

## Homöopathie

# Was tun bei Hexenschuss?



Zaurübe (*Bryonia*)

*Fritz und Änni haben die Balkonkisten mit den Geranien aus dem Keller geholt, damit sich die Pflanzen langsam wieder an das Licht gewöhnen und austreiben können. Fritz hat bei dieser Arbeit stark geschwitzt und der kalte Luftzug draussen hat ihm offensichtlich nicht gut getan. Denn nun ist sein Rücken ganz steif und jede Bewegung schmerzt mit einem Zerschlagenheitsgefühl. Änni wollte tatkräftig mit anpacken. Aber auch sie hat zu spät bemerkt, dass die Kisten für sie eigentlich zu schwer sind. Nun leiden beide unter einem Hexenschuss.*

*Jacqueline Ryffel, Apothekerin*

Wie können hier homöopathische Arzneien helfen? Das Wichtigste dabei ist die genaue Beobachtung der Symptome. Was ist passiert? Wann haben die Beschwerden angefangen? Was verschlimmert die Beschwerden und was verschafft Linderung? Vergleichen Sie deshalb Ihre Beobachtungen mit der Charakteristik der Arznei und entscheiden Sie sich dann für ein Mittel.

### **Welche homöopathischen Arzneien können eingesetzt werden?**

Bei Hexenschuss (bzw. bei allen rheumatischen Beschwerden) stellt man sich immer zuerst die Frage: Bessert oder verschlimmert Bewegung die Beschwerden?

Bei Besserung in der Bewegung, vor allem wenn ein Anlaufschmerz besteht, der je länger man geht umso mehr abnimmt, wenn zudem warme Anwendungen helfen, sich still halten fast unerträglich wird und man stets in Bewegung sein muss, wenn der Schmerz sich wie eine Verrenkung anfühlt und Kribbeln sich bemerkbar macht, dann nehmen Sie ***Rhus toxicodendron C 30***.

Wenn hingegen jede Bewegung weh tut, der Schmerz sich nur in der Ruhe ein wenig bessert, Druck auf die schmerzhafteste Stelle momentane Linderung bringt, wenn tiefes Einatmen weh tut und es in der warmen Stube schlimmer wird, dann nehmen Sie ***Bryonia alba C 30***.

### **Dosierung**

Nehmen Sie während drei Tagen einmal täglich fünf Globuli (direkt unter die Zunge) ein. Wenn bis dahin keine Besserung bzw. Linderung eintritt, sollten Sie Ihren Arzt kontaktieren. Bitte beachten Sie, dass Sie während der homöopathischen Behandlung keine kampferhaltigen Salben oder Badezusätze anwenden. Kampfer ist ein starkes Antidot und zerstört die homöopathische Wirkung. ■