

Reiseapotheke

Bitte beachten Sie: Diese Reiseapotheke habe ich für Sie zusammengestellt, damit Sie sich im **Notfall** selbst helfen können, falls Sie mich, oder einen anderen Homöopathen nicht erreichen.

Die **Selbstbehandlung** sollte vom Patienten sehr vorsichtig betrieben werden. Auch homöopathisch kann man unterdrücken und unerwünschte Symptome hervorrufen. Wenn Sie also den geringsten Zweifel haben, wenden Sie sich bitte frühzeitig an einen Therapeuten.

Ich hoffe, dass Sie in Ihrem Urlaub diese Mittel nicht benötigen!
Eine schöne Urlaubszeit wünscht Ihnen Ihre
Renate Krause

Acon.

Plötzlicher heftiger Beginn, begleitet von großer Angst vor dem Tod, oder Tod ist nahe, Panikzustände mit plötzlichem Herzklopfen, plötzlich trockenes Fieber, Kratzen im Hals
Auslöser: kalter, trockener Wind

Apis

Schwellungen blassrot, Ödeme, brennende, stechende Schmerzen, wie ein Bienenstich, extreme Berührungsempfindlichkeit, Heftigkeit der Symptome und plötzliches Auftreten, allergischer Schock, evtl. Anschwellung im inneren Halsbereich usw., Besserung durch Kälte.

Arnika

Folgen von stumpfen Verletzungen, Schock nach Verletzungen, Angst vor Annäherung/Berührung, Folgen von körperlicher Überanstrengung, Muskelkater, außerordentliche Empfindlichkeit des ganzen Körpers, Bett erscheint zu hart, fühlt sich wie zerschlagen, Folgen von Kopfverletzungen, wenn man innere Blutungen vermutet, Verletzungsmittel Nr. 1 mit Schwellung und Bluterguss.

Arsenicum album

Angst, Unruhe, Erschöpfung, Mangel an Lebenswärme, Frösteln, brennende Schmerzen, Folgen von Lebensmittelvergiftung (verdorbene Wurst, Fleisch), Beschwerden durch Eisessen, extreme Übelkeit und/oder Durchfälle, fühlt sich sterbenskrank, Unzufriedenheit, Reizbarkeit, Furcht nachts, wenn alleine.

Belladonna

Symptome von großer Intensität und Heftigkeit, Beschwerden die plötzlich kommen und gehen, leuchtende Röte, Brennen, Anschwellen und Klopfen, hohes Fieber mit trockener Haut, oder dampfig, strahlt extreme Hitze aus, kalte Extremitäten dabei, extreme Überempfindlichkeit, besonders gegen Geräusche, Schmerzen, Erschütterung und Licht. Folgen von Sonneneinwirkung (besonders im Kopfbereich), Folgen von Haare waschen, Mandelentzündung, Mittelohrentzündung.

Calendula/Calendula Urtinktur

Innerlich bei Wunden (C30), unverdünnt bei Insektenstichen, in verdünnter Form entzündungshemmende Wirkung (– 1 Tl. auf ein Glas Wasser für Umschläge).

Camphora

Schwäche, Erschöpfung, Kollapszustand, eisige Kälte des ganzen Körpers, mit Blutandrang zu Kopf/Brust, eiskalte Haut, kalter Schweiß, Blässe und Zyanose (blaue Lippen), trotz Kälteempfindlichkeit wird keine Decke vertragen, berührungsempfindlichkeit, Vorsicht: Camphora macht viele der pflanzlichen und homöopathischen Arzneimittel unwirksam!

Cantharis

Heftiges Brennen in der Harnröhre, Blasenentzündungen, Verbrennungen

Carbo vegetabilis

Lebenskraft erschöpft, Kollaps, extreme Schwäche, Kreislaufschwäche, besonders bei Erbrechen und Durchfällen, Kälte aber innerliches Brennen, übler Geruch der Ausscheidungen, Verlangen nach frischer Luft trotz Kälte, Aufstoßen, Blähungen.

Cocculus

Erschöpfung des Nervensystems, Schwäche, Übelkeit und Erbrechen durch Fahren im Wagen, Auto, Zug oder Schiff, Reisekrankheit, Seekrankheit, besser durch Augenschließen, Übelkeit beim Gedanken an oder Geruch von Essen, Auftreibung des Bauches.

Colocynthis

Bauchkrämpfe, besser durch Krümmen, Wärme, Stuhlgang und Flatusabgang, schlimmer durch Essen.

Croton tiglium

Reichlich wässriger Stuhl mit gewaltsamen Entleerungen, Gurgeln in den Eingeweiden

Glonoinum

Hitzschlag mit heißem Gesicht, Pulsieren

Gunpowder

Blutvergiftungserscheinungen bei Verletzungen, Bisswunden, Insektenstichen, Folgen von Zeckenbissen

Hepar sulfuris

Der Patient ist gereizt, sehr schmerz- und berührungsempfindlich, Frieren beim geringsten Luftzug oder das Berühren von kalten Gegenständen verschlechtert die Beschwerden, stechende splitterartige Schmerzen, muss zugedeckt sein, geringes Aufdecken verschlechtert die Beschwerden, Neigung zu Eiterung (Abzess, Zahnabzess), Hals- oder Ohrenscherzen nach kaltem Wind.

Hypericum

Nervenverletzungen, hilfreich bei Wunden in nervenreichem Gewebe (Fingerspitzen, Zehen, Zunge, Steißbein, Wirbelsäule, typisch schießender Nervenschmerz, Verletzungen und Operationen, nach Gehirnerschütterung und Rückenmarkerschütterung.

Die Schmerzen ziehen, schießen den Nervenbahnen entlang; Verletzungen der Wirbelsäule, Tetanus - Vorbeugung (z.B. rostiger Nagel in Fußsohle).

Ipecacuana

Alles in Verbindung mit Übelkeit, die durch Erbrechen nicht besser wird und sauberer Zunge, auch Husten mit Erbrechen/Übelkeit

Ledum

Hauptmittel bei Stichwunden, Bisswunden (auch Zeckenbisse), infizierte Insektenstiche, Blutvergiftung durch Wunden, der Bluterguss schillert in allen Farben, Besserung kalte Umschläge.

Natrium sulfuricum

Folge von Kopfverletzungen, morgendlicher Durchfall, alles schlimmer durch feuchtes Wetter

Nux vomica

Reizbarkeit, Streitsüchtigkeit, Übelkeit, Erbrechen, krampfartige Schmerzen im Bauch, Folgen von Drogen- Medikamentenmißbrauch, Völlerei: Alkohol, zuviel Essen. Vergiftungserscheinungen durch Autoabgase/verdorbene Wurst, Frieren, Empfindlichkeit gegen Geräusche, Gerüche und Helligkeit, Jetlag, Verstopfung mit erfolglosem Stuhldrang.

Okoubaka

Nach Essen, das vielleicht verdorben war, ungewohnte Nahrung (in tropischen Ländern)
Dosierung: D2-D3 (Tropfen/oder Pulver), zweimal täglich 5 Tropfen/1 Messerspitze.

Podophyllum

Galliges Erbrechen, wässriger Stuhl, kolikartige Schmerzen

Pulsatilla

Ohnmacht nach zu langem Stehen in geschlossenen, warmen, engen Räumen, Weinerlichkeit, leicht beleidigt, Vergiftungserscheinungen mit plötzlichem Erbrechen durch zu viel oder verdorbenes Obst, verdorbene oder zu fette Wurst, leichtere Pilzvergiftungen, wenig Durst, Besserung und Verlangen frische Luft, kalte Anwendungen & Zuspruch/Trost, rahmige-eitrige, nicht wund machende Absonderungen, Veränderlichkeit der Symptome.

Rheum

Saure Durchfälle mit Koliken vor dem Stuhlgang, Patient riecht sauer

Rhus toxicodendron

Nach Arnika, Verrenkungen, Verstauchungen, Zerrungen, Bänderriss, Muskelkater, Sehnenverletzungen, reißende Schmerzen, als ob etwas auseinander gerissen würde, Unruhe, besonders nachts im Bett, Beschwerden in Ruhelage, muss sich ständig bewegen um bequeme Lage zu finden, nach Überanstrengung, Schlechter nachts, anfängliche Bewegung, Besser durch Wärme, fortgesetzte Bewegung, Grippe infolge von Abkühlung nach Schweiß (Sauna) oder sonstiger Überhitzung, Windpocken, Herpes.

Ruta

Bei Knochen- und Knochenhautverletzungen, nach Arnika, Verstauchungen, Schmerzhaft, wie von einer Prellung, große Unruhe der Extremitäten, Tennisarm, überlastete Sehnen.

Staphisagria

Hauptmittel bei Schnittwunden, stechende brennende Schmerzen, wie Messerstiche, bei gewaltsamen Verletzungen der Genitalien (Vergewaltigung), fühlt sich seelisch/körperlich gedemütigt, Empörung wegen der Verletzung, Empörung über Insektenstiche, Blasenentzündungen, Brennen in der Harnröhre auch ohne Wasserlassen.

Symphytum

Verletzungen von Knochen- und Knochenhaut, Verstauchungen, Verletzungen des Gesichtes, bei Augenverletzungen verhindert es Linsentrübung, bei Knochenbrüchen mit starken Schmerzen (nach Arnika), komplizierte Knochenschmerzen, stechender Schmerz, Schmerz der Knochenhaut, weicher, gelb werdender Bluterguss

Urtica urens

Insektenstiche, die wie nach Berührung mit Brennnesseln aussehen, allergische Hauterscheinungen durch Brennnesseln, Schmerz juckend, brennend.

Veratrum album

Kollaps, Schockzustand, Gesicht blass, bläulich, eingesunken, kalter Schweiß auf der Stirn, Übelkeit, starkes Frieren, eisige Kälte, unstillbarer Durst nach **kalten** Getränken, Erbrechen und Durchfälle nach Schreck, völlige Entkräftung, Besserung durch äußere Wärme

Vespa

Insektenstiche, besonders im Mund- und Rachenraum, wenn Apis versagt hat, heftig brennende Schmerzen, allergischer Schock.

FSME-Nosode

Wenn Zeckenbiss in infiziertem Gebiet, heftigere Reaktion, innerhalb von 24 Std. eine Doppelgabe. (erst Ledum geben).

Ansonsten nur bei Folgeerscheinungen wenn Akutmittel (z.B. bei Fieber) versagt hat! Sollte nur nach vorheriger Absprache mit dem Homöopathen verabreicht werden!

Speziell bei Durchfallerkrankungen in bestimmten Ländern (Indien, Ägypten usw.) hat sich die bereits vorbeugende Einnahme von

Perenterol® http://www.perenterol.de/PDF-Download/PER_Kundenbrosch_105x210.pdf

Dosierung und Aufbewahrung der homöopathischen Arzneien

Die langfristige Therapie mit homöopathischen Arzneimitteln muss unbedingt dem Therapeuten überlassen bleiben. Sollten Sie jedoch auf Reisen ein Mittel einnehmen müssen, beachten Sie bitte folgende Einnahmehinweise:

Dosierung bei Selbstbehandlung (C30, bitte keine höhere Potenz wählen):

1. Eine Trockengabe (2-3 Globuli) auf der Zunge zergehen lassen
2. 2-3 Globuli auf 100 ml Wasser auflösen und teelöffelweise/schluckweise einnehmen, vor jeder Gabe 10x kräftig rühren, bitte einen Plastiklöffel verwenden, abgedeckt und gekühlt stehen lassen. (Ist dies nicht möglich, Mittel in ein Fläschchen mit 30% Alkohol geben – dann jeweils 2 Tropfen auf einem Schluck Wasser einnehmen).
3. Vorsicht: nicht weitergeben wenn sich die Beschwerden verschlechtern oder neue Symptome auftreten!
4. Wenn deutliche Verbesserung der Beschwerden eintritt, bitte Abstände deutlich vergrößern oder die Einnahme einstellen!
5. Wenn innerhalb von 6 Gaben (Trockengabe und 5 fraktionierte Gaben) keine deutliche Besserung ist das Mittel falsch gewählt.
6. Je heftiger die Beschwerden, desto kürzere Abstände!

Zum Transport der licht- und strahlenempfindlichen homöopathischen Arzneien empfiehlt sich, besonders bei Flugreisen, ein Strahlenschutzbeutel, z.B. von HAMA: Extradicke Ausführung, ursprünglich für Filme bis ISO 3200/36 DIN. Schützt homöopathische und andere empfindliche Medikamente vor Strahlenbelastung, z.B. am Flughafen und im Flieger. Bestens geeignet für Reiseapotheken, die in den Urlaub mitgenommen werden möchten. Maße: 24 x 15,5 x 7 cm Gewicht: 216 g (erhältlich in Fotozubehörläden oder übers Internet).