

Homöopathische Haus- und Reiseapotheke nach Dr. med. Ina Chammah

Allgemeine Hinweise für den Gebrauch:

Diese homöopathische Hausapotheke enthält die wichtigsten Mittel für die häufigsten akuten Erkrankungen des Alltags und auf Reisen. Für die Wahl des richtigen Mittels ist ein homöopathisch ausgebildeter Therapeut, oder wenn nicht erreichbar, ein ausführlicher homöopathischer Ratgeber zu befragen. Die untenstehende Kurzbeschreibung, der Arzneimittel kann beides nicht ersetzen, sondern kann nur eine weitere Hilfestellung bieten.

Die nachfolgende Beschreibung der einzelnen Mittel fokussieren jeweils nur einen Aspekt des Mittels. Natürlich hat jedes Mittel ein viel größeres Wirkungsspektrum auf den menschlichen Organismus, worauf in diesem Beiblatt nicht eingegangen werden kann.

Bitte beachten Sie dabei, dass die unter „Modalitäten“ aufgeführten Symptome auf den Zustand des Patienten zutreffen müssen.

Passen die Modalitäten nicht zum Patienten wird das Mittel mit großer Wahrscheinlichkeit nichts bewirken.

Einnahmehinweis: .

3 Globuli in einem halben Glas Wasser unter beständigem Rühren auflösen. Einen Teelöffel einnehmen. Wirkt das Mittel nicht, sollte das Mittel maximal ein weiteres Mal eingenommen werden. Tritt keine Verbesserung ein war das Mittel falsch gewählt. Tritt eine Verbesserung des Zustands (eventuell nach einer Erstverschlimmerung ein) kann nach frühestens 3 Stunden ein weiterer Teelöffel (nach zehnmaligem umrühren) eingenommen werden. Aber nur, wenn die Verbesserung nicht voranschreitet. Solange die Verbesserung voranschreitet ist keine weitere Mitteleinnahme nötig.

Arzneimittel	Diagnosen	Kennzeichen	Modalitäten
Aconitum napellus K30	- Fieber - Schreck - Krupphusten	- Plötzliches hohes trockenes Fieber - Oft ausgelöst durch trockene und kalte Ostwinde. - Zustand nach Schreckereignis.	- Große Unruhe und Ängstlichkeit - Heiße rote Wangen → Gesicht erblasst beim Aufrichten.
Antimonium crudum K30	- Sonnenstich - Verdauungsstörungen nach Überessen	- Kopfschmerz nach Magenüberladung - Sonnenstich mit Übelkeit und Erbrechen - Kopfschmerz nach Sonnenbestrahlung - Folge von Baden nach Überhitzung	
Apis mellifica K 30	- Wespenstiche - Allergische Reaktionen - Sonnenallergie	- Hellrote ödematöse Schwellungen - Stechende Schmerzen - Quaddelbildung	- Berührung verschlechtert - Wärme verschlechtert - Kälte bessert
Argentum nircum K30	- Erwartungsspannung - Platzangst - Höhenangst	- Durchfall vor aufregendem Ereignis - Flugangst - nervöse Anspannung ist für alle Beteiligten spürbar	
Arnica montana K12	- Wiederholungsmittel nach ausgedehnten, schweren Verletzungen	- Siehe Arnica montana k30	
Arnica montana K30	- Erstmittel nach Verletzungen	- Schmerzhafte Zustände nach Verletzungen - Resorbiert Blutergüsse	- Berührung verschlechtert
Arnica montana K200	- Erstmittel bei schweren Verletzungen	- Bei schweren Verletzungen, die über die leichten Verletzungen des Alltags hinausgehen, ist Arnica K200 anzuwenden.	

Arsenicum album K30	- Lebensmittelvergiftung - Magen-Darm-Grippe - Sommerdiarrhoe - Flugangst	- Durchfall nach Sonne - Verlangen nach eiskaltem Wasser, welches sofort wieder erbrochen wird - Trinkt in häufigen kleinen Schlucken - Durchfall nach verdorbenen Lebensmitteln, Muscheln, Fisch, ungewohnten oder überreifen Obst - Große Frostigkeit - Große Schwäche gepaart mit großer Unruhe - Große Unruhe bei Angst – kann nicht sitzen bleiben	- Brennende Schmerzen besser durch Wärme
Belladonna K30	- Fieber - Schmerz - Sonnenstich - Sonnenbrand 1ten Grades	- Plötzlich hereinbrechende, heftige Schmerz- und Fieberzustände - Klopfende Schmerzen durch Blutandrang z. B. bei Ohrenschmerzen, Zahnschmerzen oder Kopfschmerzen - Infekt nach feuchter Kälte oder Baden in kaltem Wasser	- Heftigkeit der Beschwerden wirkt beängstigend - Berührung, Licht und Erschütterung verschlechtern
Borax K30	- Aphten - Flugangst	- große Angst bei Auf- und Niederbewegungen (z.B. bei Luftturbulenzen im Flugzeug)	
Bryonia alba K30	- Husten - Rückenschmerzen - Gelenkschmerzen - Sommerdiarrhoe	- Stechende Schmerzen bei jeder Bewegung z.B. jedem Hustenstoß - Patient ist mürrisch und übellaunig - Durchfall nach Hitze - Durchfall nach ungewohntem oder überreifen Obst	- Berührung verschlechtert <u>aber</u> Druck und Bandagieren bessert→ liegt deshalb auf der schmerzhaften Seite
Cantharis K30	- Verbrennungen - Blasenreizung - Sonnenbrand 1ten und 2ten Grades	- Erstmittel nach Verbrennungen ersten und zweiten Grades. - Brennende Schmerzen	
Calcium carbonicum K30	- Zahnungsprobleme - Infektneigung - Folgen von schnellem Klimawechsel	- Dieses Mittel wird oft aufgrund konstitutioneller Gegebenheiten verschrieben	- Körperliche Anstrengung verschlechtert - Kälte und Nässe verschlechtert
Calendula Urtinktur	- Schürfwunden - Riss-, Quetschwunden	- 10 Tropfen von Calendula Urtinktur in 100ml Wasser geben. Mit dieser 1% igen Lösung die Wunde reinigen und regelmäßig spülen	
Causticum K30	- Verbrennungen 3ten Grades, die narbig abheilen - Lähmungen - Husten	- Erkältung, Nervenschmerzen oder Lähmungen nach trockenem, kaltem Wind - Kitzelhusten, bei dem Auswurf nicht hochgebracht werden kann	- Kitzelhusten besser durch kalte Luft und Getränke - Heiserkeit nach längerem Reden
Chamomilla K30	- Schmerzen - Zahnung - Durchfall	- Grüner Durchfall während der Zahnung - Große Reizbarkeit während der Schmerzen - Eine Wange rot andere blaß	- Kind will umhergetragen werden und dabei heftig geschaukelt werden - kalter Wind verschlimmert den Schmerz
China officinalis	- Große Erschöpfung nach Verlust von „Körpersäften“ (Dazu gehört auch das Stillen der Säuglinge)	- Patient kommt nach großem Blutverlust oder Durchfall oder häufigem Erbrechen nicht wieder auf die Beine - Sehr empfindliche Kopfhaut - Überempfindlichkeit des Nervensystems z. B Geruch und Gehör	- Leicht Berührung verschlechtert - Aber Druck verbessert - Kalte Luft und Wind verschlechtern
Cocculus indicus	- Seekrankheit - Reiseübelkeit	- Übelkeit mit Speichelfluß im Mund. - Geruch von Speisen erzeugt Ekel	- Seitenlage bessert Magen- und Darmbeschwerden

Colocynthis K30	- Rückenschmerz - Krampfschmerz	- Schießende blitzartige oder schneidende krampfartige Schmerzen - Beschwerden nach Tadel oder Enträstung	- Besserung durch heiße Auflagerungen - Besserung durch harten Druck
Dulcamara K30	- Erkältung nach Abkühlung, wenn erhitzt	- Erkältung nach Verkühlung in klimatisierten Räumen oder schneller nächtlicher Abkühlung im Sommer - Erkältung nach Baden in kaltem Wasser im überhitzten Zustand	
Eupatorium perf. K30	- Erkältung	- Knochenschmerzen wie zerschlagen - Fröstelig dabei Durst auf kalte Getränke - Empfindung wie von einer Metallkappe um den Kopf	- Kälte und Bewegung verschlechtern
Euphrasia K30	- Augenreizungen - Augenverletzungen	- Verletzung der Hornhaut	
Ferrum phosph. K30	- Erkältungen - Ohrenscherzen	- Erkältung schlägt auf die Ohren - schleichender Beginn der Erkältung	
Gelsemium K30	- Erkältung - Erwartungsangst	- Erkältung mit großer Schwäche - Schwer herabfallende Lider und schwere Zunge - Beschwerden ausgelöst durch Erwartungsspannung z. B. Prüfungsangst	- Durstlosigkeit
Hepar sulfuris K30	- Abzeß - Eiterprozesse - Halsentzündung - Zahnschmerzen - Krupphusten	- Schmerzen sind unerträglich - reagiert sehr gereizt auf äußere Störungen - Die Schmerzen sind stechend oder splitterartig - Bringt Abszesse zur Öffnung→ danach Silicea K30 geben	- Überempfindlich auf Kälte und Geräusche - Berührung und Entblößung verschlechtert - Wärme verbessert - Beugen nach hinten bessert die Atemnot
Hyoscyamus K30	- Husten		- Husten schlimmer im Liegen und sofort besser beim Aufsitzen
Hypericum K30	- Verletzungen an gut innervierten Körperteilen wie z.B. Fingerspitzen, Fußsohle, Steißbein und Zähne	- heftig schießende, unerträgliche Schmerzen entlang der Nervenbahnen	- Bewegung verschlimmert - Festes Reiben bessert
Ignatia K30	- Halsschmerzen - nervöse Störungen nach Kummer - Verstopfung vom Autofahren	- Häufiges Seufzen - Zustände nach einem ergreifenden Kummererlebnis	- Halsschmerzen besser durch Schlucken von fester Nahrung - Widersprüchliche Symptome, sodass man geneigt ist dem Patienten nicht zu glauben
Ipecacuanha K30	- Magenverstimmung - Husten	- Tödliche Übelkeit mit sauberer Zunge - Magenverstimmung durch den Genuss unverdaulicher, schwerer Speisen , „Durcheinander-Essen“, ungewohnter Speisen oder Essen unreifer Früchte	- Übelkeit nicht besser durch Erbrechen - Husten besser durch kalte Getränke
Kalium bichromicum K30	- Nasennebenhöhlenentzündung - Magenschmerzen	- Schmerzen auf einen kleinen Punkt beschränkt - Schleim ist gelb-grünlich, zäh und fadenziehend	- Hitze und Druck verbessern
Lachesis K30	- Halsschmerzen - Sonnenallergie - Sonnenstich	- Halsschmerzen beginnen links und wandern nach rechts. - Halsschmerzen und Allgemeinbefinden schlimmer nach Schlaf - Kopfschmerz nach Sonnenbestrahlung - Wärmeunverträglichkeit mit Gefühl von Wärmestau	- Halsschmerzen besser durch Schlucken fester Nahrung - Halsschmerzen schlechter durch Leerschlucken - Starke Berührungsempfindlichkeit des Halses
Ledum palustre K30	- Stichverletzungen auch Insektenstiche		- Kältegefühl im betroffenen Körperteil - Schmerzen besser durch Kälteanwendungen
Lycopodium K30	- Halsschmerzen	- Halsschmerzen beginnen	- Halsschmerzen schlechter durch

	- Verdauungsschwäche - Verstopfung auf Reisen	- rechts und wandern nach links - Halsschmerzen beginnen rechts und wandern nach links - hochempfindlicher Darm mit großer Blähungsneigung	- kalte Getränke - Halsschmerzen besser durch warme Getränke
Mercurius solubilis K30	Halsschmerzen Erkältung	Wundmachende Absonderungen Große Schwäche mit starker nächtlicher Schweißneigung	Nachts verschlechtern sich alle Symptome
Natrium carbonicum K30	- Sonnenstich - Verdauungsstörung nach Diätfehler	- Schwindel und Übelkeit nach Sonne - Sodbrennen - Milch erzeugt Durchfall - Üble Folgen von Trinken kalten Wassers in erhitztem Zustand	
Natrium muriaticum K30	- Sonnenallergie	- Dieses Mittel wird oft aufgrund konstitutioneller Gegebenheiten verschrieben - Sonnenallergie mit Hitzepickel nach erstem Aufenthalt in der Sonne z.B. Gletscherbrand	
Nitricum acidum K30	- Rückenschmerzen - eiternde Verletzung	- Rückenschmerzen nach holperiger Strecke - Folge von Schlafmangel - wundmachende Ausscheidungen	
Nux vomica K30	- Magen-Darm-Grippe - Erkältung - Reise und Seekrankheit - „Kater“ - Verstopfung auf Reisen	- Reizbarkeit und Ungeduld - Krampfartiger Durchfall - Stockschnupfen Nachts - Fließschnupfen Tags - Heftige Niesanfälle - Bereits die Vorstellung an eine schaukelnde Bewegung verursacht Übelkeit - Beschwerden nach Kaltwerden	- Kälte, Zugluft und Störungen verschlechtern - Wärme verbessert
Opium K30	- Verstopfung auf Reisen - Zustand nach Trauma	- Massive Verstopfung auf Reisen oder nach Operation - Emotionale Starre nach furchtbarem Erlebnis - unregelmäßige Atmung	
Petroleum K30	- Seekrankheit - Reisekrankheit	- Übelkeit mit Heißhunger - Seekrankheit bei heftigem Seegang	- Essen bessert die Übelkeit - Geruch von Öl und Benzin verschlechtert die Übelkeit
Phosphor. acidum K30	- Durchfallerkrankung - Heimweh - Beschwerden durch Klimawechsel	- Heftiger Durchfall mit großer Erschöpfung und Apathie - Apathie und Schwäche ausgelöst durch Kummer - schmerzloser Durchfall - Verlangen nach erfrischenden saftigen Dingen	
Phosphorus K30	- Erkältungen mit Husten - Magen-Darm-Grippe	- Große Schwäche - Absteigende Erkältungen - Warme Speisen und Getränke werden sofort erbrochen. - Kalte Getränke werden erbrochen sobald sie warm geworden sind (nach 15 min.)	- Kalte Luft und starke Temperaturveränderungen verschlimmern den Husten
Phytolacca K30	- Halsschmerzen - Brustentzündung	- Hals ist blau-rot verfärbt - Halsschmerzen strahlen zu den Ohren aus beim Schlucken - Brust ist steinhart und geschwollen - Beim Stillen strahlt der Schmerz von der Brust über den ganzen Körper aus	- Achtung vorsichtig einnehmen, da es den Milchfluss stillender Frauen vermindert!!! - Bewegung verschlimmert die Beschwerden - Heiße Getränke verschlimmern die Halsschmerzen
Pulsatilla K30	- Ohrenschmerzen - Magen-Darm-Grippe - Schwangerschaftsbeschwerden	- Brauchen viel Trost - Häufiger Wechsel der Symptome - Verdauungsbeschwerden ca. 15 Stunden nach fettigen Speisen, ungewohnten oder überreifen Obst - Beschwerden nach Kaltwerden der Füße	- Schmerzen werden durch Wärme verschlimmert auch durch Bettwärme (Ohrenschmerzen beginnen eine Stunde nach dem Schlafengehen) - Kälte bessert, obwohl insgesamt fröstelig

Rhus toxicodendron K30	- Akute Rückenschmerzen - Zerrungen - Gelenkverletzungen	- Patient muss das leidende Körperteil ständig bewegen - Rückenschmerzen nach Durchnässung, Baden in kaltem Wasser oder Überheben	- Bewegung bessert die Beschwerden - Besonders die nächtliche Ruhe verschlimmert die Beschwerden - Wärmeanwendungen bessern die Beschwerden
Ruta graveolens K30	- Verstauchung - Verletzungen der Augenumgebung	- Verletzung der Knochenhaut - Mit Ruhelosigkeit verbundene Schmerzen - Schwächegefühl in der betroffenen Extremität	- Verschlimmerung durch Hängenlassen der betroffenen Extremität - Verbesserung durch Hochlagern der betroffenen Extremität
Sepia K30	- Schwangerschaftsbeschwerden - Übelkeit	- Ohnmachtartiges flaves Gefühl in der Magengegend - Beschwerden nach Baden in kaltem Meerwasser - Dieses Mittel wird häufig auf Grund von konstitutionellen Gegebenheiten verschrieben	- Übelkeit erregt durch Geruch von Essen - Übelkeit gebessert durch Essen
Silicea K30	- Nasennebenhöhlenentzündung - Wundheilungsstörungen - Abszesse - Splitterverletzung - Zahnungsproblem	- Kopf- oder Zahnschmerzen bei Erkältungen - Kopfschmerz über den Augen bei Erkältungen - Nach Eröffnung von Abszessen - Eiterprozess in Wunden - Treibt Fremdkörper hinaus - Beschwerden nach Kaltwerden	- Alle Beschwerden gebessert durch Wärme - Kopfschmerzen besser durch Einhüllen des Kopfes
Spongia K30	- Kruppartiger Husten	- Husten ausgelöst durch trockene Kälte	- Husten schlimmer vor Mitternacht - Beugen nach vorne bessert die Atemnot
Staphisagria K30	- Operationswunden - Dammschnitt - Blasenreizung - Insektenstiche	- Langsam heilende Schnittwunden - Blasenreizung nach Geschlechtsverkehr - Stechend beißende Schmerzen - Brennen in der Harnröhre außerhalb des Wasserlassens - „Klassisches Mückenopfer“	
Sulfur K30	- Folgezustände nach unterdrückten Hautausschlägen, Hämorrhoiden oder Ausscheidungen	- Dieses Mittel wird oft aufgrund konstitutioneller Gegebenheiten	- Wärme und Wasser verschlechtern - Kälte verbessert
Symphytum K30	- Verletzung knorpeliger Gewebe und der Knochenhaut - Verletzung des Augapfels - mangelhafte Callusbildung	- Hochschmerzhafte und empfindliche Zustände nach Verletzungen des Knochens. - Auge ist nach Verletzung krampfhaft verschlossen	- Schmerzen werden verschlimmert durch leichte Berührung z.B. die der Kleidung
Tabacum K30	- Reisekrankheit - Seekrankheit	- Tödliche Übelkeit mit heftigem Speichelfluss - Speichel muss regelmäßig ausgespuckt werden	- Übelkeit besser durch absolute Ruhe und entblößen des Bauches
Thuja K30	- Warzen - Folgezustände nach Impfungen		
Urtica urens K12	- Sonnenallergie	- kleine Pusteln wie von Brennnessel nach ungewohnt hoher Sonnenbestrahlung	
Veratrum album K30	- Magen- Darm-Grippe	- Schwächende Durchfälle begleitet von kaltem Schweiß und Kollapsneigung - Erbrechen mit Abführen - Die geringste Bewegung oder der kleinste Schluck Wasser erneuert des Erbrechen - Durchfall nach Trinken von kaltem Wasser an heißen Tagen oder Verzehr von überreifem Obst	