

# Reiseapotheke

## Sommergrippe, Erkältung

### ▽ kommt schnell

- *Aconitum*: Ängstliche Unruhe, Gesicht heiß, rot, trocken. Durst auf Kaltes. Verschlimmerung nachts. Folge von Kälte, Schock
- *Belladonna*: Starke Gemütssymptome, Wut, Überempfindlichkeit. Gesicht heiß, rot, schweißig, Extremitäten kalt. Glänzende weite Pupillen. Schlimmer durch Berührung, Licht, Geräusche, Bewegung, Erschütterung

### ▽ kommt langsam

- *Bryonia*: Reizbar, will alleine sein. Trockenheit der Schleimhäute mit grossem Durst auf kaltes Wasser. Hält Brust, Kopf mit beiden Händen beim Husten. Schlimmer durch Bewegung, besser durch Druck, Ruhe, Kälte
- *Nux vomica*: Reizbar, zornig, ungeduldig, überempfindlich. Reizhusten. Schlimmer morgens, Kälte. Folge von stressigem Lebensstil
- *Eupatorium perfoliatum*: Ruhelosigkeit, will sich bewegen, Gliederschmerzen. Viel Durst. Husten schmerzhaft. Hält sich die Brust.

## Mittelohrentzündung

- *Hepar sulphuris*: Heftigste Ohrenschmerzen, besser durch Wärme. Reizbarkeit
- *Pulsatilla*: Ohrenschmerzen links, Kälte und frische Luft bessern. Durstlos trotz trockenem Mund. Weinerlich
- *Dulcamara*: nach Schwimmen und Tauchen im Wasser
- *Chamomilla*: Wenn Schmerzen unerträglich sind, man kann nichts recht machen. Möchte umhergetragen werden. Folge von Zahnungsbeschwerden.

## Mandelentzündung

- *Aconitum*: Gesicht heiß, rot, trocken, beim Aufsitzen blaß, Angst, Folge von kaltem Wind, Schreck, Ärger; Unruhe, Todesangst
- *Belladonna*: Haut rot, heiß, schweißig, Empfindung von Trockenheit im Mund, rote Zunge, roter Kopf, Verlangen Kaltes, obwohl es verschlechtert, Schlimmer durch Schlucken, Sprechen, nachts, Kälte; will zugedeckt bleiben trotz Fieberhitze
- *Lachesis*: linksseitige Beschwerden. Berührungsempfindlich am Hals. Bläuliche Verfärbung. Sehr redselig. Besser durch kalte Getränke. Schlimmer durch Hitze.
- *Apis*: Ödem des Zäpfchens, Schmerz stechend, brennend, Durstlosigkeit trotz trockenem Mund. Schlechter durch Wärme, Beengendes, Halsberührung. Besser durch Kälte.
- *Hepar sulfuris*: stechende Schmerzen, Gefahr der Abszessbildung, frostig, starke Schweiß, besser durch Wärme, Schmerzen erstrecken sich zum Ohr

## Magen-Darm-Erkrankungen

### ▽ zu reichliche, zu fette Nahrung

- *Nux vomica*: reizbar, überempfindlich, mag nichts Enges um den Leib, Magenschmerzen etwa 1 Stunde nach dem Essen, frostig, σκλημμερ morgens; auch Katermittel, nach verdorbener Nahrung, allg. Magen-Darm-Infekt, Mittel am besten abends einnehmen!
- *Pulsatilla*: nach Durcheinanderessen mit Unverträglichkeit von Fett, nach Eis; trockener Mund, wenig Durst, erbricht warmes; sanft, nachgiebig, wechselhaft, βεσσειν frischer Luft

### ▽ Lebensmittelvergiftung

- *Arsenicum album*: erste Wahl bei akuter Gastroenteritis, elend, erschöpft, große Angst, Unruhe, Angst vor dem Alleinsein, v.a. nachts, Körper eiskalt, kalter Schweiß, Magen und Abdomen brennender Schmerz, schlimmer nachts; starker Durst, trinkt in kleinen Schlucken, Durchfall übelriechend, dunkel, brennen am After, wundmachend
- *Carbo vegetabilis*: Atembeklemmung, Atemnot, geblähtes Epigastrium
- *Ipecacuanha*: Übelkeit, Brechreiz, Erbrechen, starke Schwäche, Durchfälle grünlich; durch Fett, Kuchen,....
- *Veratrum album*: Körper eiskalt, kalter Sirnschweiß, Kältegefühl in Magen und Bauch, starke Erschöpfung, trockener Mund mit gierigen Durst auf eiskaltes Wasser, das schnell erbrochen wird, krampfartige Leibscherzen mit Erbrechen und Übelkeit; Kollapsneigung, Stuhl wäbrig

### ▽ Auf Asien-Reisen:

- *Okoubaka*: auch Prophylaxe bei Tropenreisen, bei Magengrummeln 2 Glob. C30 wirkt Wunder
- *Chininum arsenicosum*: Heftiger Durchfall und Erbrechen, kann kaum mehr aufstehen

### ▽ Folge von Ärger und Zorn

- *Chamomilla*: oft bei Kindern, ungezügelter Reizbarkeit, eine Wange rot, die andere blaß, Leibscherzen besser durch Zusammenkrümmen, warme Leibwickel; stinkende Winde ohne Erleichterung, stinkender Druchfall
- *Colocynthis*: ärgerlicher, gereizter, ungeduldiger Mensch, zeigt seine Empörung, spastische Schmerzen, Durchfall, βεσσεινδουρχη Wärme, Vornüberbeugen, Zusammenkrümmen, festen Gegendruck, Abgang von Blähungen

### Blasenentzündung

- *Cantharis*: unerträgliches Brennen mit dauerndem Harndrang, Harn geht nur tropfenweise ab
- *Dulcamara*: Urin trüb, Folge von Nässe und Kälte, Schwimmen und Tauchen.

### Zahnschmerzen

- *Chamomilla*: Zahnschmerzen

### Reiseübelkeit:

- *Cocculus*: Durchfall, Übelkeit. Starker Schwindel beim Betrachten sich bewegender Gegenstände. Besser durch ruhiges Liegen
- *Tabacum*: Übelkeit, Blässe, Erbrechen. Eisige Kälte, Schweiß. Gesicht blau, eingesunken. Migräne. Trübsehen wie durch Schleier.

### Sonnenschäden:

- *Apis*: Heftige Kopfschmerzen, Gefühl als ob Kopf platzt. Juckende Sonnenallergie, Kühlen bessert, will keine Berührung. Heftiger Sonnenbrand.
- *Belladonna*: Folge von Sonne, Rotes schwitziges Gesicht, Kopfschmerzen
- *Glonoinum*: Kopfschmerzen
- *Natrium muriaticum*: Hautausschläge durch Sonne

### Verbrennungen

- *Cantharis*
- *Causticum*: wenn stärkere Verbrennung

### Stiche, Bisse:

- *Ledum*: z.B. Zeckenbiß. Verletzte Teile sind kalt. Kälte bessert, Wärme verschlimmert.
- *Apis*: Stelle ist heiß, rot, geschwollen, Kälte bessert
- *Vespa*: Heftigere Schwellung auf Stich von größerem Insekt. Starkes Jucken, Brennen. Erleichtert durch Baden in Essig.

### Trauma/ Verletzungen

- *Arnica*: Verletzungen, Zerreißungen, Verstauchungen, Quetschungen, Bluterguß, Herzschmerzen nach Überlastung
- *Bellis perennis*: nach Bauchtraumata, z.B. Fahrradlenker im Bauch, nach Bauchoperationen
- *Calendula*: Schürfwunden, Muskelriss, Bänderriss
- *Hypericum*: Verletzungen, bei denen Nerven beschädigt worden sind, Ausstrahlung in das betroffene Versorgungsgebiet, Schlag auf den Finger, Sturz aufs Steißbein
- *Ruta*: nach Knochenhautverletzung, Ruhelos.
- *Staphisagria*: glatte Schnitte, z.B. Glasscherben, Operationen, Zahnextraktion
- *Ledum*: Stichverletzungen, Insektenstiche, Tierbisse, verletzte Teile werden als kalt empfunden
- *Rhus toxicodendron*: Zerrungen, Überanstrengung, Verheben, Schmerzen in Ruhe schlimmer, Beginn der Bewegung schmerzt noch, fortgesetzte Bewegung bessert, βεσσερδυρχη Wärme
- *Symphytum*: bei Augenverletzungen, z.B. stumpfer Schlag
- *Natrium sulphuricum*: Nach Kopfsturz

### Schock:

- *Opium*: Schockzustände, Apathie, Teilnahmslosigkeit
- *Aconitum*: Zittern, Schock, Kälte
- *Arnica*: Schickt Hilfe weg

## **Gute Reise!**

### **Bei Fragen, Unklarheiten, Problemen und Krankheiten anrufen:**

Dr. med. Wiebke Lohmann  
Ärztin für Homöopathie  
Zentrum für Komplementärmedizin  
Kaiserstraße 57  
80801 München  
Telefon: 089 787978607  
lohmann@diekomplementaermediziner.de