

## Homöopathische Hausapotheke

Informationen über ergänzende homöopathische Arzneimittel

**W**er sich außerdem für die Homöopathie interessiert: hier einige Vorschläge für Mittel, die in eine homöopathische Hausapotheke gehören:

### *Pflanzliches Beruhigungsmittel*

Bei Nervosität, innerer Unruhe, Schlafstörungen und Schulängsten helfen homöopathische Arzneimittel aus Passionsblumenkraut, Baldrian und Melissenblätter.

z.B. Passedan Nerventropfen, Baldriankapseln, Similasan Schlafglobuli, Similasan Lampenfieberglobuli

### *Immun- und abwehrsteigerndes, pflanzliches Arzneimittel*

Besonders zu empfehlen während der kalten Jahreszeit und zur Unterstützung bei verschiedenen Infektions- und chronischen Erkrankungen und bei Wundeiterungen.

Hier gut geeignet die Pflanzenextrakte aus dem roten Sonnenhut,

- Echinacea D1 (Tropfen, Tabletten, Globuli): Bewährt bei allen entzündlichen und fieberhaften Prozessen. Stärkt das Immunsystem; scheint eine antibakterielle Wirkung zu haben.

- Belladonna D4 bei akuten, fieberhaften Erkrankungen, Kopfschmerzen, beginnender Mandelentzündung zu empfehlen.

- Chamomille D1 Bei Verdauungsstörungen, Ohr- und Zahnschmerzen hilft die Kamillenpflanze.

- Kamillentinktur (1 EL auf 1 l heißes Wasser) zum Inhalieren, für Teil- und Ganzbäder bei allen Entzündungsercheinungen.

- Arnica D1 bei Entzündungen und nach Operationen, bei Wunden, Prellungen, Verstauchungen.

- Ferrum phosphoricum (Eisenphosphat) Fieber- und Entzündungsmittel, bei akuten Erkrankungen wie Grippe, Mittelohrentzündung; unterstützend bei starkem Schnupfen und Reizhusten.

### *Wichtige Salben für die homöopathische Hausapotheke*

- Arnikasalbe: bei Blutergüssen, Zerrungen, Venenleiden

- Ringelblumensalbe: hat sehr gute wundheilende Eigenschaften

### *Wichtige alte Hausmittel für alle Fälle*

Bekannte Pflanzen mit gesundheitsfördernden Eigenschaften zur Krankheitsvorbeugung und Unterstützung der klassischen Schulmedizin sind außerdem:

- Knoblauch, Zwiebel Beide sind keimhemmend, halten den Cholesterinspiegel niedrig,

wirken mild blutdrucksenkend, und helfen zur Vorbeugung einer Arterienverkalkung.

- Salbei Antibakteriell, entzündungs- und schweißhemmend. Teemischungen und Bonbons helfen bei Husten, Entzündungen im Mund-Rachenraum, starkem Schwitzen und in den Wechseljahren.


- Meerrettich gerieben und eventuell mit Apfel vermischt, antibakteriell. Hilft bei Atemwegsinfekten, grippalem Infekt, Harnwegsinfekt, kann zur Prophylaxe gegen verschiedene Infekte eingesetzt werden.

- Propolis (Kittharz der Honigbiene): Unterstützt das Immunsystem, wirkt entzündungshemmend bei Infektionen im Hals-, Nasen- und Ohrenbereich sowie im Mund und Rachen. Die Einnahme ist besonders empfehlenswert während der kalten Jahreszeit zur Grippeprophylaxe.

Homöopathische Arzneimittel und Naturheilmittel sollten nicht dazu verleiten, den oft notwendigen Weg zum Arzt zu versäumen.

Die Homöopathie sollte die Schulmedizin idealerweise ergänzen und unterstützen.

Um Ihre Gesundheit bemüht,  
Ihr Betriebsarzt

  
Dr. Wolfgang Reiter