

Millionen erwischt es jedes Jahr. Wenn die Tage kürzer, kälter und feuchter werden, breiten sich die Viren von Mensch zu Mensch schnell aus. Ein grippaler Infekt ist keine *echte* Grippe oder Influenza, sondern eine akute Krankheit mit vorübergehender Schwäche, Schmerzen und Unwohlsein. Es kann Fieber auftreten, was in der Regel die körpereigenen Abwehrvorgänge aktiviert und beschleunigt. Oft, aber nicht immer, ist ein solcher Infekt mit Absonderungen der Schleimhäute verbunden. Eine dramatisch beginnende und besonders schwere Form der Grippe ist die echte Influenza, deren Behandlung in die Hand eines homöopathischen Arztes gehört!



Grippeerkrankungen selbst behandeln



Allgemeine Maßnahmen

Die wichtigste Maßnahme ist körperliche Schonung. Fieber sollte bei einfachen grippalen Infekten nicht gesenkt werden, besonders nicht im ersten Stadium des Fieberanstiegs mit Frösteln; in dieser Phase ist äußere Erwärmung durch heiße Getränke, warme Kleidung oder ein heißes Bad zu empfehlen. Auf vermehrte Flüssigkeitszufuhr sollte geachtet werden, weil der Bedarf durch Schwitzen und Ausscheidungen der Schleimhäute erhöht ist.

Ärztliche Hilfe ist nötig, wenn

- das Fieber länger als 3 Tage, bei kleinen Kindern länger als einen Tag anhält
- starke Schmerzen bestehen
- Muskelkrämpfe, Bewusstseinstörung oder Ohnmacht auftreten
- die gesamte Krankheit länger als eine Woche dauert oder nach wenigen Tagen oder Wochen wieder erscheint
- die Krankheit sehr rasch beginnt und schnell einen schweren Verlauf annimmt!

Die wichtigsten Mittel mit charakteristischen Symptomen und Begleitsymptomen

Bryonia | Der Kranke ist gereizt, verärgert und will seine Ruhe haben, er will nur in sein Bett. Schlimmer wird alles, besonders der stechende Schmerz, früh morgens, durch leichteste Bewegung und Berührung. Gut tun absolute Ruhe, fester Gegendruck und Abkühlung. Begleitsymptome: schmerzhafter Husten, Kopfschmerz,

Nachtschweiß, Erbrechen und Durchfall mit Erschöpfung, trockene, rissige Lippen.

Eupatorium perfoliatum | Das Mittel bei Muskel- und Knochenschmerzen, Zerschlagenheitsgefühl, alles tut weh. Auslöser ist feuchtkaltes Wetter; das Fieber erscheint plötzlich, oft morgens zwischen 7 und 9 Uhr, und beginnt mit Übelkeit oder Erbrechen. Verschlimmerung durch Kleiderdruck, Besserung durch Knie-Ellenbogenlage, nach Schwitzen und bei Ansprache und Unterhaltung. Begleitsymptome: Gesicht heiß und rot, Schluckauf, Schmerzen der Lebergegend, Durst auf kaltes Wasser.

Gelsemium > siehe auch Arzneimittelbild auf Seite 6 | Der Kranke ist schwach, zittrig und schläfrig. Er will gehalten werden oder einfach nur liegen. Dumpfe Schmerzen ziehen vom Nacken über den Kopf bis zur Stirn, die Augen fallen zu. Auslöser ist oft Sommerhitze, feuchtwarmes Wetter und Unterkühlung (manchmal erst Tage später), auch Schreck, Aufregung z. B. vor einer Prüfung. Das Fieber beginnt am Nachmittag (15-17 Uhr) und steigt langsam. Verschlimmerung durch Gewitter, Föhn, Bewegung, Tabakrauch; Besserung durch Schwitzen und Wasserlassen, Schließen der Augen, Vornüberbeugen. Begleitsymptome: Frösteln, Schüttelfrost, kränklicher Gesichtsausdruck, hängende Lider, Kinnzittern, Sehstörungen (trüb, doppelt).

Nux vomica | Auslöser sind Überarbeitung, Schlafmangel oder Verkühlung. Der Kranke friert viel, besonders an Rücken und Kopf, das Fieber wechselt häufig mit Frösteln ab. Verschlimmerung durch Kälte und Luftzug, Besserung durch Wärme und Ruhe, am besten unter vielen Decken. Begleitsymptome: rotes, evtl. geschwollenes Gesicht, starke Kopfschmerzen, Übelkeit, Stuhlverstopfung. Stimmung reizbar, mürrisch, Verlangen nach Kaffee, Alkohol und Zigaretten.

Rhus toxicodendron | Auslöser sind nasskaltes Wetter, Überanstrengung und Verkühlung. Das Fieber beginnt eher langsam und ist mit Zerschlagenheitsgefühl und reißenden Schmerzen verbunden. Verschlimmerung nachts, durch Kälte und Ruhe. Ungewöhnlich, aber typisch für dieses Mittel: fortgesetzte Bewegung bessert, der Kranke läuft unruhig herum; Besserung auch durch Wärme. Begleitsymptome: rotes Zungendreieck, starker Durst, Verlangen nach kalter Milch.

Einnahme homöopathischer Arzneien bei akuten Beschwerden

Schon nach 15 Minuten sollte in akuten Fällen eine Verbesserung eintreten. Erst wenn sich nach anfänglicher Besserung kein weiterer Fortschritt zeigt, sollte das Mittel frühestens nach 15 Minuten wiederholt werden, beim dritten Mal frühestens nach 30 Minuten. Bei Bedarf bis zu viermal am Tag zu wiederholen. Die Wirkung jeder Gabe muss abgewartet werden. Die Globuli im Mund zergehen lassen. 15 Minuten vor und 15 Minuten nach der Gabe möglichst nichts essen und trinken. Der Deutsche Zentralverein homöopathischer Ärzte (DZVhÄ) empfiehlt bei der Selbstbehandlung für alle homöopathischen Medikamente die Potenz C12. Eine Gabe sind 2-3 Globuli. Homöopathische Arzneimittel gibt es nur in Apotheken.

www-Tipp

Informationen zum Thema Grippe-Impfungen erhalten Sie hier:

www.individuelle-impfentscheidung.de