
Dr. Friedrich P. Graf

**Homöopathie und die
Gesunderhaltung von Frauen**

Verfasser:

Dr. Friedrich P. Graf
Lütjenburger Straße 3
24306 Plön

Umschlagbild:

Drei Terrakottaskulpturen (Gnaden) aus Impruneta in der Nähe von Florenz, Toskana.

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handele.

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, insbesondere das Recht des Nachdrucks, der Wiedergabe in jeder Form und der Übersetzung in andere Sprachen, behalten sich der Autor und der Verlag vor. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Verlags reproduziert werden. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung, Nutzung und Verwertung in elektronischen Systemen.

Erstauflage 06-2013
Printed in Germany

© 2013 by sprangrade verlag
D-24326 Ascheberg
Telefon 0 45 26 - 38 07 03
Telefax 0 45 26 - 38 07 04
www.sprangrade.de

Buchgestaltung: Josefine Graf, Kiel
Satz und Druck und Einband: DruckZentrum Neumünster GmbH

ISBN: 978-3-934048-06-5

Dr. Friedrich P. Graf

**Homöopathie und die
Gesunderhaltung von Frauen**

sprangrade verlag

„Frauen sind von Natur aus besondere Geber. Geben und Schenken macht nun mal zufriedener als Nehmen. Frauen sind außerdem reif genug, um mit den Veränderungen im Erwachsenenleben besser umzugehen. Sie sind auf Veränderung programmiert. Männer bleiben Kleinkinder.“

George E. Vaillant, Psychiater und Harvard-Professor (im Interview über die seit 1967 fortlaufende Grant-Studie an gesunden Harvard(Medical School)-Absolventen und deren Lebenslauf, im Magazin der Süddeutschen Zeitung Nummer 13, 28.3.13, S.38)

Danksagung

„Für die Erstellung dieses voluminösen Werkes durfte ich viele Krankenberichte betroffener Frauen erfahren und begleiten. Ich danke hiermit allen Frauen, die mir ihr Vertrauen im Umgang mit ihren Nöten schenkten. In besonderer Weise fühle ich mich den Hebammen verpflichtet, die sich mit einem hohen Einsatz um die Unterstützung der Schwangeren, Gebärenden und Stillenden kümmern. Mit viel Engagement wurde mir auch bei der Fehlersuche - und korrektur durch die Hebamme Frau Grit Kretschmar-Zimmer und durch die Germanistin Laura Winter geholfen. Ohne die Unterstützung durch meine Familie hätte solch ein Werk nicht in einem Privatverlag entstehen können. Frau Josefine Graf hat das gesamte Buchdesign entworfen, Timon Graf kümmert sich um die Internetbe-lange und Frau Fenna Graf um den Verlag. Für den Inhalt bin ich verantwortlich.“

Sprangrade, Ascheberg im Mai 2013 Dr. Friedrich P. Graf

Vorwort	11
Einleitung	15
I. Was ist Homöopathie?	21
II. Häufige Fragen an die Homöopathie	31
III. Die Pulsatilla- und die Sepia frau	35
IV. Chronische Frauenkrankheiten und die Arzneigruppe der Nosoden	51
V. Impfungen	73
1. Allgemeines	73
2. Humane Papillomaviren (HPV)	75
3. Hepatitis B (Hep. B)	79
4. Röteln	79
5. Impfungen und das Krebsrisiko	82
6. Thuja occidentalis (Thuj.) und die Sykosis	84
VI. Blutungen und Schmerzen	95
1. Die akute gynäkologische und geburtshilfliche Behandlung	95
2. Blutungen	97
2.1. Helle Blutungen (Nux moschata)	103
2.2. Dunkle Blutungen (Cocculus indicus, Cyclamen europäum)	115
3. Schmerzen	127
VII. Die Frau nach der Pubertät, der Teenager (Calcium phosphoricum)	147
VIII. Die Zyklusstörungen (Phosphor)	155
IX. Verhütung, Antikonception (Follikulinum)	169
1. Allgemeines	169
2. Pille und Spirale	171
3. Barrieremethoden	177
4. Natürliche Verhütung	178
5. Verhütungspraxis	181
6. Verhütung und Homöopathie	183
X. Sexualität	189
1. Allgemeines	189
2. Unterdrückung der Sexualität (Delphinium staphisagria)	191
3. Sexueller Missbrauch	196
XI. Dysmenorrhoe - die schmerzhafteste Periode	205
XII. Sterilität (Natrium muriaticum)	215
XIII. Schwangerschaft	229
1. Allgemeines (Magnesium carbonicum)	229
2. Ernährung und Arzneikonsum	256
3. Übelkeit und Erbrechen	258
4. Sodbrennen	267

5. Fehlgeburt, Abort, Frühgeburt, vorzeitige Wehen	269
6. Das Eisenproblem	280
7. Muskelkrämpfe	283
8. Schwangerschaftsdiabetes	285
9. Stimmungsveränderungen der Schwangeren	291
10. Der letzte Schwangerschaftsmonat	293
XIV. Die Geburt (Kalium carbonicum) 297	
1. Allgemeines	297
2. Der Blasensprung	308
3. Wehen und Schmerzen	310
4. Blutungen	317
5. Plazentageburt	318
XV. Das Wochenbett (Calcium carbonicum) 319	
1. Allgemeines	319
2. Geburtsfolgen	324
3. Harnblasenstörung	325
4. Darm-/Verdauungsstörung	325
5. Schwäche im Wochenbett	325
6. Nachwehenschmerzen	328
7. Fieber im Wochenbett	330
8. Wochenfluss (Lochien)	331
9. Stimmungsstörungen nach der Geburt	332
XVI. Stillprobleme 345	
1. Allgemeines	345
2. Mastitis (Lac caninum) 346	
3. Verletzungen der Stillbrust	353
4. Störungen der Brustwarzen	354
5. Milchflussregulation	356
6. Abstillen	357
XVII. Das erste Halbjahr nach der Geburt 359	
1. Allgemeines	359
2. Schwächezustände im ersten Halbjahr (China officinalis) 361	
3. Haarausfall in der Stillzeit	367
XVIII. Entzündungen des äußeren Genitals 369	
1. Allgemeines	369
2. Scheideninfekte (Sulfur) 369	
3. Bartholinitis	381
4. Afterbeschwerden und Hämorrhoiden	383
XIX. Entzündungen des inneren Genitals (Medorrhinum) 391	

XX. Die gutartigen Tumore 401	
1. Allgemeines	401
2. Warzen, Kondylome	402
3. Polypen	411
4. Ovarialzysten	414
5. Myome	425
6. Endometriose	432
XXI. Die sykotischen Störungen der Brüste (Silicea) 439	
1. Allgemeines zur Sykosis der Brüste	439
2. Brustzysten	447
3. Das prämenstruelle Syndrom (PMS)	448
4. Milchfluss bei nicht stillenden Frauen	463
5. Brust und Schilddrüse	466
6. Gutartige Knoten der Brust und fibrozystische Mastopathie	469
XXII. Die Wechseljahre, das Klimakterium 473	
1. Allgemeines	473
2. Das Klimakterium und die Therapien der konventionellen Medizin	478
3. Alternativen	479
4. Homöopathie in den Wechseljahren	485
4.0. Allgemeines	485
4.1. Hitzewallungen (Lachesis muta) 488	
4.2. Herzbeschwerden	505
4.3. Hypertonie (Aurum) 508	
4.4. Migräne	509
4.5. Blutungen	511
4.6. Anämie	512
4.7. Erschöpfung (Selen) 513	
4.8. Depression (Natrium sulfuricum) 513	
4.9. Adipositas	519
4.10. Deszensus	521
XXIII. Störungen und Erkrankungen der Harnwege 523	
1. Allgemeines	523
2. Die akute Blasenentzündung	525
3. Die Harnverhaltung	530
4. Blasenstörungen bei Gebärmutterverlagerungen	531
5. Unfreiwilliger Harnabgang	532
6. Steinleiden, Blasen- und Nierenkoliken (Lycopodium clavatum) 533	

XXIV. Beckenbodenschwäche, Harninkontinenz	541
1. Syphilis	541
2. Beckenbodenschwäche	542
2.1. Konventionelle Therapie bei Beckenbodenschwäche	545
2.2. Alternativen	546
2.3. Homöopathie und Beckenbodenschwäche (Palladium)	547
3. Harninkontinenz	551
3.1. Harninkontinenz allgemein	551
3.3. Konventionelle Therapie	554
3.4. Alternative Therapien	556
3.5. Homöopathie bei Harninkontinenz (Causticum)	557
XXV. Lichen sklerosus et atrophicus vulvae	563
XXVI. Die bösartigen Tumore, das Krebsleiden	569
1. Allgemeines	569
2. Was ist Krebs?	576
3. Konventionelle Krebstherapie	587
4. Alternativen in der Krebstherapie	589
4.1. Toxine und Glutathion	589
4.2. Direkte Chromosomenbeschädigung	590
4.3. Allgemeine Aspekte alternativer Krebstherapie	593
4.4. Ernährung und Krebs	594
4.5. Kuhmilch	598
4.6. Trinkwasser	602
4.7. Übergewicht	605
4.8. Alternative Krebstherapien	617
4.9. Psyche und Krebs	618
4.10. Zusammenfassung der Alternativen bei Krebs	623
5. Homöopathie bei Krebs	624
5.1. Allgemeines (Carcinosinum)	624
5.2. Homöopathische Krebstherapie	628
5.2.a. Vor der Krebsdiagnose	632
5.2.b. Homöopathie während der Krebserkrankung	634
5.2.c. Homöopathie zusammen mit Schulmedizin während der Krebsbehandlung	638
c.1. Operation	638
c.2. Folgen der Chemotherapie	639
c.3. Folgen der Bestrahlung	640
c.4. Wundheilungsstörungen bei Krebstherapie	640
c.5. Narbenreaktionen	641

5.2.d. Homöopathie nach der konventionellen Krebsbehandlung (X-Ray, Radium bromatum)	641
6. Spezielle Tumorentwicklung	645
6.1. Zervixkarzinom	645
6.1.1. Zervixdysplasie, Frühstadien	645
6.1.2. Zervixkarzinom	655
6.2. Uteruskarzinom	659
6.3. Ovarialkarzinom	661
6.3.1. Allgemeines	661
6.3.2. Diagnose des Ovarialkarzinoms	663
6.3.3. Arten der Eierstocktumore	664
6.3.4. Konventionelle Therapie des Ovarialkarzinoms	665
6.3.5. Alternativen	665
6.3.6. Homöopathie und das Ovarialkarzinom	666
6.4. Mammakarzinom	667
6.4.1. Allgemeines	667
6.4.2. Gründe für die hohe Rate von Brustkrebs	668
6.4.3. Ableitbare Alternativen	676
6.4.4. Besonderheiten und Vorstufen beim Brustkrebs	677
6.4.5. Screening-Verfahren	680
6.4.6. Alternativer Umgang mit dem Screening Mammografie	683
6.4.7. Sekretion aus der Brustwarze	685
6.4.8. Zusammenfassung Screening	686
6.4.9. Konventionelle Therapie bei Brustkrebs	688
6.4.10. Brustkrebs in der Schwangerschaft	691
6.4.11. Homöopathie bei Brustkrebs (Conium maculatum)	692
6.4.12. Nachbehandlung von Brustkrebspatientinnen (Lac humanum)	698
XXVII. Homöopathie bei Operationen und kleineren Eingriffen	701
XXVIII. Schlusswort	705

Anhang

Arzneiübersicht	707
Literatur und Referenzen	713
Index	721

Vorwort

Dieses Buch wendet sich an alle, die an der Selbstheilung mit Homöopathie interessiert sind. Es soll eine andere Sichtweise der Gesunderhaltung zu dem Mainstream der Gegenwart aufzeigen. Krankheiten und gesundheitliches Unwohlsein der Frau sollen ganzheitlich beurteilt werden. Schwangerschaft und Geburt sowie die Gesundheit der Kinder werden strenger beachtet, weil die nächsten Generationen den besonderen Lebensvorteil mit mehr Gesundheit gewinnen können.

Ich verfolge das Ziel, die Aktivitäten der konventionellen universitär gelehrten (Schul-)Medizin zum längerfristigen Vorteil der Betroffenen auf ein erträgliches und dann berechtigtes Minimum (Notfall, Operation, Organersatz, Schadensabwendung) zurückzuführen. Schon immer war es mir ein Dorn im Auge, dass bereits der Beginn von Erkrankungen ein Verordnungsfeld von wirkungsintensiven rezeptpflichtigen Medikamenten ist. Der selbstverständliche Griff zu Schmerz- oder Beruhigungsmitteln, zu Fiebersenkern oder gar zu Antibiotika erfreut zwar die Pharmaindustrie, wird aber zum gesundheitlichen Problem der Betroffenen, die keine Geduld mehr aufbringen, sich erst einmal anzuschauen, was da auf sie zukommt und was es für sie bedeutet. Es gibt genügend Erfahrungsmedizin, um die Frühentwicklung von Störungen erträglich zu machen, ohne diese ersten Warnzeichen und Symptome zu unterdrücken. Bedauerlich ist das nachlassende Wissen über unsere heimischen und kulturell gereiften Heilmittel aus der Natur. Geradezu absurd erscheint mir die Verwendung von chinesischen Kräutermixturen, wenn wir doch selbst über genügend heimische Rezepturen verfügen.

Ein weiteres Unbehagen bereiten mir die Absichten der Schulmedizin, ohne ein ganzheitliches Konzept „Vorsorge“ zu betreiben. Sicherlich sind Erkenntnisse bedeutsam, wie krank das Rauchen, der Alkohol, die ungesunde Ernährung oder der Bewegungsmangel machen. Aber welche Berechtigung gibt es, gesunden Menschen, insbesondere Schwangeren und Kindern, in Routine Arzneien in bedenklicher Menge und Regelmäßigkeit zu geben, wenn doch nur allzu wenige davon profitieren könnten? Mit vielfacher ärztlicher Unterstützung wird zu Vitaminpräparaten und Nahrungsergänzungsmitteln gegriffen. Dabei ging es Europa wirtschaftlich und versorgungstechnisch noch nie so gut wie heute. Sind das alles Geschäftsideen?

Die Homöopathie ist in Deutschland von Samuel Hahnemann (1755-1843) entwickelt worden. Eine preiswerte und höchst individuelle Therapie, die nachvollziehbar vorteilhaft ist, um langfristig und nachhaltig gesund werden und bleiben zu können. Jeder kann diese Therapie für sich

nutzen, auch wenn die schulmedizinischen Kritiker nicht müde werden, die Homöopathie abzukanzeln. Über 200 Jahre hat diese Therapie sich bewährt und überlebt. Die Feindseligkeiten erklären sich aus der scheinbaren Irrationalität der homöopathischen Arzneien, weil diese nicht mit den Methoden der Schulmedizin zu erfassen sind. Vielmehr noch ärgert die konventionellen Mediziner, dass Homöopathen die Schulmedizin und ihre Verordnungen überflüssig machen, wenn sich Erfolg einstellt.

Alle Maßnahmen der Schulmedizin werden kritisch hinterfragt, wenn sie denn die Selbstheilung beeinträchtigen oder gar unerträglich behindern. Das sind vorrangig sinnlose Arzneitherapien bloß aus Routine, Daueranwendungen von Medikamenten und besonders das Impfverfahren. Mit den Bedenken durchkreuzen Homöopathen den selbstherrlichen und diktatorischen Umgang mit so genannten „Prophylaxen“, sodass auch das Vertrauen zu Ärzten, die diese Maßnahmen propagieren, allgemein leidet. Konventionelle Praxen können sich dennoch diese rigiden Haltungen erlauben, weil die Konkurrenz durch die Begrenzungen der Niederlassung bei Kassenärzten weitgehend ausgeschaltet ist oder in die Privatpraxis abgedrängt wurde. Daneben blüht der Markt der Heilpraktik. So erscheint dem normalen Bürger die Homöopathie als etwas Absonderliches, das man sich nur mit viel Geld beim Privatarzt oder Heilpraktiker leisten kann.

Wer seine Gesundheit mit Bedacht schützt und vorrangig Selbstheilung anstrebt, dem kann schon früh durch Aufklärung, Vermeidung und im gewissen Rahmen durch Selbstverordnungen Unterstützung angeboten werden. Dieses Anliegen verfolgt das vorliegende Werk. In fast allen Kapiteln zeigt dieses Buch dem Laien Möglichkeiten der Selbstbehandlung im Vorfeld der ärztlichen Therapie auf. Den in der Homöopathie bereits erfahrenen LeserInnen sollen meine in über dreißigjähriger Praxis erworbenen Einsichten eine Hilfestellung für die Einschätzung ihrer Leiden und für die Anwendungen sein.

Beiden, dem Laien und dem schon Wissenden, möchte ich eindrücklich aufzeigen, dass oberflächliches Kranksein zumutbar ist und abwartend hinterfragend genutzt werden soll, um chronisches Siechtum, Komplikationen und gar lebensbedrohliche Zustände auf lange Sicht zu reduzieren.

Mit den Beschreibungen der einzelnen Arzneibilder möchte ich dem Laien Einblick in den Umfang und in die Tiefe homöopathischer Arbeit aufzeigen, aber auch allen redlich um Einzelmittelverordnung bemühten Homöopathen Respekt und Anerkennung zukommen lassen, weil sie sich so intensiv mit ihren PatientInnen auseinandersetzen.

Die in der Homöopathie noch Unerfahrenen sollen, sobald sie sich in eine angeleitete homöopathische Behandlung eingelassen haben, eine umfangreichere Selbstbehandlung nur in Absprache und Begleitung mit den erfahrenen HomöopathInnen durchführen. Ich möchte ausdrücklich

zur homöopathischen Selbstbehandlung wie auch zur dauerhaften Begleitung durch Erfahrene ermutigen.

Eine qualitativ gute homöopathische Arbeit setzt voraus, dass zu Beginn eine Anamnese, ein Aufnahmegespräch und eine Untersuchung über ein bis zwei Stunden Dauer durchgeführt werden, die dann in die Verordnung von Einzelarzneien münden. Wer von seinem Homöopathen mehr als eine Arznei erhält, gar drei und mehr gemeinsam, kann davon ausgehen, dass dieses Verhalten nichts mit der originären Homöopathie zu tun hat, der Überblick und die Erfahrung fehlen und Misstrauen angebracht ist!

Und nun noch ein weiteres klares Wort vor dem Einstieg in dieses Buch: Ich entstamme einer Arztfamilie in fünfter Generation. Ich habe einen Weg von der konventionellen Medizin zu den Alternativen wie der Akupunktur und der Homöopathie kennen und schätzen gelernt. Dabei bin ich mir sehr über die Leistungsfähigkeit der konventionellen Medizin im Klaren und schätze die Vorteile, wenn es um Notlösungen geht. Ich nutze die Schulmedizin, wenn der/die PatientIn keine eigene Lösung mehr schafft und in Gefahr zu kommen droht. Ich weiß aber auch um die Konzeptlosigkeit dieser Medizin und sehe nicht ein, dass sie absolute Ansprüche stellt und Verpflichtungen zur Teilnahme einfordert. Manche Äußerungen über die Schulmedizin in diesem Buch werden den LeserInnen vermutlich sehr polemisch erscheinen. Jedes Mal wird es sich aber um unerfreuliche und übliche Vorgehensweisen handeln, die mir in der Praxis in unangenehmer Weise begegnen. Mit einer gewissen Emotion reagiere ich nicht nur in der täglichen Praxis, sondern nun auch in diesem Buch. Ich habe davon abgesehen, diese Passagen zu neutralisieren, da mir mehr an der Klarstellung, der Botschaft und der Veränderung liegt.

Zuletzt noch einige Worte zur Themenbehandlung: Ich stelle zuerst den konventionellen Teil einer Krankheit oder eines Syndroms dar, gebe dazu meine Einschätzung, lasse alternative Vorschläge folgen und münde in die homöopathische Vorgehensweise. Im Vordergrund stehen Erfahrungswerte und im Hintergrund die Wissenschaftlichkeit und die statistischen Ergebnisse, hinter die allein die Schulmedizin sich stellt. Wissenschaftliche Untersuchungen bedienen viel zu häufig wirtschaftliche Interessen. Daher sind die Ergebnisse mit Vorsicht zu betrachten. Häufig zitiere ich Quellen, die Alternativen begünstigen und der Selbstbestimmung der Patientin dienen können.

Nun wünsche ich allen meinen Leserinnen und Lesern, dass ihnen dieses Buch ein informativer Begleiter in Fragen Ihrer Gesundheit wird und ihnen neue Impulse gibt, um Krankheiten ernsteren Ausmaßes zu vermeiden oder aufzulösen. Schließlich sollen es die Bedürftigen selbst sein, die über sich und ihre Behandlungen entscheiden.

Dr. Friedrich P. Graf

Einleitung

Jede andere medizinische Behandlung als die gängige wird besser sein, der Hilfe suchenden Frau mehr dienen, wenn sich diese Therapie an den individuellen Schwächen und Beeinträchtigungen der Patientin orientiert und - wie alle natürlichen Therapieformen - Reizcharakter besitzt, um den eigenen Fähigkeiten zum Durchbruch zu verhelfen. Alle Therapien setzen voraus, dass der Mensch Fähigkeiten zur Reparatur, zur Selbstheilung besitzt. Leben heißt fließen, dauernd in Bewegung sein. In keiner Sekunde unseres Lebens steht die Blutsäule still. Folglich sind krankhafte Hindernisse lange Zeit dynamisch lösbar, weil sie auch so entstehen. Indem der Mensch an seinen Schwachstellen derartig gereizt wird, dass er selbst Überwindungs- und Lösungsfähigkeiten hervorbringt, helfen wir, erstens die Krankheit anzunehmen und zu verstehen und ermöglichen zweitens das Erleben der eigenen Kraft (Ich-Kraft), der Fähigkeit, Krisen selbst zu lösen und in vollem Bewusstsein zu durchstehen! Das sind entscheidende Vorteile, die Unzumutbares verhindern helfen und die Nachhaltigkeit der eingeleiteten Maßnahmen ausmachen.

Deshalb soll gleich hier in der Einführung der wesentliche Unterschied zur Schulmedizin deutlich werden: Die konventionelle Medizin favorisiert im Prinzip die in die Passivität führende und belastende Unterstützung (durch Schmerzmittel, Fiebersenkung, Antibiotika, Operation etc.) und setzt den Arzt über alle Entscheidungen. Die Homöopathie regt subtil die Selbstheilungskraft an und fordert von dem Patienten eine aktive Rolle, gut für sich selbst zu sorgen.

Es muss aber sogleich einer Illusion vorgebeugt werden: Wer nicht bereit ist, in krankhafte Entwicklung hineinzugehen, Schmerz bis zu einer vertretbaren Grenze zu ertragen und Geduld aufzubringen mit den Lebensprozessen, wie sie sich natürlicherweise entwickeln, der sollte dieses Buch gleich beiseitelegen und sich weiterhin vertrauensvoll an seinen bisherigen Therapeuten halten.

Wer allerdings den Weg zum „Ich“, die Selbsterfahrung sucht, wird hier erste nützliche Hinweise bekommen, wie sich Körper-Seele-Geist unter krankhaften Bedingungen verändern und mit der Homöopathie vorteilhaft beeinflussen lassen. Die Leidensfähigkeit des Menschen wird bei dieser Therapieform natürlich nicht grenzenlos geprüft. Es soll nur von vornherein die innere Bereitschaft geweckt werden, zumutbare Befindlichkeitsstörungen zu ertragen, wenn es sich um Vermeidungs- oder Lösungsabsichten tieferer krankhafter Prozesse handelt oder um Krankheitsentwicklungen, die bereits im Beginn angenommen und ausgeheilt werden können.

Der Schulmedizin mangelt es an einem Konzept, chronische Krankheiten zu verhindern. Es fällt auf, wie erfolgreich sie dagegen akute Krankheiten beenden kann (Notfallmedizin, Arzneien, Operation). Je mehr man sich mit dem Spannungsfeld zwischen gesund und krank beschäftigt, desto stärker gewinnt man den Eindruck, dass die meisten Akuterfolge nur sehr kurzfristig betrachtet werden, Fragen der Nachhaltigkeit unbeachtet bleiben. Die tieferen Hintergründe und Zusammenhänge in einem Menschen, seine Langzeitprognose, werden zu wenig einbezogen. Es ist ja auch so einfach und verlockend, eine akute Blasenentzündung sofort mit einem Antibiotikum zu behandeln oder ein Scheidenjucken mit Antipilzstäbchen zu beenden. Nur verwundert es nicht, dass sie bald wieder kommen. Denn im Gegenteil wird bei abwartender Geduld sichtbar, dass das Akute Teil eines chronischen Grundthemas sein kann, dass ein Mensch durch Akutkrankheiten in seiner chronischen Belastung Erleichterung sucht. Es gibt also gute Gründe, warum eine akute Entzündung erscheint. Es ist nur etwas mühseliger, die Hintergründe und ganzheitlichen Zusammenhänge zu prüfen. Und schließlich bedarf es dann Methoden, diese Erkenntnisse zu nutzen. Hier leistet die Homöopathie Erstaunliches!

Mit der Unterdrückung des Akutgeschehens vertieft sich aber langfristig chronisches Leid. So hat die unterdrückende medikamentöse Behandlung eines lästigen Scheideninfekts oder eines Scheidenausflusses nur den Sinn, der Patientin diese Beschwerden vordergründig zu nehmen. Die Frau besitzt aber eigene Fähigkeiten, das Problem zu lösen. Man wird also in einem solchen Fall alternativ nicht umhin kommen zu fragen, welche tieferen Bedingungen ihres Seins an der Entwicklung dieser lästigen Störung beteiligt sind. Das Organ Scheide verfügt über ein biologisch eingerichtetes Säuremilieu, das krankhafte Belastungen abweisen kann. Übergeordnete hormonelle Vorgänge garantieren diese örtliche Harmonie. Allein eine tiefe seelische Not, bezeichnenderweise im sexuellen Bereich (z. B. nach sexuellem Missbrauch in früher Kindheit) in Verbindung mit aktuellen Krisen in der Partnerschaft können der eigentliche Hintergrund für dieses örtliche Geschehen sein. Solange ihre Beschwerden anhalten, wird diese Frau auf der Suche nach den Ursachen bei sich selbst beginnen und bei guter Begleitung an den Kern ihrer chronischen Lebensstörung kommen können. Das örtliche Geschehen könnte ihr dann als eventuelle unbewusste Ablehnung des Sexualpartners und des Sexualakts verständlich werden. Ein frühes seelisches Trauma könnte also durch die schulmedizinische Lokalbehandlung weiter verschleiert bleiben und dieser Frau eine ausgeglichene und authentische Lebenseinstellung zunehmend unmöglich machen. Es könnte damit ein chronischer, ihr inneres Leben (zer-)störender Herd mit ungewissen Zukunftsaussichten bleiben, sofern eine zu erwartende, ständige Wiederholung der gleichen Scheidenstörung (sog. Rezidivneigung) und die damit

verbundene Wiederholungsbehandlung die ganze innere Not noch verschärft.

Der Mensch ist nicht aufteilbar in verschiedene Organregionen, die dann auch noch jeweils fachärztlich verwaltet werden. Jedes örtliche organische Geschehen entsteht aus dem Kontext Mensch und seinem jeweiligen psychosozialen Spannungsfeld, also aus sich selbst heraus. Jede krankhafte Lokalentwicklung hat ihre Vorgeschichte, ihren Weg. Hier die entsprechenden Zeichen zu erkennen, zu verstehen und ganzheitlich mit ihnen abwartend und aufklärend umzugehen, führt zu mehr persönlicher Integrität, zu mehr Wohlbefinden und Gesundheit.

Was ich bisher skizziert habe, beschreibt Vorgänge, die heute in der Psychosomatik und darüber hinaus in der Psychoanalyse/Psychotherapie behandelt werden. Ich will hier meine Sympathie für alle Therapieverfahren, die zuerst die Psyche im therapeutischen Blickfeld betrachten, nicht verhehlen. Die alltägliche Arztpraxis des Allgemeinmediziners hätte hier wichtige Aufgaben zu erfüllen, um „Lokalreparateure“ an ihrem Tun zu hindern. Diese Funktion wird aber wegen der „Fünf-Minuten-Medizin“ und der Unterbewertung von Gesprächen mit der Patientin heutzutage kaum mehr wahrgenommen. Die Psychotherapie findet ihren erbärmlichsten Ausdruck in der sofortigen Verordnung von Psychopharmaka. Auf diese Weise werden persönliche Probleme nur verschoben und nicht behoben.

Die verbale Psychotherapie, die Gesprächstherapie, ist die menschlichere Lösung. Aber das Sprechen - soweit es überhaupt möglich ist - berührt nur die geistige Sphäre, führt zu Einsichten, durch die allein ganzheitliche Lösungen nicht zwingend erfolgreich sind. Aber Einsichten helfen zunächst weiter, das eigene Handeln zu überdenken. In der heutigen Praxis bedeutet dieses Vorgehen einen immensen Zeit- und Geldbedarf. Die Psychoanalyse kann über Jahre andauern. Hier kommen wir also bald an die Grenzen des Praktikablen und Wirtschaftlichen. Die Depression ist heute als „Volkskrankheit“ anerkannt, aber mit diesem Arztsystem nicht mehr zu bewältigen.

Um wie viel eleganter und billiger ist dagegen die Homöopathie: Eine wie auch immer erkrankte Frau wird ihre Unfähigkeit, den krankhaften Prozess zu lösen, sowohl in objektiven, in zur Krankheit gehörenden Symptomen als auch in individuellen, in subjektiven Symptomen ausdrücken. Die objektiven Symptome führen zu der schulmedizinischen Diagnose und bei zusätzlichem Leidensdruck zum ärztlichen Handlungsbedarf. Mit den individuellen Symptomen beschreibt die Patientin ihre persönliche Notlage, ihre durch die Krankheit erworbenen Empfindlichkeiten, die in den Symptomen zum Ausdruck kommen. Zu der subjektiven Symptomenlage müssen wir nun dasjenige Arzneimittel suchen, das ein ähnliches Leiden (griechisch: homoion pathos) hervorbringen kann. Gesunde Arzneiprüfer

haben in Selbstversuchen ihre individuellen Empfindlichkeiten erlebt und beschrieben. Dieses Arzneiwissen steht seit über 200 Jahren zur Verfügung. Diese eine nun als „ähnlich“ erkannte Arznei wird ihr, der Patientin, in verdünnter und verschüttelter (= dynamisierter) Form gegeben. Daraufhin wird sie aufgrund der Ähnlichkeitsbeziehung einen Reizeffekt als eine Provokation, als eine Steigerung ihrer Empfindlichkeiten wahrnehmen. Patienten beschreiben dies als Erstverschlimmerung, Homöopathen wählen die Bezeichnung Erstreaktion. Nach einer anfangs möglichen, kurzzeitigen Verschlechterung werden sich alle körpereigenen Kräfte stimuliert zeigen und eine Ordnung und Harmonie wiederherstellen, die ihren inneren natürlichen Gesetzen folgt (Zweitreaktion). Die biologische Entwicklung der Krankheitsauflösung folgt dem gleichen Weg wie ihre Entstehung: *Von innen nach außen gerichtet, vom Zentrum zur Peripherie, vom zentralen Nervensystem zur Schleimhaut und Haut, vom Vollorgan zum Hohlorgan und weiter zu den Mündungen, den Körperausgängen.*

Das bedeutet aber auch, dass dieser biologisch richtige Weg unterstützt und verfolgt werden muss. Denn solange das geschieht, entschärft sich der gesamte Krankheitsprozess. Am Ende lohnt die Geduld, den peripheren Störungen Zeit gelassen zu haben, sie nicht vorrangig unterdrückt und beseitigt zu haben.

Was ist nun zu beobachten? Der innere zentrale Reaktionsablauf führt zu Klärungen. Die „Verschlimmerung“ macht das Leiden noch unerträglicher und der Mensch beginnt spontan und authentisch zu handeln, wird aktiv. Der Frau werden die Ungereimtheiten in ihrer Beziehung klarer und sie ändert ihr Verhalten. Man kann auch sagen, sie reduziert ihren inneren Druck, und die peripheren Störzeichen (oder auch Alarmzeichen) werden immer weniger notwendig, klingen ab. Die Scheide normalisiert und stabilisiert sich wieder, trotz vormalig festgestellter Besiedelung mit pathogenen Keimen. Sie sind schließlich nicht mehr nachzuweisen, einfach verschwunden, besiegt von einer normalisierten Schleimhautflora. Das Gleiche geschieht in der Harnblase, auch wenn zuvor eine Entzündung mit einer viel zu hohen Keimzahl festgestellt wurde. Aus diesen Beobachtungen und Lösungen erklärt sich die Haltung vieler Homöopathen, dass „Erreger“ nicht die Ursache von Erkrankungen sind! Vielmehr gibt jeder Mensch aus eigenen Bedingungen den Erregern den Raum, den sie für ihre Vermehrung benötigen. Nach Erregern sucht die konventionelle Medizin, weil sie Antimittel einsetzen möchte. Homöopathen unterstützen die Bemühungen der Erkrankten, die innere Stabilität wieder zu erlangen. Dann kann für den Patienten der Verzicht der Antimittel möglich werden. Das erfreuliche Ergebnis ist die Leistung der Überwindung der Krankheit aus eigener Kraft als gewonnene Erfahrung.

Es müssen sich nach einer homöopathischen Arzneigabe nicht immer gleich Harmonie und vollständige Heilung einstellen. Gerade bei chro-

nischen Krankheiten kann nach der ersten Arzneieinnahme beobachtet werden, dass eine Entwicklung nur angeschoben wird, dass zunächst eine ältere, vormals behandelte Störung wieder erscheint, von der sich die Patientin früher durch die Schulmedizin befreit glaubte. Das ist zunächst ein Ärgernis für die Patientin, aber dennoch sehr günstig. Beweist es doch, dass es nach der damaligen Behandlung keine Heilung gegeben hat, sondern nur eine Unterdrückung. Nun sind wir in der Regel gut beraten, nicht einzugreifen, sondern dem Heilungsverlauf zunächst seinen eigengesetzlichen Weg zu belassen. Dieser Frau wird nun eine zweite Chance gegeben, das alte Leiden nochmals aus eigener Kraft aufzulösen, denn es scheint durch sein Auftreten eine bedeutende Rolle in ihrer reduzierten Gesamtverfassung zu spielen.

Das Problem in der Praxis stellt sich nun mit der Geduldsfrage für Patientin und Behandler: Sucht die betreffende Person nämlich andersorts Hilfe, werden jene Entwicklungen nicht berücksichtigt und wieder allein örtlich wirkende Maßnahmen angewendet. So können daraus leicht ein Rückfall und eine Vertiefung des chronischen Leidens mit abnehmender Heilbarkeit resultieren. Einem Homöopathen kann das auch passieren, wenn er den Überblick über die Reaktionen nach seiner ersten Arzneigabe verliert und voreilig eine erneute Verordnung gegen die Erstreaktion vornimmt.

Im Prozess der homöopathischen Heilung, der den natürlichen Weg der Selbstheilung anregt, durchlebt die Frau ihre alten Leiden. Dieses wird kurzfristig übertrieben (provoziert) und oftmals unerträglich, sodass sie gezwungen wird, es anzunehmen. Dabei löst sie ihre Störung zuerst nur im Geist, dann in der Seele und zuletzt im Körper. So erlangt sie Bewusstheit, fühlt sich selbst und erlebt abklingende körperliche Symptome. Sehr häufig schließt sich diesem Vorgang das Verlangen nach einer Psychotherapie an, eine ideale und dann besonders ergiebige Ergänzung zur Homöopathie, die in den meisten Fällen jedoch nicht notwendig ist. Die Homöopathie wird, wenn es nicht mehr weitergeht, langfristig am besten ergänzt durch die Chirurgie. Denn wenn organische Verhältnisse nicht mehr behebbbar sind z. B. durch Elastizitätsverluste und Gewebeschäden wie bei fortgeschrittener Gebärmutterensenkung, bei Leistenbrüchen, bei Krampfadern oder wenn sich Tumore gebildet haben, also bei Zuständen, die auf die dynamische Eigenregulation nicht mehr genügend ansprechen, können wir an die Grenzen der Selbstheilung kommen.

Die Domäne der Homöopathie liegt in der Verhinderung und in der Beeinflussung chronischen Leidens, besonders durch das überlegte Begleiten der akuten Krisen, für die es - falls erforderlich - homöopathische Arzneiunterstützung gibt. Dieses Vorgehen erweist sich als besonders erfreulich, nützlich und erfolgreich in den Anfängen des Lebens: in der Schwangerschaft und bei der Geburt eines Kindes. Denn diese Lebensphase einer Frau bietet an sich ein hohes Maß an Persönlichkeitsentfaltung und

Selbsterfahrung, wenn man aktiv auf Betäubung verzichtet. Mit homöopathischen Arzneien gelingt dies gut! Der Gewinn durch die Homöopathie ist in jedem Fall für das Individuum zu sehen. Es wachsen das Selbstbewusstsein und das „Ich“ als **Grundlagen einer starken Persönlichkeitsentfaltung**, die mit sich in Harmonie kommen kann. Krankheiten haben dann immer weniger eine Chance, denn eine starke Persönlichkeit hat die geringsten Gründe zu erkranken.

Zunächst also kann die Homöopathie als eine Art Weichenstellung für die eigene Persönlichkeitsentwicklung verstanden werden, und zwar von klein auf. Sie kann in vorzüglicher Weise das heutige therapeutische Vakuum füllen, wenn Unwohlsein oder **Überempfindlichkeit (Allergie) vorherrschen, ohne dass substanziale** Organveränderungen vorliegen. Mein persönliches Anliegen ist es, von vornherein schulmedizinische Arzneien wie Fieberzäpfchen, Schmerzmittel, Antibiotika, Hormone und ganz besonders Kortison zu vermeiden, wo und wann immer es nur geht. Bei konsequenter homöopathischer Therapie werden unerwartete Notfälle immer seltener, und langfristig stellt sich gesundheitliche Stabilität ein - in etwa parallel zu der wachsenden Eigenverantwortung. So erfüllt die homöopathische Arznei im wahrsten Sinne den Inhalt des Wortes „Medizin“ (lat.: in mediam ducere): den Patienten in seine Mitte führen.

Wer also andere Wege als die von der konventionellen Medizin vorge-dachten und in Schemata festgelegten gehen möchte, kann mit den Androhungen von Maßnahmen wie Antibiotika, Hormone, Ausschabungen oder Operationen gänzlich anders umgehen. Diesen roten Faden verfolge ich im gesamten Buch.

I. Was ist Homöopathie?

Der Begriff wurde von Samuel Hahnemann (1755-1843) geprägt, der dieses Therapieverfahren entwickelte. „Homoion“ kommt aus dem Griechischen und heißt ähnlich, „pathos“ heißt Leiden, zusammen also „das ähnliche Leiden“. Medizingeschichtlich lässt sich am besten darstellen, was es mit der Homöopathie auf sich hat, und warum sie heute immer noch oder wieder so aktuell ist.

Samuel Hahnemann wurde 1755 in Meißen/Sachsen geboren. Als Zeitgenosse Goethes erwarb er sich zunächst als Chemiker einen wissenschaftlichen Ruf, studierte die Pharmazie, bevor er noch eine Medizinausbildung anschloss. Er zögerte zunächst jedoch, eine ärztliche Praxis zu gründen. Der Zustand der Medizin um 1790 war nach seinem Empfinden schlecht, denn sie ignorierte die Ganzheit Mensch, behandelte zu grob und zu verletzend. In der Regel war für die Patienten die Behandlung der Krankheit beeinträchtigender, als die Krankheit selbst zu ertragen.

Die Grundlage des medizinischen Handelns war damals die Säftetheorie nach Hippokrates, bei der es um die Vorstellung ging, dass der Mensch von vier verschiedenen Säften beherrscht werde. Waren diese Säfte nicht im Gleichgewicht, lag Krankheit vor, was zu übertriebenem Einsatz von Arzneien und zu Manipulationen am Körper veranlasste mit der Absicht, Ausscheidungen von „kranken“ Körpersäften zu steigern. Die gewonnene Ausgleichsbehandlung sollte die Gesundheit wiederherstellen. Bei den Arzneien mussten für diesen Zweck Überdosierungen gewählt werden, wodurch man Krankheitsbilder in Arzneivergiftungen überführte. Das Vergiftungsbild verdrängte schließlich die Krankheit.

Auch heute hat die Menschheit zu viele Arzneieinnahmen zu verkraften, da die reine naturwissenschaftliche Sicht der Krankheitsursachen in erster Linie stoffliche, materielle Lösungen anbietet. In den Kombinationen von Medikamenten, die keiner im Gesamteffekt mehr überblickt, liegt in der Gegenwart das Gefährdungsrisiko. Heute wie vor 200 Jahren ist ein Umdenken erforderlich, um Wege aus dem chronischen Kranksein zu finden! „Aude sapere“ - wage zu wissen, wählte sich Hahnemann als Leitspruch!

Zunächst verdiente sich Hahnemann seinen Lebensunterhalt mit Übersetzungstätigkeiten. Seine umfangreichen Sprachkenntnisse ermöglichten dies. So gelangte er an das Werk des schottischen Pharmakologen William Cullen, das er aus dem Englischen ins Deutsche übersetzte. Dieser schrieb über die Wirkung der Chinarinde (*China officinalis*), dass die Bitterkeit dieser Arznei die Magensäfte stimuliere, und so ihre erfolgreiche Wirkung bei der Behandlung von Malaria zu erklären sei. Ein Kapitel zuvor