätherische Öle)
 - nicht in der Nähe von Stromquellen (z. B. auf dem Fernseher oder Kühlschrank)
- * Einnahme der Arzneimittel:
 - homöopathische Mittel sollten nicht mit den Händen berührt werden
 - vor der Einnahme ist der Mund mit Wasser zu spülen
 - vor und nach der Einnahme des Mittels soll eine halbe Stunde lang nichts gegessen oder getrunken (auch nicht Zähneputzen) werden
- * Verzicht auf Anwendung von bestimmten Substanzen während der Behandlung:
 - Kampfer und kampferhaltige Substanzen heben die Wirkung von fast jedem homöopathischen Mittel auf (z. B. Wick, Tigerbalsam, Pulmoll)

- ätherische Öle können die Wirkung der Mittel schwächen
- Pfefferminze schwächt ebenfalls die Wirkung bestimmter Mittel. Falls ein Verzicht angezeigt ist, werde ich Sie darauf hinweisen.
- regelmäßiger Kaffeeconsum beeinträchtigt die Wirkung der homöopathischen Mittel. Bei gewissen Mitteln hebt bereits 1 Tasse Kaffee die Wirkung auf. Falls nichts anderes verordnet wird, reduzieren Sie ihren Kaffeeconsum auf max. eine Tasse pro Tag. Als Ersatz empfehle ich Ihnen Getreidekaffee (z. B. Caro, Bambu aus dem Reformhaus).

Homöopathische Erstverschlimmerung:

Nach der Einnahme eines homöopathischen Mittels kommt es oft – insbesondere bei der Behandlung von chronischen Leiden – zu einer vorübergehenden Verstärkung der körperlichen Beschwerden oder alte Symptome treten wieder auf. Diese sogenannte Erstverschlimmerung ist positiv zu werten: das Mittel hat die Lebenskraft stimuliert und der Organismus wird zur Selbstheilung angeregt.

Hier einige Beispiele von Symptomen, die bei einer Erstverschlimmerung auftreten können:

- * ärgerlicher oder weinerlicher für einige Zeit
- * Durchfall, Erbrechen, vermehrtes Wasserlassen
- * vermehrtes Schwitzen
- * Kopfschmerzen, Rückenschmerzen
- * Asthma bessert sich, aber ein Hautausschlag erscheint
- * eine Erkältung bricht nochmals aus

Allgemein können Symptome alter Krankheiten, an denen Sie Jahre zuvor gelitten haben, wieder auftreten. Dies wurde früher nur scheinbar geheilt, in Wahrheit aber unterdrückt. Durch das Wiederauftreten nach der Einnahme des homöopathischen Mittels werden sie definitiv geheilt.

Bitte nehmen Sie während der Erstverschlimmerung keine Medikamente, auch keine homöopathischen Mittel, bevor Sie mit mir Rücksprache genommen haben.