

DIE HOMÖOPATHISCHE TASCHENAPOTHEKE

nach Dr. Gerhard Weiland

www.gerhardweiland.at

www.lebestressfit.com



12 Arzneien zur Selbsthilfe

WAS IST HOMÖOPATHIE?

Dr. Samuel Hahnemann entwickelte Ende des 18. Jahrhunderts eine umfassende Heilkunde mit genauen Regeln für die ärztliche Praxis. Heute gibt es weltweit über 60.000 Homöopathie - Ärzte.

Homöopathische Arzneien sind natürliche Heilmittel mit starken Heilkräften. Als Ausgangssubstanzen dienen vor allem Pflanzen, Mineralien und tierische Produkte. Die Arzneien werden in einem spezifischen Verfahren hergestellt.

Wichtig:

Homöopathische Arzneien wirken nicht chemisch, sondern energetisch. Richtig eingesetzt bewirken sie eine rasche Linderung der Beschwerden. Im Krankheitsfall bekommt der Organismus durch die richtige Arznei einen kräftigen Heilimpuls.

Homöopathie – Experten sprechen von der **Ähnlichkeitsregel**.

Bei einer Beschwerde wird eine Arznei verabreicht, welche die Charakteristik dieser Beschwerde widerspiegelt.

Die Kenndaten einer homöopathischen Arznei werden durch Arzneiprüfungen ermittelt, welche durch freiwillige Testpersonen durchgeführt werden. Klinische Erfahrungen erweitern das spezifische Arzneiwissen.

Welches Vorwissen brauchen Sie für den Einsatz dieser homöopathischen Taschenapotheke?

Gar keines!

Sie erhalten alle wichtigen Informationen und können die Mittel sofort einsetzen, wenn die Situation es erfordert.

Wichtige Hinweise:

- Wenn Sie unsicher sind, holen Sie einen Arzt!
- **Bei Notfällen:** Leisten Sie Erste Hilfe und leiten Sie die notwendigen Rettungsmaßnahmen ein!
- Homöopathie ersetzt nicht die erforderlichen medizinischen Maßnahmen! Sie kann aber den Heilverlauf enorm beschleunigen.
- Kaufen Sie alle angeführten Arzneien als Globuli in der 30. Potenz, das heißt C 30 oder D 30. In Ausnahmefällen können Sie auch andere Potenzierungen verwenden: z.B. C 12, D 12 ...
C und D bezeichnen das jeweilige Herstellungsverfahren.
- Homöopathische Arzneien können durch Strahlung und elektromagnetische Felder geschädigt werden.
Halten Sie Ihre Mittel fern von technischen Geräten, wie Mobiltelefon, Ladegeräten, Computer, Mikrowellenherden ...
Sie können eine Alu – Schutzhülle verwenden.

Wie nehmen Sie homöopathische Arzneien ein?

Lassen Sie 1 – 5 Kügelchen auf der Zunge zergehen. Sie können auch ein paar Globuli in 1 Glas Wasser geben und davon in Abständen kleine Schlucke einnehmen.

Die Grundregel lautet: **Zuerst eine Arzneigabe – dann warten.**

Wie lange warten Sie bis zu einer Wiederholung?

Das hängt von den Beschwerden ab.

Je akuter und heftiger die Symptome sind, desto häufiger werden Sie das Mittel einnehmen. Bei starken Schmerzen nehmen Sie alle 10 Minuten einen kleinen Schluck.

Generell gilt: **Sobald eine Verbesserung eintritt, stoppen Sie Ihre Einnahme! Sie wiederholen erst dann, wenn die Verbesserung nachlässt.**

Ich wünsche Ihnen beste Gesundheit und – falls Sie eine Hilfe brauchen – den richtigen Griff zur passenden Arznei!



**Alles Gute!
Dr. Gerhard Weiland**



ARNICA

Arnica montana

Kennwort: Verletzung

Es ist völlig egal, wie die Verletzung entstanden ist.
Nehmen Sie Arnica in folgenden Situationen:

- Unfälle, Operationen
- Stürze, Sportverletzungen, Knochenbrüche
- Quetschungen, Prellungen, Stauchungen
- Stöße und Schläge
- schwere Geburten
- Eingriffe mit großem Blutverlust
- extreme körperliche Anstrengungen

Geben Sie in derartigen Situationen so rasch wie möglich **ARNICA!**
Die Schmerzen werden gelindert und der Heilverlauf beschleunigt.
Wunden heilen schneller.
Geben Sie Arnica auch dann, wenn der Betroffene ins Spital gebracht werden muss.

Typische Kennzeichen von Arnica:

- große Schmerzen
- man fühlt sich am ganzen Körper wie zerschlagen
- man will nicht berührt werden
- meistens auch große Abneigung gegen medizinische Maßnahmen



Homöopathische Taschenapotheke nach Dr. Weiland
www.gerhardweiland.at www.lebestressfit.com

ACONITUM

Aconitum napellus

Kennwort: Akut

Geben Sie diese Arznei in Situationen, wo Sie folgende Charakteristika erleben:

- plötzliche dramatische Verschlechterung des Zustandes
- Angst – Unruhe – Gereiztheit
- der Betroffene wirkt getrieben und verwirrt
- **Auslöser:** Schock und Schreck
Schock bei Unfällen
emotionale Aufregung
eiskalter Wind
- **akute Anfälle:** Herzattacken, Atemnot, Pseudokrupp
- plötzlich beginnende Grippe
- akute Beschwerden in der Nacht, besonders um Mitternacht

Geben Sie diese Arznei bei allen akuten Zuständen, wo plötzlich Unruhe und Angst auftritt.



Homöopathische Taschenapotheke nach Dr. Weiland
www.gerhardweiland.at www.lebestressfit.com

HYPERICUM

Kennwort: Nervenverletzung

Geben Sie diese Arznei in folgenden Situationen so rasch wie möglich:

- Einklemmen der Finger oder Zehen
- Nervenverletzungen
- Auffahrunfälle, Schleudertrauma
- Stürze mit drohender Wirbel- und Rückenmarksverletzung
- Verrenkungen der Halswirbelsäule
- Schädelverletzungen
- Steißbeinverletzungen
- Rippenbrüche
- **Typisch sind:** starke schießende Schmerzen
Linderung durch Abkühlung
betroffene Teile können gefühllos sein
Lähmungserscheinungen



Homöopathische Taschenapotheke nach Dr. Weiland
www.gerhardweiland.at www.lebestressfit.com

IGNATIA

Kennwort: emotionaler Notfall

Nehmen Sie diese Arznei in folgenden Situationen:

- man ist entsetzt, fassungslos durch Enttäuschung, Kränkung, Trauer, Kummer, Liebeskummer
- es fehlen die Worte ...
- man glaubt, man dreht durch, man wird verrückt ...
- so etwas darf es doch nicht geben!
- innerliches Zittern und Schaudern, Herzklopfen, Ohnmachtsgefühle, drohender Nervenzusammenbruch
- Panik mit Hyperventilation
- Knödel im Hals, Kloßgefühl
- **Kummer und Trauer, emotionaler Stress bei Kindern:**
Trennungen der Eltern, Umzug, Eintritt in den Kindergarten, Schulbeginn, Heimweh, Verlust von Freunden, Tod eines geliebten Haustieres, Verlust des Lieblingsspielzeugs ...



Homöopathische Taschenapotheke nach Dr. Weiland
www.gerhardweiland.at www.lebestressfit.com

NUX VOMICA

Strychnos nux vomica

Kennwort: Umstellungsschwierigkeiten

Geben Sie Nux vomica bei Beschwerden in folgenden Situationen:

- Klima- und Temperaturwechsel, Kälteeinbrüche, ungewohnte Verhältnisse
- ungewohntes Essen
- Schlafmangel
- Zeitumstellung, Schichtarbeit, Jetlag

Typische Beschwerden:

- Erkältungen mit verstopfter Nase
- Bauchbeschwerden, Magenschmerzen, Bauchkrämpfe, Übelkeit, Erbrechen
- Kopfweh
- Ischias nach Heben von schweren Gegenständen
- gereizte- ungeduldige Stimmung
- man will in Ruhe gelassen werden
- Kälte verschlechtert, Wärme bessert



Homöopathische Taschenapotheke nach Dr. Weiland
www.gerhardweiland.at www.lebestressfit.com

PODOPHYLLUM

Kennwort: Durchfälle

Geben Sie dieses Mittel bei folgenden Beschwerden:

- **Auslöser:** ungewohntes Essen, verdorbene Lebensmittel
- plötzliche starke Durchfälle, heftige Stuhlentleerung
- Stuhl spritzt heraus
- Stuhl ist stinkend, ekelhafter Geruch
- meist auch starke Übelkeit, Magenkrämpfe, Erbrechen
- nach dem Stuhl: Schwächegefühl
- vor allem auf Fernreisen



Homöopathische Taschenapotheke nach Dr. Weiland
www.gerhardweiland.at www.lebestressfit.com

CARBO VEGETABILIS

Kennwort: Übelkeit mit Kollaps und Verlangen nach Frischluft

Geben Sie diese Arznei bei folgenden Zuständen:

- **Auslöser:** schwüles Wetter
fettes Essen
Lebensmittelvergiftung
Kreislaufzusammenbruch
- große Übelkeit und Ekelgefühle, vor allem beim Denken ans letzte Essen
- man fühlt sich schwach, zum Zusammenbrechen
- der Körper ist kraftlos, schlapp
- Kollaps mit kaltem Schweiß
- extreme Schwäche mit Atemnot
- starkes Verlangen nach Frischluft
- Bauchkoliken mit starken Blähungen und Aufstoßen

Wichtig: Rufen Sie im Zweifelsfall ärztliche Hilfe!



Homöopathische Taschenapotheke nach Dr. Weiland
www.gerhardweiland.at www.lebestressfit.com

PULSATILLA

Kennwort: **wechselnde Beschwerden**

Geben Sie diese Arznei bei folgenden Zuständen:

- **Auslöser:** Erkältungen, Nässe, kalte Füße
emotionale Aufregungen
fettes Essen
Wetterwechsel
- die Beschwerden und Symptome ändern sich ständig:
zuerst friert man, dann ist es wieder zu heiß
- Entzündungen an verschiedenen Stellen: Nase, Ohren, Augen, Blase,
Muskeln und Gelenke, Magen, Darm
- Atemwegserkrankungen mit fließendem Schnupfen und Husten
- warme stickige Räume werden nicht ertragen
- Schmerzen wandern, Schmerzen an verschiedenen
Körperstellen – mal da, mal dort
- bei Ohrenschmerzen: man erträgt keine Wärme!
- auch die Stimmung wechselt schnell, launisch, weinerlich,
braucht Zuwendung und Trost
- bei Fieber: kein Durst, will keine Wärme



Homöopathische Taschenapotheke nach Dr. Weiland
www.gerhardweiland.at www.lebestressfit.com

APIS

Apis mellifica

Kennwort: wie bei Bienenstich

Geben Sie diese Arznei bei folgenden Beschwerden:

- heftige stechende – brennende Schmerzen
- Schmerz ist so stark, dass man aufschreit
- starke Schwellungen, die sich durch kaltes Wasser, Eisbeutel oder durch kühle Umschläge bessern
- Schwellungen erscheinen oft rosa – glasig
- Berührung wird nicht ertragen
- Stimmung ist aggressiv – reizbar, ungeduldig
- man möchte aus der Haut fahren
- bei allen Insektenstichen mit diesen Symptomen
- bei Entzündungen, Gelenkentzündungen, Gichtanfällen mit den typischen Apis- Kennzeichen
- allergische Reaktionen durch Insektenstiche



Homöopathische Taschenapotheke nach Dr. Weiland
www.gerhardweiland.at www.lebestressfit.com

BELLADONNA

Atropa belladonna

Kennwort: Hitze mit Rötung und Schmerzen

Geben Sie diese Arznei bei folgenden Beschwerden:

- hohes Fieber über 39°C
- sehr empfindlich auf Berührung, Erschütterung und Licht
- ängstlich angespannt mit großen Pupillen
- trockener Mund, trockener Rachen, trockene heiße Haut
- Hitze vor allem am Oberkörper, doch die Füße sind oft kalt
- Verlangen nach kühlen sauren Getränken
- bei Kindern oft Fieberfantasien
- Puls ist schnell und kräftig
- bei Sonnenbrand, Sonnenstich mit heftigen Kopfschmerzen
- Schwitzen erleichtert



Homöopathische Taschenapotheke nach Dr. Weiland
www.gerhardweiland.at www.lebestressfit.com

RHUS TOXICODENDRON

Toxicodendron quercifolium

Kennzeichen: Braucht Bewegung und warme Duschen

Geben Sie diese Arznei bei folgenden Beschwerden:

- **Auslöser:** körperliche Anstrengung
Kälteeinwirkung
- **Typische Beschwerden:**
 - Hexenschuss, Ischias, Gliederschmerzen
 - Muskelverspannungen
 - ganz steif beim Aufstehen
 - längere Bewegung bessert
 - Erkältung der Atemwege
 - grippale Infekte
 - Fieberblasen, juckende Hautausschläge
- alle Beschwerden verschlimmern sich durch Kälte, kalten Wind, Nässe
- Verbesserung durch: fortgesetzte Bewegung
Wärme, warme Duschen
- sehr unruhig nachts im Bett, man dreht sich dauernd um,
findet keine Ruhe
- je länger man sich bewegt, desto besser



Homöopathische Taschenapotheke nach Dr. Weiland
www.gerhardweiland.at www.lebestressfit.com

EUPATORIUM PERFOLIATUM

Kennwort: Grippe

Geben Sie diese Arznei bei folgenden Beschwerden:

- man fühlt sich richtig krank
- Brennen im Hals und in der Brust
- schmerzhafter Husten
- der ganze Körper fühlt sich wie zerschlagen an
- man will nur mehr ruhig im Bett liegen
- Schwitzen lindert die Beschwerden
- oft mit Fieber und Kopfschmerzen
- auffallend guter Appetit und viel Durst



Dr. Gerhard Weiland, A - 8010 Graz, Münzgrabengürtel 19
Tel. 0043 316 83 74 23 www.gerhardweiland.at www.lebestressfit.com