

Merkblatt zur klassischen Homöopathie

Was ist klassische Homöopathie?

Die klassische Homöopathie ist eine eigenständige Heilmethode, welche vor über 200 Jahren von Dr. Samuel Hahnemann in Deutschland entdeckt und begründet wurde. Sie ist eine ganzheitliche Behandlungsmethode, wirksam und angezeigt bei Erkrankungen auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene, unabhängig vom Alter des Patienten. Mittels potenzierten/energetisierten Heilmitteln werden die Selbstheilungskräfte des Organismus aktiviert und die gestörte Lebenskraft wird wieder ins Gleichgewicht gebracht.

Wie kann ich mir eine homöopathische Behandlung vorstellen?

Bevor Sie zur Erstkonsultation erscheinen, müssen Sie den Fragebogen ausfüllen. Ich bitte Sie, den **vollständig ausgefüllten Fragebogen**, ein **aktuelles Passfoto** und eine **Kopie Ihres Impfausweises** bei Ihrer Erstkonsultation mitzubringen! Falls Sie **diagnostische Unterlagen, Arztberichte**, usw. haben, nehmen Sie diese bitte ebenfalls mit. Die **Erstkonsultation dauert zwischen einer bis zwei Stunden**. Bei **Kindern** wird in der Regel **eine Stunde** benötigt.

Da die Homöopathie eine ganzheitliche Heilmethode ist und der Patient als individuelles Wesen im Vordergrund steht, ist eine

ausführliche Fallaufnahme für die Mittelfindung ausschlaggebend. Wichtig dabei ist, den Charakter des Patienten, seine Eigenheiten, Symptome und Beschwerden kennenzulernen. Je präziser der Patient seine Beschwerden schildern kann, desto besser kann das passende Mittel gefunden werden. Daher bitte ich Sie, Ihre Beschwerden bis zum Termin anhand folgender Punkte zu beobachten:

- **Seit wann** bestehen die Beschwerden?
- **Wann** und **wo** treten sie auf?
- Gibt es bestimmte Situationen oder **Ursachen**, welche die Beschwerden auslösen?
- **Was lindert und was verschlimmert** die Beschwerden (z.B. Kälte, Wärme, Wetter, bestimmte Nahrungsmittel, Stress, usw.)

Während des Gesprächs können Sie alles erzählen, was Sie beschäftigt. Fragen, die Ihnen zu persönlich sind, können Sie unbeantwortet lassen aber genau solche persönlichen Dinge sind oftmals sehr hilfreich.

Um die Mittelwirkung und den Verlauf der Heilung beurteilen zu können, sind oftmals Folgekonsultationen nötig. Die Anzahl und Dauer erneuter Konsultationen kommen ganz auf den Fall an (z.B. Komplexität der Krankheitsgeschichte, Reaktion des Organismus auf das Mittel, Bedürfnisse des Patienten, usw.

Was sind die Kosten einer homöopathischen Behandlung?

Der Honorartarif beträgt CHF 130.- pro Beratungsstunde. Nach der Sprechstunde erfolgt die Repertorisation (zusammentragen, gewichten und vergleichen von Symptomen einer Krankheit mit Ziel der Arzneifindung), welche nach individuellem Zeitaufwand erfolgt. In der Regel beträgt der Zeitaufwand ca. 30-60 Minuten und kann je nach Komplexität auch höher oder geringer ausfallen. Dies wird ebenfalls zu CHF 130.- pro Stunde verrechnet. Meine homöopathische Praxis ist krankenkassenanerkant. **Bitte fragen Sie bei Ihrer Zusatzversicherung nach, ob homöopathische Behandlungen eingeschlossen sind.**

Ein vereinbarter Termin ist verbindlich. Wenn Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, bin ich Ihnen dankbar, wenn Sie mir dies bis spätestens 24 Stunden vorher telefonisch mitteilen. Nicht eingehaltene Termine werden verrechnet.

Wie nehme ich mein homöopathisches Mittel ein?

Homöopathische Mittel können in flüssiger oder fester Form verabreicht werden, wobei die sogenannten „Globuli“ jedoch eine der gängigsten Verabreichungsform ist. Die Potenz und die Gabenhäufigkeit, respektive die Wiederholung des Mittels, werden vom Homöopathen individuell auf den Patienten angepasst und dürfen nicht selber verändert werden. Folgende Grundsätze sollten beachtet werden:

- **Homöopathische Mittel nicht mit der Hand berühren.**
- Homöopathische Mittel **nicht unter Einfluss von starker Hitze oder Sonnenbestrahlung aufbewahren.** Mittel **fern von stark riechenden Substanzen halten.**
- **Vor und nach der Einnahme des Mittels 30 Minuten nicht essen, trinken, Zähne putzen oder rauchen.** Der Mund soll völlig sauber sein, wobei man das **Mittel auf der Zunge langsam zergehen** lässt.
- Falls die Globuli aufgelöst werden müssen oder die Arznei in Tropfenform eingenommen werden muss, sollte wenn nötig ein Plastiklöffel verwendet werden (kein Metalllöffel).

Auf was muss ich mich während der homöopathischen Behandlung achten?

- **Unbedingt auf die Anwendung kampferhaltiger Mittel und ätherischen Ölen verzichten** (wie: Dul-x, Vicks, Resorban, Pulmex, Tigerbalsam, Migränestifte, Teebaum-, Eukalyptus-, Cajeputöl, usw.).
- **Kaffee, Pfefferminztee und Kamillentee sollten nicht regelmässig und in grossen Mengen getrunken werden.** Wenn möglich ist der Konsum dessen zu reduzieren oder zu pausieren.
- **Energetische Behandlungen pausieren** (wie: Akupunktur, Shiatsu, Fussreflextherapie, Bachblüten, Schüssler Salze, Spagyrik, usw.).
- **Bei Unsicherheiten fragen Sie bitte nach!**

Was ist eine homöopathische Heilreaktion?

Nach Einnahme des homöopathischen Mittels kann es zu einer sogenannten „homöopathischen Heilreaktion“ oder auch besser bekannt als „Erstverschlimmerung“, kommen. Dessen Intensität und Dauer können abhängig vom Patienten, der Art der Erkrankung und weiteren Faktoren variieren. Die homöopathische Heilreaktion muss nicht zwingend spürbar sein und kann durch die Potenzwahl des Mittels zu einem gewissen Grad beeinflusst werden. Beispiele dafür sind:

- Die aktuellen Symptome verstärken sich für eine kurze Zeit (z.B. vermehrter Hautausschlag, Juckreiz, Kopfschmerzen, usw.).
- Alte Symptome treten für kurze Zeit wieder auf.
- Emotionen verstärken sich (z.B. ärgerlich, weinerlich, gereizt sein, usw.).
- Müdigkeit
- Schwitzen
- Verstärkte Menstruation, veränderter weiblicher Zyklus
- Usw.

Eine homöopathische Heilreaktion ist unbedingt als positives Zeichen anzusehen, denn dies bedeutet, dass der Körper auf das homöopathische Mittel gut reagiert hat! Jedoch braucht es manchmal Geduld, die Zeiten der Reaktionen durchzustehen, gerade, weil die auftretenden Beschwerden unter Umständen für den Patienten schwer zu deuten sind. Von grosser Wichtigkeit ist es, dass dieser Prozess nicht durch Medikamente, auch nicht durch homöopathische Mittel, unterdrückt wird! Nehmen Sie aus diesem Grund keine

Medikamente ohne Absprache ein, auch wenn Sie das Gefühl haben, es handle sich um keine Mittelreaktion. Bei Patienten mit schweren organischen Erkrankungen, die seit langer Zeit Medikamente einnehmen müssen, nimmt der Patient selbstverständlich seine gewohnten Medikamente weiter. Ein abruptes Absetzen wäre zu gefährlich.

Empfehlenswerte Literatur

Grollmann/Maurer: klassische Homöopathie verstehen