

# Kindernotfälle homöopathisch und mit Jin Shin Jyutsu meistern

**Dr. med. Wiebke Lohmann & Gudrun Summers, Ärztinnen**  
**Zentrum für Komplementärmedizin, Kaiserstraße 57, 80801 München**

---

## **Wichtige Telefonnummern auf einen Blick:**

Rettungsdienst/Notarzt: 112 oder 19222

Feuerwehr: 112

Polizei: 110

Vergiftungszentrale München: 089 19240

Homöopathie Dr. med. W. Lohmann: 089 787978607

Jin Shin Jyutsu Fr. G. Summers: 089 787978627

## **Allgemeines**

### **Zum Notruf/Krankenhaus:**

Bei jedem Unfall/Sturz erstmal selbst tief durchatmen, ggf. das Kind dazu ermutigen.

Bei schweren Notfällen, Unsicherheiten und Ängsten bzw. wenn Ihre Maßnahmen nicht helfen, sollten Sie im Notfall nie zögern und sofort Ihre Ärztin oder auch gleich den Rettungsdienst rufen. Bei schweren Unfällen und Verletzungen sollte Ihr Kind 12-24 Stunden unter Beobachtung sein. Ob dies einen Krankenhausaufenthalt bedeutet, klären Sie am besten im individuellen Fall mit ihrer Ärztin ab.

### **Zur Homöopathie:**

Grundgedanke der Homöopathie: Ähnliches mit Ähnlichem behandeln (Beispiel: Ein Koch, der seine verbrühte Hand für einen kurzen Moment über die heiße Herdplatte hält).

Wenn nicht anders angegeben, wird eine Gabe (2-3 Globuli) in der C200 oder einer anderen verfügbaren Potenz verabreicht. Bei Besserung wird immer gewartet. Bei ausbleibender Besserung wird das Mittel wiederholt oder das Mittel gewechselt. Im Notfall nicht zu lange warten! Die Empfehlungen der homöopathischen Mittel beziehen sich auf eine Auswahl von bewährten Indikationen der wichtigsten Mittel. Sie sollen Ihnen die Möglichkeit geben, im Akutfall zu handeln. Wenn sie nicht helfen wechseln Sie bitte das Arzneimittel und melden sich bei Ihrer Homöopathin. Es ist jedoch immer wichtig, das Gesamtbefinden des Kranken und das gesamte Arzneimittelbild zu beachten.

### **Zu Jin Shin Jyutsu (Japanisches Heilströmen):**

Lösen von energetischen Blockaden entlang der Meridiane mit den Händen. Energetische Blockaden sind Ursache für körperliche Beschwerden. Allgemein gilt: 1. Alle Beschwerden oberhalb der Taille werden gelindert durch Halten der Knieinnenseiten bzw. der Großzehen. Alle Beschwerden unterhalb der Taille durch Halten beider Hinterhauptshöcker. 2. Aus der rechten Hand fließt die Energie heraus, in die linke Hand hinein. Somit legt man z.B. bei einer Beule zuerst rechte Hand darauf, darüber die linke, bei einem Insektenstich

umgekehrt. 3. Halten heißt halten, nicht drücken oder pressen. 4. Dauer je nach Beschwerden, ca. 20 Min, ggf. auch kürzer oder länger.

## Notfälle der Atmung

### Steckenbleiben eines Fremdkörpers in der Luftröhre:

Vorbeugen: Besser z.B. Äpfel abnagen lassen statt vorschneiden.

Merkmale:

- Atemnot, Husten, Blauanlaufen, Angst.

Maßnahmen:

- Rückenklöpfmethode:  
Bei nach unten geneigtem Oberkörper (Kind über Unterarm oder Knie legen) oder an den Füßen hochheben. Mit der flachen Hand mehrmals zwischen den Schulterblättern auf den Rücken klopfen.
- Heimlich-Handgriff:  
Beim Säugling: Der Säugling liegt auf dem Rücken. Mit 2 Fingern werden Druckstöße auf die Mitte des Brustbeines ausgeführt.  
Beim Klein- und Schulkind: Das Kind wird von hinten umfaßt. Die Hände des Helfers liegen übereinander auf der Magengrube. Es werden mehrere kurze Druckstöße gegen den Körper des Kindes ausgeführt.
- **JSJ**: Halten beider Knieinnenseiten überkreuz.

### Pseudokrupp:

Merkmale:

- Anfall nachts, meistens in der kalten Jahreszeit, meistens Kinder bis 5 Jahre.
- Erwachen mit bellendem, trockenem Husten, Atembeschwerden (Einatmung ist erschwert)

Maßnahmen:

- Beruhigung und bewusstes Atmen mit den Kindern, ggf. Ablenkung.
- Kalte-Luft-Methode: Mit eingepacktem Kind ans geöffnete Fenster, ins Freie oder vor den geöffneten Kühlschrank.
- Nebel-Methode: Mit dem Kind ins Bad und die Dusche heiß aufdrehen.
- **Hom.:**
  - **Spongia**: Husten trocken, heiser, bellend oder locker schleimig, kann kaum sprechen. **Verschlimmerung**: beim Einatmen, **vor Mitternacht**, kalte Luft, warmes Zimmer, feuchtwarmes Wetter. **Besserung**: nach Trinken von warmen Getränken, Kopfhochlage, muss sich vornüberbeugen
  - **Aconitum**: Plötzlich. Auslöser Luftzug, Wind, Ärger, Schock. Hält sich den Hals beim Husten. Will alleine sein. Lautes mühsames Atmen, kurzatmig. Husten trocken, kurz, hackend. **Verschlimmerung**: geringste Bewegung, **um Mitternacht**. **Besserung**: Liegen
  - **Hepar sulphuris**: Weint jedes Mal nach dem Husten. Ängstliches asthmatisches Atmen. Niesen nach dem Husten. Will nicht allein sein. trockener heiserer Husten. **Verschlimmerung**: **nach Mitternacht** bis morgens, trockene/feuchte kalte Luft. **Besserung**: feuchte Luft, heiße

Anwendungen, muss sich aufsetzen, aufstehen und den Kopf nach hinten beugen

- **JSJ:** Halten beider Knieinnenseiten überkreuz oder beider Großzehen.
- Als Reserve wenn nichts hilft: Cortison-Zäpfchen (z.B. Rectodelt 100)

## Notfälle der Haut

### Sonnenbrand

Maßnahmen:

- Salben: Combudoron (Brennnessellessenz z.B. als Gel von der Firma Weleda), Aloe vera Gel
- **Hom:**
  - Apis: Schwellung und Rötung, mag keine Berührung, Wärme verschlimmert, großer Durst
- **JSJ:** Beide Hände (evtl. schwebend bei Blasen) über der Rötung sowie Waden halten.

### Verbrennungen und Verbrühungen

Einteilung in Graden:

Grad I:

- Kennzeichen: Rötung, Schwellung, Schmerzen
- Ursache: Sonnenbrand, kurz einwirkende Hitze

Grad II:

- Kennzeichen: Rötung, Blasenbildung, Schmerzen
- Ursache: Verbrennungen und Verbrühungen mit heißem Wasser

Grad III:

- Kennzeichen: Zerstörung des Gewebes, **keine** Schmerzen
- Ursache: Verbrennungen durch Feuer oder lang einwirkende Hitze

Maßnahmen:

- Entgegen der Lehrmeinung empfiehlt die Homöopathie warmes Wasser: 2 Globuli Cantharis darin auflösen und die verbrannte Stelle hinein tauchen.
- Entfernen nicht verklebter Kleidung und Abnehmen von Ringen und Armreifen.
- Steriles Abdecken offener Verbrennungen mit sog. Verbandtüchern (z.B. aus dem Kfz-Verbandkasten), weitere Versorgung beim Hausarzt
- Bei Verbrennungen Grad I und II siehe Abschnitt „Sonnenbrand“.
- Bei Verbrennungen Grad III und großflächigen Verbrennungen Krankenhausbehandlung. Ab 5 bis 10% verbrannter Körperoberfläche Grad II besteht bei Kleinkindern Schockgefahr (Faustregel: Handfläche entspricht 1% Körperoberfläche) Deshalb Kind noch einige Zeit beobachten.
- **Hom:**
  - **Cantharis:** Erstes Mittel bei Verbrennungen
  - **Causticum:** Bei grossen Verbrennungen ohne Blasenbildung
- **JSJ:** Beide Hände (evtl. schwebend) über der Rötung oder Waden halten.

### Stiche und Bisse

Merkmale:

- Bienenstich: mit Stachel und Giftblase (diese nicht mit den Fingern ausdrücken)
- Wespenstich: kein Stachel

- Zeckenbiß: V.a. Kniekehlen, Leisten, unter den Armen und Haaransatz inspizieren.

#### Maßnahmen:

- Bei Bienen-,Wespenstich: Evtl. Ausaugen der Stichwunde mit dem Mund oder einer Vakuumpumpe. Kühlen und ggf. auflegen einer halbierten Zwiebel. Bei Stich im Mund Eiswürfel lutschen und kühlen von aussen.
- Bei Zeckenbiss: Baldmöglichst entfernen (mit Zeckenkarte, Zeckenzange ziehen). Verbleibende Teile des Beißapparates oder der Kopf sind nicht gefährlich. Die Stelle 2-3 Wochen beobachten, ob sich ein roter wachsender Hof bildet. Wenn ja, Ärztin konsultieren!
- **Hom:**
  - **Apis (Biene):** Nach Stichen. Schwellung und Rötung, mag keine Berührung, Wärme verschlimmert, großer Durst
  - **Vespa (Hornisse):** V.a. nach heftiger Reaktion auf Stich von größerem Insekt. Starkes Jucken und brennen. Erleichtert durch Baden in Essig.
  - **Ledum:** Nach Zeckenbiß. Verletzte Teile sind kalt, Kälte bessert, Wärme verschlimmert
- **JSJ:** Direkt auf den Stich die linke Hand, darüber die rechte.
- **Notruf:** Bei allergischen Reaktionen und bei Stich in den Mund/Rachenraum.

## Unfälle

### Stürze

Nach einem schweren und/oder unbeobachteten Sturz mit unklaren Verletzungen Untersuchung des Kindes. Bei Gefahr von Verletzungen der Wirbelsäule Kind zunächst am Unfallort liegen lassen.

### Untersuchung:

- Ist das Kind bei Bewußtsein? Atmung? Kreislauf?
- Dann orientierende Untersuchung von oben nach unten nach Schwellung, Wunden, Schmerzen durch Abtasten
- des Kopfes: Beule, Wunde, Schwellungen?
- der Schultern durch Zusammendrücken der Schultern gleichzeitig von links und rechts: Schultergürtel stabil?
- der Schlüsselbeine durch Druck von oben auf beide Schlüsselbeine: stabil?
- der Arme, besonders Hand- und Ellenbogengelenk: beide Arme seitengleich? Bewegung möglich? Wunden? Schwellung? Sensibilität?
- des Brustkorbes durch beidseitiges gleichzeitiges Zusammendrücken der Rippen: stabil? Schmerzen?
- der Beine, besonders Knie- und Sprunggelenke: beide Beine seitengleich oder eins kürzer? Bewegung möglich? Wunden? Schwellung? Sensibilität?

### Blutstillung

#### Maßnahmen:

- Blutstillung ohne Verbandmittel: Drücken einer Kompresse oder eines sauberen Taschentuches direkt auf die Wunde. Kind auf den Boden legen und blutendes Körperteil hochlagern.

- **Hom:**
  - **Hamamelis:** Venöses Blut (dunkler, passiv). offene schmerzhafte Wunden mit Schwäche infolge von Blutverlust.
  - **Millefolium** (=Scharfgarbe): Hellrotes Blut.
- **JSJ:** Rechte Hand auf die Wunde (über dem Verband) und linke Hand darüber.

## Nasenbluten

Maßnahmen:

- Kopf nach vorne beugen.
- Einen oder beide Nasenflügel zusammen- bzw. andrücken.
- Nacken kühlen mit kalten Waschlappen, Schlüsselbund oder Kühllakku. Papiertaschentuch unter die Zunge legen.
- **JSJ:** Halten beider Hinterhauptshöcker.

**Wundversorgung:** So viel Wundreinigung wie nötig, so wenig wie möglich, z.B. durch

- Spülen mit Wasser,
- Ringelblumentinktur verdünnt 1:10 mit sauberem Wasser,
- Entfernen von Schmutz und kleineren Fremdkörpern mit der Splitterpinzette,
- Große Fremdkörper (z.B. Messer) bis zur Ankunft in der Klinik in der Wunde belassen, da Blutungsgefahr.
- Tierbisse: Spülen mit Seifenlösung (Kernseife)
- Wunde wenn möglich, z.B. über Nacht, offen lassen.
- **Homöopathische Mittel nach Wundarten:**
- **Arnica:** Verletzungen, Zerreißen, Verstauchungen, Quetschungen, Bluterguß
- **Bellis perennis:** nach Bauchtraumata, z.B. Fahrradlenker im Bauch
- **Calendula:** Schürfwunden, Muskelriss
- **Hypericum:** Verletzungen, bei denen Nerven beschädigt worden sind, Ausstrahlung in das betroffene Versorgungsgebiet, Schlag auf den Finger, Sturz aufs Steißbein
- **Ruta:** nach Knochenhautverletzung
- **Staphisagria:** glatte Schnitte, z.B. Glasscherben, Operationen, Zahnextraktion
- **Symphytum:** bei Augenverletzungen
- **Natrium sulphuricum:** Nach Kopfverletzung, oft mit psychischer Veränderung
- **Rhus toxicodendron:** Zerrungen, Überanstrengung, Verheben, Schmerzen in Ruhe schlimmer, Beginn der Bewegung schmerzt noch, fortgesetzte Bewegung bessert, besser durch Wärme.

## Ärztliche Versorgung (am besten im Krankenhaus) bei:

- Großen und tiefen Wunden
- Platzwunden am Kopf
- Wunden im Gesichtsbereich (Ästhetik)
- Großen Fremdkörpern in der Wunde
- Tierbissen

**Bei schweren Kopfverletzungen oder unbeobachtetem Unfallhergang lieber einen Arzt hinzuziehen.**

**In die Klinik fahren bzw. Rettungswagen rufen bei:**

- Bewusstlosigkeit, Bewusstseinsstörungen
- starke zunehmende Kopfschmerzen
- schwallartiges Erbrechen
- kissenartige Schwellung
- Blutung aus dem Ohr

## **Hohes Fieber:**

Fieber ist eine gesunde Reaktion des Körpers und nötig zur Bekämpfung von Bakterien und Viren während eines Infektes. Für das Immunsystem ist das Fiebertoptimum bei 39°C bis 40°C! Deshalb nur zurückhaltend mit fiebersenkenden Maßnahmen umgehen (gilt auch z.B. für Wadenwickel, Abwaschung).

Merkmale:

Steigendes Fieber: Kühle Füße und Unterschenkel, evtl. mit Schüttelfrost.

Plateau und sinkendes Fieber: Warme Füße und Unterschenkel.

Maßnahmen:

- Bettruhe und Zuwendung
- Trinken
- Wadenwickel (handwarme, feuchte Tücher werden um beide Unterschenkel gewickelt, darüber jeweils ein trockenes Tuch) **nur bei warmen Füßen und Unterschenkeln.**
- Abwaschung mit handwarmem, feuchtem Waschlappen von den Händen zu den Schultern und von den Füßen zu den Leisten, zum Schluß am Rumpf. Anschließend unabgetrocknet in den Schlafanzug und gut zugedeckt ins Bett.
- **Hom: Es sind viele Mittel möglich. Die Mittel des plötzlich hohen Fiebers:**
  - **Belladonna (das akute Calcium):** Gesicht rot, schweißig, glänzend. Weite Pupillen. Füße, Beine oder Arme kalt. Starker Durst. Delirium. Kein Durst.
  - **Aconitum:** Gesicht heiß, rot, trocken, beim Aufsitzen blaß. Angst. Folge von kaltem Wind, Schreck, Ärger. Unruhe, Todesangst.
  - **Apis (das akute Natrium muriaticum):** Schmerzen stechend oder brennend, schlechter durch Wärme, Berührung. Wenig Durst.
  - **Arsenicum album:** Nach schlechtem Essen. Große Schwäche und Angst. Unruhe. Will auf keinen Fall alleine sein. Schlimmer nachts. Körper eiskalt, kalter Schweiß. Brennende Schmerzen. Starker Durst, trinkt in kleinen Schlucken. Oft Durchfall, Bauchschmerzen dabei.
  - **Eupatorium perfoliatum:** Fieber kann langsam oder schnell kommen. Häufig das richtige Mittel bei heftigen Gliederschmerzen. Influenza.
- **JSJ:** Obere Innenkante Schulterblatt und gleichseitig nacheinander Zeige-, Mittel-, Ring- und kleinen Finger halten.

## **Fieberkrampf**

Merkmale:

Kind ist bewußtlos. Verkrampfungen und Zuckungen am ganzen Körper. Augen möglicherweise verdreht.

Ursache:

Schneller Temperaturan- oder -abstieg. Anfall wird nicht durch die Höhe der Temperatur ausgelöst.

Maßnahmen:

- Schutz vor Verletzungen durch Wegräumen von Gegenständen mit scharfen Kanten.
- Kind nicht festhalten (kann zu Verletzungen führen).
- Kind nicht alleine lassen. Kontrolle der Atmung und Atemwege freihalten.
- **Hom: Es sind viele Mittel möglich. Wichtig ist die begleitende Konstitutionstherapie. Eine Auswahl der häufigsten Mittel:**
  - **Belladonna:** Augen halb offen im Schlaf. Heftiger Krampf mit roter heißer Haut. Starrende weite Augen. Delirium, Unruhe. Halluzinationen, sieht Monster und Gesichter, beißt, kratzt, wütend. Mag nicht sprechen. Überempfindlichkeit der Sinen. Trockenheit von Mund und Hals, möchte aber nichts trinken. Übelkeit und Erbrechen nach Fieberkrampf. Füße eiskalt. Schreit im Schlaf.
  - **Nux vomica:** Nervös, Reizbar. Boßhaft. Kann Geräusche, Gerüche und Licht nicht ertragen. Will nicht berührt werden. Verschlimmerung morgens. Muß bei Fieber immer zugedeckt sein, Frösteln beim Abdecken. Trockene Hitze des Körpers.
  - **Stramonium:** Delir. Redet unaufhörlich, lachend, singend, fluchend, betend, reimend. Sieht Gespenster, hört Stimmen. Rascher Wechsel von Weinerlichkeit und Fröhlichkeit. Hält sich für groß oder doppelt, glaubt ein Teil fehlt. Muß Licht und Gesellschaft haben. Anblick von Wasser oder glitzernden Dingen führt zu Krämpfen. Augen starrend, weit offen. Heftiges Fieber, Reichlicher Schweiß. Besser durch Wärme.
  - **Opium:** Völlige Benommenheit. Schwerer stupider Schlaf, Kind wacht kaum auf. Unempfindlichkeit für alles Schweißige Haut. Augen geöffnet im Schlaf, Pupillen unempfindlich. Spricht im Delir. Sieht Phantasiegebilde. Gliederzucken, intensiver Durst. Schlimmer durch Hitze, besser durch Kälte, Bewegung.
- **JSJ:** Halten der beiden Großzehen überkreuz.
- Der Anfall endet in der Regel von alleine.
- Notruf: Wenn Anfall zum ersten Mal auftritt oder der Anfall mehrere Min. dauert oder Sie sich fürchten.

## **Pavor nocturnus (Nachtschreck)**

Merkmale:

- Kind schreckt schreiend aus dem Schlaf auf, erkennt niemanden, weint oder schlägt um sich. erinnert sich am nächsten Morgen nicht daran.
- Lässt sich nicht beruhigen, kann 2-30 Min. dauern.
- Meist in der ersten Nachthälfte.
- Ab 9 Monaten, häufig zwischen 4-6 Jahren.

Maßnahmen:

- Weckversuch, wenn ohne Erfolg:
- Gute Begrenzung geben, d.h. Grenze spüren lassen und Freiraum geben.
- **Hom:** Wichtig ist die begleitende Konstitutionstherapie.
  - **Cina:** Nachtschreck beim Aufwachen vor Mitternacht.
  - **Kalium bromatum:** Pavor nocturnus mit Schreien, gefolgt von Schielen der Augen. Nachtschreck beim Zahnen.

# Schmerzen: Kurze Zusammenfassung

## Bauchschmerzen

- **Hom: Es gibt viele mögliche Mittel, hier eine Auswahl an Akut-Mitteln:**
  - **Nux vomica:** V.a. Magen-Darm-Infekt.
  - **Colocynthis:** Besser durch vorwärts beugen, Druck, Wärme.
  - **Arsenicum album:** Viel Durst, trinkt schluckweise. Stinkender Durchfall, Erbrechen. Starke Schwäche.
  - **Carbo vegetabilis:** Große Schwäche, möchte zufriedelt bekommen, Durchfall.
  - **Chamomilla:** Das Kind schreit vor Schmerzen, Dinge, die es gerade noch wollte möchte es doch nicht.
  - **Bellis perennis:** Nach Verletzung des Bauchraumes.
- **JSJ:** Unterhalb des Rippenbogens mit Knieinnenseite überkreuz.

## Blasenentzündung:

- **Hom: Es gibt viele mögliche Mittel, hier eine Auswahl an Akut-Mitteln:**
  - **Cantharis:** Erstes Mittel bei Blasenentzündung Schmerzen am Ende des Wasserlassens.
  - **Staphisagria:** Blasenentzündung nach Kränkungen.
  - **Dulcamara:** Blasenentzündung nach Aufenthalt im Wasser, z.B. Schwimmen.
- **JSJ:** Beide kleinen Zehen halten.

## Ohrenschmerzen:

- **Zwiebelsäckchen aufs Ohr oder ins Zimmer hängen**
- **Hom: Es gibt viele mögliche Mittel, hier eine Auswahl an Akut-Mitteln:**
  - **Pulsatilla:** Linkes Ohr, sehr weinerlich und leidend.
  - **Hepar sulphuris:** Heftigste Ohrenschmerzen, besser durch Wärme.
  - **Dulcamara:** Ohrenschmerzen nach Aufenthalt im Wasser, z.B. nach Tauchen

## Zahnschmerzen:

- **Hom: Es gibt viele mögliche Mittel, hier eine Auswahl an Akut-Mitteln:**
  - **Chamomilla:** heftige Zahnschmerzen
  - **Staphisagria:** Zahnschmerzen nach Kränkungen
- **JSJ:** Zeigefinger halten

## Kopfschmerzen:

- **Hom: Es gibt viele mögliche Mittel, hier eine Auswahl an Akut-Mitteln:**
  - **Apis:** Nach Sonne. Sonnenstich. Kein Durst. Schlechter durch Berührung.
  - **Belladonna:** Nach Sonne. Sonnenstich. Gesicht heiß, schweißig, klopfender Kopfschmerz
  - **Glonoinum:** Heftigste pulsierende Kopfschmerzen. Nach Sonne. Kann keine Hitze am Kopf vertragen. Vergrößerungsgefühl des Kopfes, als ob der Schädel zu klein für das Gehirn wäre.
- **JSJ:** Beide Großzehen halten

## Hausapotheke:



**Hilfsmittel:**

- Einmalhandschuhe
- Zeckenkarte, -zange
- Splitterpinzette
- Kühlakku
- Fieberthermometer

**Verbandsmittel (oder ein Kfz-Verbandkasten):**

- Pflaster, Mullbinde, Kompresse

**Medikamente, Salben und Tinkturen:**

- Homöopathische Hausapotheke (siehe Anhang)
- Kernseife (Wundreinigung)
- Ringelblumentinktur (Wundreinigung)
- Octenisept (Wunddesinfektion)
- Combudoron (Verbrennungen, Sonnenbrand, Mückenstiche)
- Rescue-Tropfen (auch für die Handtasche)
- Hametumsalbe

**Literatur:**

J. von Ribbeck: Schnelle Hilfe für Kinder, Köselverlag

M. Mateu i Ratera: Erste Hilfe durch Homöopathie: Ein homöopathischer Ratgeber für Praxis, Freizeit und Reise, Verlag Hahnemann-Institut

W. Köster: Kranke Kinder homöopathisch heilen, Verlag rororo

G. Vithoulkas: Medizin der Zukunft, Wenderoth-Verlag

W. Riegger-Krause: Jin Shin Jyutsu, Südwest-Verlag

Dieses Skript ersetzt keine ärztliche Beratung und legt keinen Wert auf Vollständigkeit!