

Homöopathie für die Frau

Wenn die Regel Beschwerden macht

Regula ist schon den ganzen Tag unleidlich. Niemand kann es ihr recht machen, am wenigsten sie selber. Sie ist schon ganz verzweifelt. Da fällt ihr Blick auf den Kalender. Und als dann noch das Ziehen im Unterleib einsetzt, weiss sie Bescheid. Es ist wieder einmal so weit. Glücklicherweise hat sie für diese Situation ein homöopathisches Mittel, das ihr hilft.

Jacqueline Ryffel, Apothekerin

Auch bei den Regelstörungen ist es wichtig, die Symptome genau zu beobachten. Kommt die Menstruation früher oder später als erwartet? Ist sie schwach oder stark? Was sind die Begleitsymptome? Vergleichen Sie Ihre Beobachtungen mit der Charakteristik der Arznei und entscheiden Sie sich dann für ein Mittel.

Welche homöopathischen Arzneien können eingesetzt werden?

Pulsatilla ist das Hauptmittel bei der Amenorrhoe (Ausbleiben oder Unterdrückung der Regel), v. a. bei blassen Frauen, wenn die Menstruation ganz ausbleibt, nach Durchnässung, wo sie zu spät, zu schwach und zu hell kommt. Weinerlichkeit, Frostig-

keit, wehenartiges Ziehen und Spannen im Unterleib sowie Appetitlosigkeit gehören hier dazu.

Wenn diese Symptome zutreffen, dann nehmen Sie **Pulsatilla C 30**.

Wenn die Regel schwach ist, dabei aber zu oft wiederkehrt, besonders in den Wechseljahren, sich dazu ein nervöses Kopfweh und eine Empfindlichkeit der Nerven gesellt, dann nehmen Sie **Sepia C 30**.

Ist die Regel hingegen zu stark und zu oft, mit Drängen nach unten, krampfhaften Schmerzen, Übelkeit, Ziehschmerz und Mattigkeit in den Beinen verbunden, dann nehmen Sie **Nux vomica C 30**.



*Wiesen-Kuhschelle
(Pulsatilla partensis)*

Kommt die Regel zu früh und zu stark, mit geronnenen Stücken und üblem Geruch, mit Herzklopfen, Angst und grosser Mattigkeit, besonders nach stillem Kummer oder Ärger, dann nehmen Sie **Ignatia C 30**.

Dosierung

Lösen Sie fünf Globuli in einem halben Glas Wasser und nehmen Sie ca. drei- bis viermal über die nächsten Stunden verteilt einen Schluck. Halten die Beschwerden nach 24 Stunden immer noch an, dann wechseln Sie das Mittel. Und nicht vergessen: Schon eine warme Bettflasche auf den Bauch kann helfen, die Krämpfe zu lindern. ■