

Alternativmedizin

Wenn sich der Heuschnupfen ankündigt

Auch wenn die Tage noch kühl sind und Sie noch nicht oft an Pollen denken, so sind sie doch schon da. In den nächsten Wochen werden sie dann sicher mit Wucht kommen. Kerstin spürt sie schon früh im Jahr, auch wenn zum Teil noch Schnee liegt. Sie reagiert besonders allergisch auf die Hasel, einer der ersten Sträucher, die im Jahr blühen.

Jacqueline Ryffel, Apothekerin

Spätestens wenn Kerstin häufig niesen muss, ihre Augen sich röten und jucken, weiss sie, dass sie sich wieder auf einen wochenlangen Heuschnupfen einstellen muss. Zum Glück hat sie vor ein paar Jahren die komplementärmedizinische Behandlung entdeckt. Mit dieser fühlt sie sich wesentlich weniger müde. Machen auch Sie einen Versuch damit!

Wenn sich bei Ihnen zuerst eine Lichtempfindlichkeit, verbunden mit einem Juckreiz in den Augen, bemerkbar macht, die Augen zu tränen beginnen und die Tränen

ganz scharf und wundmachend sind, das Nasensekret aber im Gegenzug sehr wässrig und mild ist, dann nehmen Sie **Euphrasia C 30**. Lassen Sie fünf homöopathische Globuli auf der Zunge zergehen.

Sehr bewährt hat sich beim allergischen Schnupfen, vor allem in der akuten Phase, das **Gemmo-Präparat Ribes nigrum**. Dieses wird aus den frischen Knospen der schwarzen Johannisbeeren, auch bekannt als Cassis, hergestellt. In der Literatur wird *Ribes nigrum* als das «pflanzliche Kortison» beschrieben. Gemmo Ribes nigrum



Schwarze Johannisbeere (Ribes nigrum)

kann in der Akutphase, also dann, wenn die Heuschnupfensymptome am stärksten sind, bis zu zehnmal täglich in Form von einem bis zwei Sprühstössen direkt auf die Mundschleimhaut gesprüht werden. An Regentagen oder wenn die Symptome nicht allzu heftig sind, sprühen Sie dreimal täglich zwei bis drei Sprühstösse auf die Mundschleimhaut. ■