

das homöopathie- bulletin

DIE ZEITUNG DES VHG ■ AUSGABE AUGUST 2007

aufgeblättert

Medizinisches Heilen - Heil-Sein	Seite 1-2
Arzneimittelporrait Arnica montana	Seite 2-3
Potzis Kräutergarten Eisenkraut	Seite 4

medizinisches
dr. michaela zorzi

"Des Arztes höchster und einziger Beruf ist, kranke Menschen gesund zu machen, was man *Heilen* nennt."



Samuel Hahnemann, der Begründer der Homöopathie, hinterlässt uns in seinem Hauptwerk "Organon der Heilkunst" einen wahren Schatz von Wissen und Erkenntnissen, der mich immer wieder in Erstaunen versetzt.

Im §1 lesen wir: "Des Arztes höchster und einziger Beruf ist, kranke

Menschen gesund zu machen, was man Heilen nennt."

Nun könnte man meinen, liebe Leserinnen und Leser, dies sei selbstverständlich und bedürfe keiner weiteren Erklärung. Aber bei genauem Hinsehen ist es eine Lebensaufgabe, diesen Satz in die Praxis umzusetzen.

Heilen ist ein großes Wort und umfasst das Heil-Sein des Menschen auf seinen verschiedenen Ebenen: Geist, Seele und Körper.

Aus den vielen Gesprächen in meiner Praxis mit den unterschiedlichsten Menschen weiß ich, dass in jedem von uns eine tiefe Sehnsucht nach dem Heil-Sein verborgen liegt. Wir spüren genau, dass zum Gesundsein mehr gehört, als einen normalen Blutdruck und ein schönes EKG zu haben. Auch ein faltenfreies Gesicht und ein gebräunter Körper können nicht über eine innere Leere oder Unruhe hinwegtäuschen – oder zumindest nur für einige Zeit. Dieser Sehnsucht nach innerem Frieden in den Menschen in der Begegnung und Behandlung gerecht zu werden, ist für jeden Arzt (jede Ärztin) eine große Herausforderung.

Wie eng Körper und Seele in ihrem Befinden miteinander verbunden sind, zeigen einige Beispiele aus meiner Praxis: Ich erinnere mich an eine Buben, der durch die Scheidung seiner Eltern seinen Harn nicht

mehr halten konnte. Die üblichen medizinischen Therapien brachten über ein Jahr keinen Erfolg. "Seine" Arznei, also jene, die am besten zu seinem Wesen passte, half ihm schließlich, mit der neuen Situation besser umzugehen, sich innerlich zu entspannen und er konnte wieder "trocken" zur Schule gehen.

Im Gedächtnis ist mir auch ein kleines Mädchen, das seit dem Tod der geliebten Großmutter an einer hartnäckigen Verstopfung litt. Mit "ihrer" Arznei konnten die Tränen heilend fließen und auch der Stuhl musste nicht mehr zurückgehalten werden. Der "Knoten" im seelischen Bereich löste sich also und damit gleichzeitig die körperlichen Beschwerden.

Aber auch Erwachsene können bei seelischen Belastungen mit heftigen körperlichen Symptomen reagieren.

In meine Praxis kam ein ca. 50-jähriger Mann, der einen chronischen Tubenkatarrh hatte, der ihn wesentlich am Hören hinderte. Er war hin und her gerissen zwischen Pflicht und Verantwortung in seiner Ehe und dem Wunsch, frei zu sein, aber wovon? Meine Frage „Was können Sie denn nicht mehr hören?“ löste in ihm eine ganze Welle von Gefühlen und Erinnerungen bis in seine Kindheit aus. Die vielen überbesorgten Fragen seiner Mutter, die ihn jahrelang sehr geärgert hatten, hinderten ihn immer noch, seine Frau mit unvoreingenommenen Ohren zu hören. Dadurch gab es oft Missstimmung in seiner Ehe und er fühlte sich eingengt und bestimmt. Dies ließ ihn immer wieder flüchten von zu Hause und sorgte wiederum für Missstimmung bei seiner Frau, ein Kreislauf, der immer mehr beschwerte und entzweite – und schlechter Hören ließ.

Vielleicht ist gerade die Urlaubszeit eine Möglichkeit, körperliche Beschwerden oder ständig gleiche Abläufe und Gespräche in der Beziehung zu hinterfragen und durch Neues zu unterbrechen und zu beleben.

Ich hoffe, liebe Leserinnen und Leser, Ihnen damit einige neue Einblicke gegeben zu haben, die zum Nachdenken anregen und wünsche Ihnen einen erholsamen August.

Ihre Dr. Zorzi ***

IMPRESSUM Homöopathie-Bulletin Aug./ 2007. **Herausgeber:** Verein zur Förderung der Homöopathie & Gesundheit, Postfach 18, 1232 Wien, ZVR-Zahl: 529496526. **Redaktion:** Dr. Michaela Zorzi, Christl Potzmann, Hans Swoboda. **Herstellung:** Repacopy, 1232 Wien. **Abo-Preis für Nicht-Mtg!:** 4 Euro/Jahr. **Leserbriefe an:** info@vhg.at. **Der Verein im Netz:** www.vhg.at

arzneimittelportait hans swoboda

Gehört zur Familie der Asteraceae (früher: Composita) - Korbblütler.

Völkstümliche Bezeichnungen

In Teilen des bayrisch-österreichischen und ostfränkischen Gebietes spielt die Arnika am Johannisfest eine große Rolle, daher die Namen Hannes-Blume, Johanneswortzel, Johannesblume. Auf das Aussehen der Pflanze beziehen sich andere Namen wie Feuerblume, Ochsenauge, Dywelsblume. Die Arnika ist im Volk als Heilpflanze sehr beliebt, daher die Namen Wundkraut, Stichkraut, Fallkraut, Kraffrose, Kraffwurze.

Arnica montana Bergwohlverleih

Geschichtliches

Der Name Arnika taucht erstmals bei Mattheus Silvaticus im 14. Jhd. auf. Bekannt ist, dass Goethe - er litt oft unter Herzkrämpfen - sich regelmäßig einen Arnikatee zubereiten ließ. Arnika war dann auch die letzte Arznei, die der Dichterstern sich von seinem Leibarzt Dr. Vogel verabreichen ließ.

Botanik

Aus einem Federkiel dicken außen bräunlichen, innen weißen Wurzelstock erhebt sich eine vier- bis sechsblättrige, flach ausgebreitete, grundständige Blattrosette. Die

Blätter sind länglich eiförmig, meist fünfnervig und dicht kurzhaarig. In der Mitte der Rosette entspringt der 20-50 cm hohe behaarte Stängel, der ein bis zwei Blattpaare und meist nur einen Blütenkopf trägt. Arnika wächst auf trockenen Moor- und Waldwiesen, an Waldrändern, und in Gebirgs- und Heidegebieten. Sie liebt ungedüngten, humosen bis sandigen, aber kalkarmen Boden. Oft wird die Arnika mit der Gemswurze (Senecio doronicum) verwechselt. Die Gemswurze besitzt jedoch wollig behaarte Blätter.

Da unsere Arnika montana vor

allem durch die zunehmende Bodendüngung - auch in den Bergregionen - bedroht wird und immer seltener zu sehen ist, wurde diese so wertvolle Heilpflanze unter strengen Naturschutz gesetzt.

Arnika in der Schulmedizin

Die Forschung hat nachgewiesen, dass die Arnika wichtige Wirkstoffe enthält. Weiters besitzt Arnika bakterienwachstumshemmende, entzündungshemmende, schmerzlindernde, desinfizierende, wundheilende, krampflösende, herzstärkende, kreislaufanregende, gefäßweiternde und durchblutungsfördernde Eigenschaften.

Dennoch hat die Arnika bis heute eigentlich keinen Platz in der modernen Schulmedizin gefunden.

Arnika in der Volksmedizin

Im Vordergrund steht die Anwendung bei Verletzungen und deren Folgen, also Zerrungen, Prellungen, Stauchungen, Quetschungen, Blutergüssen, aber auch rheumatischen Muskelbeschwerden.

Zur zumeist äußeren Anwendung

kommt die aus Blüten hergestellte Tinktur (1:1 mit Wasser verdünnen), ferner Arnika-Tee als Aufguss, sowie für Umschläge (stark verdünnt mit Wasser), als Salbe oder auch als Ölauszug.

Ein weiteres Anwendungsgebiet sind Herzbeschwerden, so vor allem koronare Durchblutungsstörungen (z.B. Angina pectoris). Arnika wirkt durchblutungsfördernd und dies sehr schnell (Dosierung: 5-10 Tropfen der Arnika Tinktur).

Herzerkrankungen sollten allerdings unbedingt vom Arzt abgeklärt werden und nicht mittels Eigeninitiative behandelt werden.

Gegenanzeigen

Als wichtige Gegenanzeige gilt die relativ häufige Allergie (die gilt für zahlreiche Korbblütler!). Arnika sollte vor allem bei vorgeschädigter Haut nie unverdünnt verwendet werden, da sonst sehr heftige Hautreaktionen auftreten können. Bei innerer Verabreichung (z.B. Herzbeschwerden) können negative Wirkungen auf Magen- und Darm, aber auch durchaus auch am Herzen auftreten.

Arnika in der Homöopathie

In der Homöopathie ist Arnika geradezu „unverzichtbar“. Sie ist vor allem „die Verletzungsarznei“ und dies sowohl psychisch, als auch physisch.

Typische Arnika-Symptome (Arnika-Konstitution) sind die Abgeschlagenheit und Mattigkeit des Körpers und der Glieder. Gefühl, als ob man überall zerschlagen wäre. Der Kopf ist rot und hitzig - dabei herrscht im übrigen Körper ein Kältegefühl. Alles ist zu hart (Bett, Kissen), alles tut weh, große Schmerzempfindlichkeit, möchte nicht berührt werden. Beim geringsten Druck treten auf der Haut blaue Flecken auf, Blutungen (Nasenbluten) sind typische Arnika-Anzeichen.

Es handelt sich beim Arnika-Typ zumeist um sanguinische Personen (hoch-roter Kopf, muskulöser Körperbau). Psychisch fällt auf: Der Arnika-Patient will nicht, dass man ihm zu nahe kommt. Er möchte allein gelassen werden. Er lehnt sogar den Arzt ab und behauptet, bis zur Starrsinnigkeit - nicht krank zu sein - nicht verletzt zu sein - keine Hilfe zu benötigen. Dennoch fürchtet er sich, hat Angst (vor allem um sein Herz) und kann in Panik geraten!

Besserung: durch Ruhe, durch Liegen oder Kopftieflage.

Verschlechterung: durch Berührung, Bewegung, Erschütterung, feuchte Kälte, in der Nacht und durch Anteilnahme!

Verwendet wird in der Homöopathie die getrocknete Wurzel, sowie für den externen, also äußerlichen Gebrauch, die frischen oder irdischen Pflanzenteile. In der Homöopathie angewandte Potenzen: ab D4 bis zu den sogenannten Hochpotenzen. ***



Das Eisenkraut findet man entlang von Wegen und Strassen. Es gehört zu den Eisenkrautgewächsen (Verbenaceae) ist mehrjährig und wird 40 – 70 cm hoch.

Blüte

Die Blütezeit ist Juni bis August und sie liebt die Sonne. Das Eisenkraut hat wunderschöne blassrosa bis blaue zarte kleine Blüten.

Geschichte

Es ist eine sehr spirituelle Pflanze die von Römern und Griechen schon verwendet wurde. Hildegard von Bingen empfiehlt es zur Behandlung von faulem Fleisch (Abszessen).

Der Namen Eisenkraut könnte durch die Verwendung bei der Eisenschmelze herkommen, damit das Eisen härter wird.

Weitere Volksnamen sind: Teufels-

wurz, Wunschkraut, Stahlkraut, Junoträne.

Es ist das einzige Eisenkrautgewächs in unseren Regionen. Die anderen Eisenkrautgewächse findet man nur in südlichen Regionen.

Inhaltsstoffe

Seine Inhaltsstoffe sind unter anderem Bitterstoffe, Gerbstoffe, Glykoside, Verbenalin, Invertin, Emulsin und Kieselsäure.

Dadurch ist seine Wirkung steinlösend, kräftigend, fiebersenkend, blutverbessernd, wundheilend und leberreinigend.

Verwendung

In der TCM ist das Kraut den Organen Leber, Niere, Magen und Lunge zugeordnet. Es wirkt kühlend auf das Leber-Qi und beruhigt den Geist.

Bei Dr. Edward BACH findet man das Eisenkraut mit den Namen Vervain in seinen 38 Bachblüten. Vervain wird eingesetzt bei Hektik, Stress, Unrast, Überaktivität und dem Verlangen, andere zu missionieren. Die Blütenessenz bringt Ruhe, das Loslassen und Vertrauen, das Erkennen seiner Ziele und diese mit Hilfe von Vervain in Ruhe, Gelassenheit und Vertrauen zu erreichen.

Sammlung

Die blühenden Sprossspitzen ca. 20 cm abschneiden und gebündelt aufhängen und im luftigen Schatten trocknen. Dann in Papiertüten oder Stoffbeuteln aufbewahren.

Anwendung

Tee-Zubereitung

2 Teelöffeln Kraut mit ¼ l kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen. 2 - 3 Tassen pro Tag. Über einen Zeitraum von

2 - 3 Wochen anwenden. Sie sind ausreichend. Der Tee findet Verwendung bei Blutarmut oder als Auflage bei Abszessen und Entzündungen.

Haarfestiger

Äußerlich kann man den starken Tee auch als Haarfestiger benutzen. Einfach in die Kopfhaut einmassieren.

Mundspülung

Weiters zum Reinigen und Straffen von Mund und Zahnfleisch. Als Gurgelwasser und für Mundspülungen. ***

