

Vorwort

Dieses Buch wendet sich an alle, die an der Selbstheilung mit Homöopathie interessiert sind. Es soll eine andere Sichtweise der Gesunderhaltung zu dem Mainstream der Gegenwart aufzeigen. Krankheiten und gesundheitliches Unwohlsein der Frau sollen ganzheitlich beurteilt werden. Schwangerschaft und Geburt sowie die Gesundheit der Kinder werden strenger beachtet, weil die nächsten Generationen den besonderen Lebensvorteil mit mehr Gesundheit gewinnen können.

Ich verfolge das Ziel, die Aktivitäten der konventionellen universitär gelehrten (Schul-)Medizin zum längerfristigen Vorteil der Betroffenen auf ein erträgliches und dann berechtigtes Minimum (Notfall, Operation, Organersatz, Schadensabwendung) zurückzuführen. Schon immer war es mir ein Dorn im Auge, dass bereits der Beginn von Erkrankungen ein Verordnungsfeld von wirkungsintensiven rezeptpflichtigen Medikamenten ist. Der selbstverständliche Griff zu Schmerz- oder Beruhigungsmitteln, zu Fiebersenkern oder gar zu Antibiotika erfreut zwar die Pharmaindustrie, wird aber zum gesundheitlichen Problem der Betroffenen, die keine Geduld mehr aufbringen, sich erst einmal anzuschauen, was da auf sie zukommt und was es für sie bedeutet. Es gibt genügend Erfahrungsmedizin, um die Frühentwicklung von Störungen erträglich zu machen, ohne diese ersten Warnzeichen und Symptome zu unterdrücken. Bedauerlich ist das nachlassende Wissen über unsere heimischen und kulturell gereiften Heilmittel aus der Natur. Geradezu absurd erscheint mir die Verwendung von chinesischen Kräutermixturen, wenn wir doch selbst über genügend heimische Rezepturen verfügen.

Ein weiteres Unbehagen bereiten mir die Absichten der Schulmedizin, ohne ein ganzheitliches Konzept „Vorsorge“ zu betreiben. Sicherlich sind Erkenntnisse bedeutsam, wie krank das Rauchen, der Alkohol, die ungesunde Ernährung oder der Bewegungsmangel machen. Aber welche Berechtigung gibt es, gesunden Menschen, insbesondere Schwangeren und Kindern, in Routine Arzneien in bedenklicher Menge und Regelmäßigkeit zu geben, wenn doch nur allzu wenige davon profitieren könnten? Mit vielfacher ärztlicher Unterstützung wird zu Vitaminpräparaten und Nahrungsergänzungsmitteln gegriffen. Dabei ging es Europa wirtschaftlich und versorgungstechnisch noch nie so gut wie heute. Sind das alles Geschäftsideen?

Die Homöopathie ist in Deutschland von Samuel Hahnemann (1755-1843) entwickelt worden. Eine preiswerte und höchst individuelle Therapie, die nachvollziehbar vorteilhaft ist, um langfristig und nachhaltig gesund werden und bleiben zu können. Jeder kann diese Therapie für sich

nutzen, auch wenn die schulmedizinischen Kritiker nicht müde werden, die Homöopathie abzukanzeln. Über 200 Jahre hat diese Therapie sich bewährt und überlebt. Die Feindseligkeiten erklären sich aus der scheinbaren Irrationalität der homöopathischen Arzneien, weil diese nicht mit den Methoden der Schulmedizin zu erfassen sind. Vielmehr noch ärgert die konventionellen Mediziner, dass Homöopathen die Schulmedizin und ihre Verordnungen überflüssig machen, wenn sich Erfolg einstellt.

Alle Maßnahmen der Schulmedizin werden kritisch hinterfragt, wenn sie denn die Selbstheilung beeinträchtigen oder gar unerträglich behindern. Das sind vorrangig sinnlose Arzneitherapien bloß aus Routine, Daueranwendungen von Medikamenten und besonders das Impfverfahren. Mit den Bedenken durchkreuzen Homöopathen den selbstherrlichen und diktatorischen Umgang mit so genannten „Prophylaxen“, sodass auch das Vertrauen zu Ärzten, die diese Maßnahmen propagieren, allgemein leidet. Konventionelle Praxen können sich dennoch diese rigiden Haltungen erlauben, weil die Konkurrenz durch die Begrenzungen der Niederlassung bei Kassenärzten weitgehend ausgeschaltet ist oder in die Privatpraxis abgedrängt wurde. Daneben blüht der Markt der Heilpraktik. So erscheint dem normalen Bürger die Homöopathie als etwas Absonderliches, das man sich nur mit viel Geld beim Privatarzt oder Heilpraktiker leisten kann.

Wer seine Gesundheit mit Bedacht schützt und vorrangig Selbstheilung anstrebt, dem kann schon früh durch Aufklärung, Vermeidung und im gewissen Rahmen durch Selbstverordnungen Unterstützung angeboten werden. Dieses Anliegen verfolgt das vorliegende Werk. In fast allen Kapiteln zeigt dieses Buch dem Laien Möglichkeiten der Selbstbehandlung im Vorfeld der ärztlichen Therapie auf. Den in der Homöopathie bereits erfahrenen LeserInnen sollen meine in über dreißigjähriger Praxis erworbenen Einsichten eine Hilfestellung für die Einschätzung ihrer Leiden und für die Anwendungen sein.

Beiden, dem Laien und dem schon Wissenden, möchte ich eindrücklich aufzeigen, dass oberflächliches Kranksein zumutbar ist und abwartend hinterfragend genutzt werden soll, um chronisches Siechtum, Komplikationen und gar lebensbedrohliche Zustände auf lange Sicht zu reduzieren.

Mit den Beschreibungen der einzelnen Arzneibilder möchte ich dem Laien Einblick in den Umfang und in die Tiefe homöopathischer Arbeit aufzeigen, aber auch allen redlich um Einzelmittelverordnung bemühten Homöopathen Respekt und Anerkennung zukommen lassen, weil sie sich so intensiv mit ihren PatientInnen auseinandersetzen.

Die in der Homöopathie noch Unerfahrenen sollen, sobald sie sich in eine angeleitete homöopathische Behandlung eingelassen haben, eine umfangreichere Selbstbehandlung nur in Absprache und Begleitung mit den erfahrenen HomöopathInnen durchführen. Ich möchte ausdrücklich

zur homöopathischen Selbstbehandlung wie auch zur dauerhaften Begleitung durch Erfahrene ermutigen.

Eine qualitativ gute homöopathische Arbeit setzt voraus, dass zu Beginn eine Anamnese, ein Aufnahmegespräch und eine Untersuchung über ein bis zwei Stunden Dauer durchgeführt werden, die dann in die Verordnung von Einzelarzneien münden. Wer von seinem Homöopathen mehr als eine Arznei erhält, gar drei und mehr gemeinsam, kann davon ausgehen, dass dieses Verhalten nichts mit der originären Homöopathie zu tun hat, der Überblick und die Erfahrung fehlen und Misstrauen angebracht ist!

Und nun noch ein weiteres klares Wort vor dem Einstieg in dieses Buch: Ich entstamme einer Arztfamilie in fünfter Generation. Ich habe einen Weg von der konventionellen Medizin zu den Alternativen wie der Akupunktur und der Homöopathie kennen und schätzen gelernt. Dabei bin ich mir sehr über die Leistungsfähigkeit der konventionellen Medizin im Klaren und schätze die Vorteile, wenn es um Notlösungen geht. Ich nutze die Schulmedizin, wenn der/die PatientIn keine eigene Lösung mehr schafft und in Gefahr zu kommen droht. Ich weiß aber auch um die Konzeptlosigkeit dieser Medizin und sehe nicht ein, dass sie absolute Ansprüche stellt und Verpflichtungen zur Teilnahme einfordert. Manche Äußerungen über die Schulmedizin in diesem Buch werden den LeserInnen vermutlich sehr polemisch erscheinen. Jedes Mal wird es sich aber um unerfreuliche und übliche Vorgehensweisen handeln, die mir in der Praxis in unangenehmer Weise begegnen. Mit einer gewissen Emotion reagiere ich nicht nur in der täglichen Praxis, sondern nun auch in diesem Buch. Ich habe davon abgesehen, diese Passagen zu neutralisieren, da mir mehr an der Klarstellung, der Botschaft und der Veränderung liegt.

Zuletzt noch einige Worte zur Themenbehandlung: Ich stelle zuerst den konventionellen Teil einer Krankheit oder eines Syndroms dar, gebe dazu meine Einschätzung, lasse alternative Vorschläge folgen und münde in die homöopathische Vorgehensweise. Im Vordergrund stehen Erfahrungswerte und im Hintergrund die Wissenschaftlichkeit und die statistischen Ergebnisse, hinter die allein die Schulmedizin sich stellt. Wissenschaftliche Untersuchungen bedienen viel zu häufig wirtschaftliche Interessen. Daher sind die Ergebnisse mit Vorsicht zu betrachten. Häufig zitiere ich Quellen, die Alternativen begünstigen und der Selbstbestimmung der Patientin dienen können.

Nun wünsche ich allen meinen Leserinnen und Lesern, dass ihnen dieses Buch ein informativer Begleiter in Fragen Ihrer Gesundheit wird und ihnen neue Impulse gibt, um Krankheiten ernsteren Ausmaßes zu vermeiden oder aufzulösen. Schließlich sollen es die Bedürftigen selbst sein, die über sich und ihre Behandlungen entscheiden.

Dr. Friedrich P. Graf

Einleitung

Jede andere medizinische Behandlung als die gängige wird besser sein, der Hilfe suchenden Frau mehr dienen, wenn sich diese Therapie an den individuellen Schwächen und Beeinträchtigungen der Patientin orientiert und - wie alle natürlichen Therapieformen - Reizcharakter besitzt, um den eigenen Fähigkeiten zum Durchbruch zu verhelfen. Alle Therapien setzen voraus, dass der Mensch Fähigkeiten zur Reparatur, zur Selbstheilung besitzt. Leben heißt fließen, dauernd in Bewegung sein. In keiner Sekunde unseres Lebens steht die Blutsäule still. Folglich sind krankhafte Hindernisse lange Zeit dynamisch lösbar, weil sie auch so entstehen. Indem der Mensch an seinen Schwachstellen derartig gereizt wird, dass er selbst Überwindungs- und Lösungsfähigkeiten hervorbringt, helfen wir, erstens die Krankheit anzunehmen und zu verstehen und ermöglichen zweitens das Erleben der eigenen Kraft (Ich-Kraft), der Fähigkeit, Krisen selbst zu lösen und in vollem Bewusstsein zu durchstehen! Das sind entscheidende Vorteile, die Unzumutbares verhindern helfen und die Nachhaltigkeit der eingeleiteten Maßnahmen ausmachen.

Deshalb soll gleich hier in der Einführung der wesentliche Unterschied zur Schulmedizin deutlich werden: Die konventionelle Medizin favorisiert im Prinzip die in die Passivität führende und belastende Unterstützung (durch Schmerzmittel, Fiebersenkung, Antibiotika, Operation etc.) und setzt den Arzt über alle Entscheidungen. Die Homöopathie regt subtil die Selbstheilungskraft an und fordert von dem Patienten eine aktive Rolle, gut für sich selbst zu sorgen.

Es muss aber sogleich einer Illusion vorgebeugt werden: Wer nicht bereit ist, in krankhafte Entwicklung hineinzugehen, Schmerz bis zu einer vertretbaren Grenze zu ertragen und Geduld aufzubringen mit den Lebensprozessen, wie sie sich natürlicherweise entwickeln, der sollte dieses Buch gleich beiseitelegen und sich weiterhin vertrauensvoll an seinen bisherigen Therapeuten halten.

Wer allerdings den Weg zum „Ich“, die Selbsterfahrung sucht, wird hier erste nützliche Hinweise bekommen, wie sich Körper-Seele-Geist unter krankhaften Bedingungen verändern und mit der Homöopathie vorteilhaft beeinflussen lassen. Die Leidensfähigkeit des Menschen wird bei dieser Therapieform natürlich nicht grenzenlos geprüft. Es soll nur von vornherein die innere Bereitschaft geweckt werden, zumutbare Befindlichkeitsstörungen zu ertragen, wenn es sich um Vermeidungs- oder Lösungsabsichten tieferer krankhafter Prozesse handelt oder um Krankheitsentwicklungen, die bereits im Beginn angenommen und ausgeheilt werden können.

Der Schulmedizin mangelt es an einem Konzept, chronische Krankheiten zu verhindern. Es fällt auf, wie erfolgreich sie dagegen akute Krankheiten beenden kann (Notfallmedizin, Arzneien, Operation). Je mehr man sich mit dem Spannungsfeld zwischen gesund und krank beschäftigt, desto stärker gewinnt man den Eindruck, dass die meisten Akuterfolge nur sehr kurzzeitig betrachtet werden, Fragen der Nachhaltigkeit unbeachtet bleiben. Die tieferen Hintergründe und Zusammenhänge in einem Menschen, seine Langzeitprognose, werden zu wenig einbezogen. Es ist ja auch so einfach und verlockend, eine akute Blasenentzündung sofort mit einem Antibiotikum zu behandeln oder ein Scheidenjucken mit Antipilzstäbchen zu beenden. Nur verwundert es nicht, dass sie bald wieder kommen. Denn im Gegenteil wird bei abwartender Geduld sichtbar, dass das Akute Teil eines chronischen Grundthemas sein kann, dass ein Mensch durch Akutkrankheiten in seiner chronischen Belastung Erleichterung sucht. Es gibt also gute Gründe, warum eine akute Entzündung erscheint. Es ist nur etwas mühseliger, die Hintergründe und ganzheitlichen Zusammenhänge zu prüfen. Und schließlich bedarf es dann Methoden, diese Erkenntnisse zu nutzen. Hier leistet die Homöopathie Erstaunliches!

Mit der Unterdrückung des Akutgeschehens vertieft sich aber langfristig chronisches Leid. So hat die unterdrückende medikamentöse Behandlung eines lästigen Scheideninfekts oder eines Scheidenausflusses nur den Sinn, der Patientin diese Beschwerden vordergründig zu nehmen. Die Frau besitzt aber eigene Fähigkeiten, das Problem zu lösen. Man wird also in einem solchen Fall alternativ nicht umhin kommen zu fragen, welche tieferen Bedingungen ihres Seins an der Entwicklung dieser lästigen Störung beteiligt sind. Das Organ Scheide verfügt über ein biologisch eingerichtetes Säuremilieu, das krankhafte Belastungen abweisen kann. Übergeordnete hormonelle Vorgänge garantieren diese örtliche Harmonie. Allein eine tiefe seelische Not, bezeichnenderweise im sexuellen Bereich (z. B. nach sexuellem Missbrauch in früher Kindheit) in Verbindung mit aktuellen Krisen in der Partnerschaft können der eigentliche Hintergrund für dieses örtliche Geschehen sein. Solange ihre Beschwerden anhalten, wird diese Frau auf der Suche nach den Ursachen bei sich selbst beginnen und bei guter Begleitung an den Kern ihrer chronischen Lebensstörung kommen können. Das örtliche Geschehen könnte ihr dann als eventuelle unbewusste Ablehnung des Sexualpartners und des Sexualakts verständlich werden. Ein frühes seelisches Trauma könnte also durch die schulmedizinische Lokalbehandlung weiter verschleiert bleiben und dieser Frau eine ausgeglichene und authentische Lebenseinstellung zunehmend unmöglich machen. Es könnte damit ein chronischer, ihr inneres Leben (zer-)störender Herd mit ungewissen Zukunftsaussichten bleiben, sofern eine zu erwartende, ständige Wiederholung der gleichen Scheidenstörung (sog. Rezidivneigung) und die damit

verbundene Wiederholungsbehandlung die ganze innere Not noch verschärft.

Der Mensch ist nicht aufteilbar in verschiedene Organregionen, die dann auch noch jeweils fachärztlich verwaltet werden. Jedes örtliche organische Geschehen entsteht aus dem Kontext Mensch und seinem jeweiligen psychosozialen Spannungsfeld, also aus sich selbst heraus. Jede krankhafte Lokalentwicklung hat ihre Vorgeschichte, ihren Weg. Hier die entsprechenden Zeichen zu erkennen, zu verstehen und ganzheitlich mit ihnen abwartend und aufklärend umzugehen, führt zu mehr persönlicher Integrität, zu mehr Wohlbefinden und Gesundheit.

Was ich bisher skizziert habe, beschreibt Vorgänge, die heute in der Psychosomatik und darüber hinaus in der Psychoanalyse/Psychotherapie behandelt werden. Ich will hier meine Sympathie für alle Therapieverfahren, die zuerst die Psyche im therapeutischen Blickfeld betrachten, nicht verhehlen. Die alltägliche Arztpraxis des Allgemeinmediziners hätte hier wichtige Aufgaben zu erfüllen, um „Lokalreparateure“ an ihrem Tun zu hindern. Diese Funktion wird aber wegen der „Fünf-Minuten-Medizin“ und der Unterbewertung von Gesprächen mit der Patientin heutzutage kaum mehr wahrgenommen. Die Psychotherapie findet ihren erbärmlichsten Ausdruck in der sofortigen Verordnung von Psychopharmaka. Auf diese Weise werden persönliche Probleme nur verschoben und nicht behoben.

Die verbale Psychotherapie, die Gesprächstherapie, ist die menschlichere Lösung. Aber das Sprechen - soweit es überhaupt möglich ist - berührt nur die geistige Sphäre, führt zu Einsichten, durch die allein ganzheitliche Lösungen nicht zwingend erfolgreich sind. Aber Einsichten helfen zunächst weiter, das eigene Handeln zu überdenken. In der heutigen Praxis bedeutet dieses Vorgehen einen immensen Zeit- und Geldbedarf. Die Psychoanalyse kann über Jahre andauern. Hier kommen wir also bald an die Grenzen des Praktikablen und Wirtschaftlichen. Die Depression ist heute als „Volkskrankheit“ anerkannt, aber mit diesem Arztsystem nicht mehr zu bewältigen.

Um wie viel eleganter und billiger ist dagegen die Homöopathie: Eine wie auch immer erkrankte Frau wird ihre Unfähigkeit, den krankhaften Prozess zu lösen, sowohl in objektiven, in zur Krankheit gehörenden Symptomen als auch in individuellen, in subjektiven Symptomen ausdrücken. Die objektiven Symptome führen zu der schulmedizinischen Diagnose und bei zusätzlichem Leidensdruck zum ärztlichen Handlungsbedarf. Mit den individuellen Symptomen beschreibt die Patientin ihre persönliche Notlage, ihre durch die Krankheit erworbenen Empfindlichkeiten, die in den Symptomen zum Ausdruck kommen. Zu der subjektiven Symptomenlage müssen wir nun dasjenige Arzneimittel suchen, das ein ähnliches Leiden (griechisch: homoion pathos) hervorbringen kann. Gesunde Arzneiprüfer

haben in Selbstversuchen ihre individuellen Empfindlichkeiten erlebt und beschrieben. Dieses Arzneiwissen steht seit über 200 Jahren zur Verfügung. Diese eine nun als „ähnlich“ erkannte Arznei wird ihr, der Patientin, in verdünnter und verschüttelter (= dynamisierter) Form gegeben. Daraufhin wird sie aufgrund der Ähnlichkeitsbeziehung einen Reizeffekt als eine Provokation, als eine Steigerung ihrer Empfindlichkeiten wahrnehmen. Patienten beschreiben dies als Erstverschlimmerung, Homöopathen wählen die Bezeichnung Erstreaktion. Nach einer anfangs möglichen, kurzzeitigen Verschlechterung werden sich alle körpereigenen Kräfte stimuliert zeigen und eine Ordnung und Harmonie wiederherstellen, die ihren inneren natürlichen Gesetzen folgt (Zweitreaktion). Die biologische Entwicklung der Krankheitsauflösung folgt dem gleichen Weg wie ihre Entstehung: Von innen nach außen gerichtet, vom Zentrum zur Peripherie, vom zentralen Nervensystem zur Schleimhaut und Haut, vom Vollorgan zum Hohlorgan und weiter zu den Mündungen, den Körperausgängen.

Das bedeutet aber auch, dass dieser biologisch richtige Weg unterstützt und verfolgt werden muss. Denn solange das geschieht, entschärft sich der gesamte Krankheitsprozess. Am Ende lohnt die Geduld, den peripheren Störungen Zeit gelassen zu haben, sie nicht vorrangig unterdrückt und beseitigt zu haben.

Was ist nun zu beobachten? Der innere zentrale Reaktionsablauf führt zu Klärungen. Die „Verschlimmerung“ macht das Leiden noch unerträglicher und der Mensch beginnt spontan und authentisch zu handeln, wird aktiv. Der Frau werden die Ungereimtheiten in ihrer Beziehung klarer und sie ändert ihr Verhalten. Man kann auch sagen, sie reduziert ihren inneren Druck, und die peripheren Störzeichen (oder auch Alarmzeichen) werden immer weniger notwendig, klingen ab. Die Scheide normalisiert und stabilisiert sich wieder, trotz vormalig festgestellter Besiedelung mit pathogenen Keimen. Sie sind schließlich nicht mehr nachzuweisen, einfach verschwunden, besiegt von einer normalisierten Schleimhautflora. Das Gleiche geschieht in der Harnblase, auch wenn zuvor eine Entzündung mit einer viel zu hohen Keimzahl festgestellt wurde. Aus diesen Beobachtungen und Lösungen erklärt sich die Haltung vieler Homöopathen, dass „Erreger“ nicht die Ursache von Erkrankungen sind! Vielmehr gibt jeder Mensch aus eigenen Bedingungen den Erregern den Raum, den sie für ihre Vermehrung benötigen. Nach Erregern sucht die konventionelle Medizin, weil sie Antimittel einsetzen möchte. Homöopathen unterstützen die Bemühungen der Erkrankten, die innere Stabilität wieder zu erlangen. Dann kann für den Patienten der Verzicht der Antimittel möglich werden. Das erfreuliche Ergebnis ist die Leistung der Überwindung der Krankheit aus eigener Kraft als gewonnene Erfahrung.

Es müssen sich nach einer homöopathischen Arzneigabe nicht immer gleich Harmonie und vollständige Heilung einstellen. Gerade bei chro-

nischen Krankheiten kann nach der ersten Arzneieinnahme beobachtet werden, dass eine Entwicklung nur angeschoben wird, dass zunächst eine ältere, vormals behandelte Störung wieder erscheint, von der sich die Patientin früher durch die Schulmedizin befreit glaubte. Das ist zunächst ein Ärgernis für die Patientin, aber dennoch sehr günstig. Beweist es doch, dass es nach der damaligen Behandlung keine Heilung gegeben hat, sondern nur eine Unterdrückung. Nun sind wir in der Regel gut beraten, nicht einzugreifen, sondern dem Heilungsverlauf zunächst seinen eigengesetzlichen Weg zu belassen. Dieser Frau wird nun eine zweite Chance gegeben, das alte Leiden nochmals aus eigener Kraft aufzulösen, denn es scheint durch sein Auftreten eine bedeutende Rolle in ihrer reduzierten Gesamtverfassung zu spielen.

Das Problem in der Praxis stellt sich nun mit der Geduldsfrage für Patientin und Behandler: Sucht die betreffende Person nämlich andernorts Hilfe, werden jene Entwicklungen nicht berücksichtigt und wieder allein örtlich wirkende Maßnahmen angewendet. So können daraus leicht ein Rückfall und eine Vertiefung des chronischen Leidens mit abnehmender Heilbarkeit resultieren. Einem Homöopathen kann das auch passieren, wenn er den Überblick über die Reaktionen nach seiner ersten Arzneigabe verliert und voreilig eine erneute Verordnung gegen die Erstreaktion vornimmt.

Im Prozess der homöopathischen Heilung, der den natürlichen Weg der Selbstheilung anregt, durchlebt die Frau ihre alten Leiden. Dieses wird kurzfristig übertrieben (provoziert) und oftmals unerträglich, sodass sie gezwungen wird, es anzunehmen. Dabei löst sie ihre Störung zuerst nur im Geist, dann in der Seele und zuletzt im Körper. So erlangt sie Bewusstheit, fühlt sich selbst und erlebt abklingende körperliche Symptome. Sehr häufig schließt sich diesem Vorgang das Verlangen nach einer Psychotherapie an, eine ideale und dann besonders ergiebige Ergänzung zur Homöopathie, die in den meisten Fällen jedoch nicht notwendig ist. Die Homöopathie wird, wenn es nicht mehr weitergeht, langfristig am besten ergänzt durch die Chirurgie. Denn wenn organische Verhältnisse nicht mehr behebbar sind z. B. durch Elastizitätsverluste und Gewebeschäden wie bei fortgeschrittener Gebärmutterensenkung, bei Leistenbrüchen, bei Krampfadern oder wenn sich Tumore gebildet haben, also bei Zuständen, die auf die dynamische Eigenregulation nicht mehr genügend ansprechen, können wir an die Grenzen der Selbstheilung kommen.

Die Domäne der Homöopathie liegt in der Verhinderung und in der Beeinflussung chronischen Leidens, besonders durch das überlegte Begleiten der akuten Krisen, für die es - falls erforderlich - homöopathische Arzneiunterstützung gibt. Dieses Vorgehen erweist sich als besonders erfreulich, nützlich und erfolgreich in den Anfängen des Lebens: in der Schwangerschaft und bei der Geburt eines Kindes. Denn diese Lebensphase einer Frau bietet an sich ein hohes Maß an Persönlichkeitsentfaltung und

Selbsterfahrung, wenn man aktiv auf Betäubung verzichtet. Mit homöopathischen Arzneien gelingt dies gut! Der Gewinn durch die Homöopathie ist in jedem Fall für das Individuum zu sehen. Es wachsen das Selbstbewusstsein und das „Ich“ als Grundlagen einer starken Persönlichkeitsentfaltung, die mit sich in Harmonie kommen kann. Krankheiten haben dann immer weniger eine Chance, denn eine starke Persönlichkeit hat die geringsten Gründe zu erkranken.

Zunächst also kann die Homöopathie als eine Art Weichenstellung für die eigene Persönlichkeitsentwicklung verstanden werden, und zwar von klein auf. Sie kann in vorzüglicher Weise das heutige therapeutische Vakuum füllen, wenn Unwohlsein oder Überempfindlichkeit (Allergie) vorherrschen, ohne dass substanzielle Organveränderungen vorliegen. Mein persönliches Anliegen ist es, von vornherein schulmedizinische Arzneien wie Fieberzäpfchen, Schmerzmittel, Antibiotika, Hormone und ganz besonders Kortison zu vermeiden, wo und wann immer es nur geht. Bei konsequenter homöopathischer Therapie werden unerwartete Notfälle immer seltener, und langfristig stellt sich gesundheitliche Stabilität ein - in etwa parallel zu der wachsenden Eigenverantwortung. So erfüllt die homöopathische Arznei im wahrsten Sinne den Inhalt des Wortes „Medizin“ (lat.: in mediam ducere): den Patienten in seine Mitte führen.

Wer also andere Wege als die von der konventionellen Medizin vorgedachten und in Schemata festgelegten gehen möchte, kann mit den Androhungen von Maßnahmen wie Antibiotika, Hormone, Ausschabungen oder Operationen gänzlich anders umgehen. Diesen roten Faden verfolge ich im gesamten Buch.

I. Was ist Homöopathie?

Der Begriff wurde von Samuel Hahnemann (1755-1843) geprägt, der dieses Therapieverfahren entwickelte. „Homoion“ kommt aus dem Griechischen und heißt ähnlich, „pathos“ heißt Leiden, zusammen also „das ähnliche Leiden“. Medizingeschichtlich lässt sich am besten darstellen, was es mit der Homöopathie auf sich hat, und warum sie heute immer noch oder wieder so aktuell ist.

Samuel Hahnemann wurde 1755 in Meißen/Sachsen geboren. Als Zeitgenosse Goethes erwarb er sich zunächst als Chemiker einen wissenschaftlichen Ruf, studierte die Pharmazie, bevor er noch eine Medizinausbildung anschloss. Er zögerte zunächst jedoch, eine ärztliche Praxis zu gründen. Der Zustand der Medizin um 1790 war nach seinem Empfinden schlecht, denn sie ignorierte die Ganzheit Mensch, behandelte zu grob und zu verletzend. In der Regel war für die Patienten die Behandlung der Krankheit beeinträchtigender, als die Krankheit selbst zu ertragen.

Die Grundlage des medizinischen Handelns war damals die Säftetheorie nach Hippokrates, bei der es um die Vorstellung ging, dass der Mensch von vier verschiedenen Säften beherrscht werde. Waren diese Säfte nicht im Gleichgewicht, lag Krankheit vor, was zu übertriebenem Einsatz von Arzneien und zu Manipulationen am Körper veranlasste mit der Absicht, Ausscheidungen von „kranken“ Körpersäften zu steigern. Die gewonnene Ausgleichsbehandlung sollte die Gesundheit wiederherstellen. Bei den Arzneien mussten für diesen Zweck Überdosierungen gewählt werden, wodurch man Krankheitsbilder in Arzneivergiftungen überführte. Das Vergiftungsbild verdrängte schließlich die Krankheit.

Auch heute hat die Menschheit zu viele Arzneieinnahmen zu verkraften, da die reine naturwissenschaftliche Sicht der Krankheitsursachen in erster Linie stoffliche, materielle Lösungen anbietet. In den Kombinationen von Medikamenten, die keiner im Gesamteffekt mehr überblickt, liegt in der Gegenwart das Gefährdungsrisiko. Heute wie vor 200 Jahren ist ein Umdenken erforderlich, um Wege aus dem chronischen Kranksein zu finden! „Aude sapere“ - wage zu wissen, wählte sich Hahnemann als Leitspruch!

Zunächst verdiente sich Hahnemann seinen Lebensunterhalt mit Übersetzungstätigkeiten. Seine umfangreichen Sprachkenntnisse ermöglichten dies. So gelangte er an das Werk des schottischen Pharmakologen William Cullen, das er aus dem Englischen ins Deutsche übersetzte. Dieser schrieb über die Wirkung der Chinarinde (*China officinalis*), dass die Bitterkeit dieser Arznei die Magensäfte stimuliere, und so ihre erfolgreiche Wirkung bei der Behandlung von Malaria zu erklären sei. Ein Kapitel zuvor

wurde die Ignazbohne (*Ignatia amara*) abgehandelt, die noch viel bitterer, aber bei Malaria dennoch wirkungslos ist; andere Malariamittel der Zeit waren sogar gänzlich frei von Bitterkeit. Dieser Widerspruch ließ Hahnemann keine Ruhe. Er tat dann etwas sehr Ungewöhnliches: Er begann im gesunden Zustand, diese Arznei in kleinen Mengen selbst einzunehmen und zu prüfen - die erste Arzneiprüfung. Jahre zuvor hatte er schon einmal den Zustand eines Malaria-Rückfallfiebers und die heilende Wirkung der Chinarinde an sich selbst erfahren. Und nun, 1790, erlebte er durch die Prüfung der Chinarinde, dass diese Substanz eine Arzneikrankheit in ihm auslöste, die, zwar milder und ohne Fieber, aber dennoch ein Symptomenbild hervorzubringen imstande war, das ihn an sein damaliges Erleben der Malaria erinnerte.

Seine hypothetische Schlussfolgerung war, dass es eine Ähnlichkeitsbeziehung der Arznei zum Symptomenbild des erkrankten Menschen gibt, die möglicherweise heilt. Daraufhin prüfte er sechs Jahre lang im engsten Familien- und Freundeskreis viele andere Arzneien (die Protokolle liegen vor: (1)) und setzte diese im Umkehrschluss, also nach der Ähnlichkeit bei Kranken ein, bis er durch seine ersten Behandlungserfolge von der Richtigkeit dieser Annahme überzeugt war.

1796 wird offiziell als das Geburtsjahr der Homöopathie angesehen, weil Hahnemann in diesem Jahr seine Ansichten im *Hufeland-Journal* der Öffentlichkeit bekannt gab. Diese sechs Jahre belegen die Gründlichkeit seiner Nachprüfungen, immerhin ein Zeitraum, in dem heutzutage ein vollständiges Medizinstudium absolviert wird. Hahnemann hatte als bekannter Chemiker einen wissenschaftlichen Namen zu verlieren, dennoch verschrieb er sich von da an nur noch stärker der Homöopathie! Er hielt fest:

„Jede Arznei löst im Menschen eine künstliche Krankheit, eine Arzneikrankheit aus.

Man ahme die Natur nach, welche zuweilen ein chronisches Leiden durch ein akut hinzukommendes heilen kann und wende in der zu heilenden Krankheit dasjenige Arzneimittel an, welches eine andere, möglichst ähnliche, künstliche Krankheit zu erregen imstande ist und jene wird geheilt werden.“

Jahre später, mit wachsender Gewissheit und Erfahrung, formulierte er den ganzen Anspruch an die homöopathische Arzneitherapie (2):

„Wähle um sanft, schnell, gewiss und dauerhaft zu heilen in jedem Krankheitsfalle eine Arznei, welche ein ähnliches Leiden (= *homoion pathos*) für sich erregen kann, als sie heilen soll.“

Aus meiner ganzen bisherigen Erfahrung kann ich dies nur nochmals unterstreichen: Sanft, schnell, gewiss und dauerhaft, das heißt human und rückfallfrei (rezidivfrei).

Für diese Vorstellung der Lösung einer Krankheit in dynamischer Weise wurde eine genauere Definition von Gesundheit und Krankheit notwendig. Hierzu wählte Hahnemann den einsehbaren und bekannten Begriff der „Lebenskraft“, die den Menschen als Ganzes belebt und im harmonischen Gleichgewicht hält.

„Krankheit ist Verstimmung der Lebenskraft“ - die kürzeste, einfachste und dennoch genaueste Definition von Krankheit, die ich kenne. Hahnemann schreibt hierzu in seinem Grundlagenwerk, im „Organon der Heilkunst“ (2) im Paragraph 9:

„Es waltet die geistartige, als Dynamis den materiellen Organismus belebende Lebenskraft, die harmonisch alle seine Teile (Körper), seine Gefühle (Seele) und seine Tätigkeiten (Geist) aufrechterhält, so dass wir dem höheren Daseinszweck dienen können.“

Krankheit bedeutet demnach das Verlassen dieser Harmonie, die Disharmonie, und der Beginn der Störung folglich an zentraler Stelle, im dynamischen Bereich der lenkenden Kraft, der Lebenskraft. Von hier nimmt alles seinen Anfang und wirkt sich sukzessive peripher aus. Nach dieser Beobachtung ist der Organismus stets bemüht, seine lebenswichtigen Organe, die Zentren, unbeschadet zu halten und das Kranke fortlaufend an den Rand zu den Ausscheidungsorganen zu lenken. Wenn es zu einer Stagnation oder zu einer Umkehrung dieser Entwicklung kommt, vertiefen sich die Beschwerden und Beeinträchtigungen. Dann erweisen sich die Lebens- und die Selbstheilungskraft als zu schwach, bedürfen eines Impulses für die Korrektur, einer wieder in die Mitte führenden Maßnahme. Letztere kann daher auch nur „geistartiger“ Natur sein; die homöopathische Arznei hat diesen „geistartigen“, immateriellen Charakter. Nach unseren heutigen Vorstellungen ist „geistartig“ ein Begriff, den wir besser mit „energetisch“ übersetzen. Erfassen können wir diese lenkende Lebenskraft nur in ihren Auswirkungen: Sie bewirkt den Lebensimpuls, die erste Zellteilung nach der Befruchtung, entwickelt die Organe, leistet die Verfeinerung aller Lebensaufgaben und -inhalte und führt zu Bewusstheit mit dem täglichen Erwachen nach dem Schlaf. Am Ende des Lebens verlässt sie uns, und wir erleben so auf eindruckliche Weise, was sie am bzw. im Menschen bewirkt! Ist der Mensch gesund, kann er seinen Körper und seine Fähigkeiten uneingeschränkt zum höheren Daseinszweck nutzen, wie Hahnemann schreibt. Biologisch gesehen geschieht dies in der Zeugung bzw. in der Erhaltung der „Art Mensch“ sowie in der Ausbildung und Realisierung seines Ichs. Hierin erweist sich der Mensch als kreatives Mitglied seiner Gesellschaft. „Uneingeschränkt nutzen“ meint hier einfach, sich seiner Möglichkeiten uneingeschränkt zu bedienen.

Ist die Lebenskraft „verstimmt“, d. h. energetisch geschwächt, kommt es zu Disharmonie und Beschränkung: Es entstehen Symptome. Der Begriff Symptom stammt aus dem Griechischen und bedeutet: Zufall, Ereignis

nis, Befall oder Vorkommnis. Die Disharmonie bewirkt eine Störung der Lebensvorgänge, die zu Beschwerden führen, zu Symptomen, die dem Erkrankten „zufallen“ und daher kein Zufall sind! Er hat also zu diesen Beschwerden eine eigene Beziehung, und die Symptome werden wieder abklingen, wenn die Krankheit ausgestanden und überwunden ist. Symptome sind daher individuelle Phänomene, die, solange sie bestehen, die Unfähigkeit des Kranken beschreiben, aus eigener Kraft die Krise zu überwinden. Hahnemann schreibt dazu im Organon im § 6:

„Die Symptome sind als Phänomene und nichts anderes als Phänomene das unmittelbar erfahrene und erlittene und zu heilende Kranksein selbst.“

Und danach fasst er im § 7 zusammen:

„Das zu Heilende ist nichts anderes als die Gesamtheit der Symptome, der Symptomeninbegriff.“

Symptome können allgemeiner Art sein und bei mehreren Personen vergleichbar auftreten oder ganz eigen und einzigartig, eben höchst individuell sein. Demgemäß unterscheiden wir objektive, jedem Betrachter direkt sicht- und messbare Symptome von subjektiven und nicht sichtbaren, sondern nur individuell glaubhaft geäußerten Symptomen. In jeder Arzneikrankheit einer Arzneiprüfung wie auch in jedem Krankheitsfall sind objektive und subjektive Zeichen und Symptome feststellbar. Die Gesamtheit der Symptome, den Symptomeninbegriff, bilden wir in der Homöopathie aus den subjektiven, individuellen und einzigartigen Zeichen und Symptomen, um diejenige Arznei zu suchen, die in der Arzneiprüfung ähnliche Symptome auszulösen vermochte. Denn für diese Arznei wird unsere Patientin das Höchstmaß an Ähnlichkeit und damit zu erwartender Empfindlichkeit aufweisen. Eine bis dahin in Lösungsunfähigkeit verharrende Kranke wird nach einem solchen Arzneikontakt in subtilster und überzeugender Weise in ihrer Empfindlichkeit provoziert (sogenannte Erstreaktion) und das ihr „Zugefallene“ eigengesetzlich lösen. Dabei beobachten wir eine biologische Gesetzmäßigkeit des Ablaufs: Die Krankheit entsteht von innen nach außen und ebenso die Heilung: von der Zentrale, vom Nervensystem zur Peripherie!

Hering-Regel

Nach der Ähnlichkeitsregel gilt dieses zweite Naturgesetz, benannt nach Konstantin Hering (1800-1880), ein großer amerikanischer Homöopath mit einem Lehrstuhl an der Universität von Philadelphia (USA). Er formulierte diesen Erkrankungs- und Heilungsweg in den drei Richtungen, die stets verfolgt und bestätigt werden müssen, um auf der sicheren Seite des richtigen Therapieweges zu sein.

- von innen nach außen: von den Zentren nach außen zu den Ausscheidungsorganen

- von oben nach unten: innerhalb eines Organsystems wie Haut oder Verdauungstrakt
- in der umgekehrten Richtung des Auftretens der Vorerkrankungen: Nachdem ein Homöopathikum verabreicht wurde, kommt es zu Reaktionen und der Organismus beginnt, die zuvor nicht ausgeheilten oder unterdrückend behandelten Leiden erneut hervorzubringen, nun aber das letzte zuerst und dann die nächsten in der umgekehrten Reihenfolge.

Wir benötigen diese Regel, um über die Richtigkeit des Reaktionsweges Gewissheit zu erlangen. Die Patientin muss nun geschützt werden, dass sie diese Entwicklung ungestört vollziehen kann. Wenn es zum Stillstand oder gar zum entgegengesetzten Verlauf kommt, ist eine neue Arzneigabe des Reaktionsmittels notwendig. Vorher nicht!

Mit den 200 Jahren Arzneiprüfungs- und Anwendungserfahrungen besitzen wir umfangreiche Einblicke in die Symptomenwelt vieler Arzneien, die wir nun als „Arzneibilder“ beschreiben. In diesen Bildern können wir alle Auswirkungen der für die jeweilige Arznei spezifischen Störungen der Lebenskraft zusammenfassen, wie sie in den Biografien „von der Wiege bis zur Bahre“ zu beobachten sind und dann auch beeinflusst werden können (siehe als Beispiele im Kapitel III. die Gegenüberstellung des Pulsatilla- und Sepia-Arzneibildes).

Es muss an dieser Stelle betont werden, dass die für die Arzneifindung wichtigen Informationen weniger von der Krankheit selbst genommen werden, sondern es sich eine Art „Schlüssel-Schloss-Beziehung“ aus den individuellen Empfindlichkeiten der Erkrankten ergibt. Diese können in Ähnlichkeit bei den Arzneiprüfern wiedergefunden werden, die doch niemals so sehr erkranken werden, wie diejenigen, für die wir die Homöopathika später verwenden. So behandeln wir vorrangig den kranken Menschen und primär nicht die Krankheit. Es geht um die Fähigkeit der Selbstheilung als Teil der Lebenskraft, die einen Anstoß benötigt, um wirksam durchzugreifen. Nach der ersten provozierenden Reaktion erwarten wir, dass sie dieses leisten kann.

Für die Selbstheilung erschwerend wirken sich das genetische Erbe und die Umwelteinflüsse aus. Viele Ärztegenerationen vor Hahnemann waren bereits mit Beobachtungen und Beschreibungen hierzu beschäftigt. Hahnemann studierte besonders die Erkenntnisse des großen Mediziners Paracelsus von Hohenheim (1493-1542). Aus diesen Einsichten entstand die „Miasmentheorie“, ein von Hahnemann angedachtes geschlossenes Behandlungs- und Begleitkonzept, das im Weiteren noch genauer dargestellt wird (im Kapitel IV.: Chronische Krankheiten, Miasmen).

Hahnemann konnte in den sechs Jahren seiner Arzneiprüfungen und auch später auf seine pharmakologischen Vorkenntnisse zurückgreifen,

insbesondere was die Bereitstellung einer Arznei angeht, die nicht vergiften und Schaden zufügen darf, die aber feinstoffliche Arzneiwirkungen preisgeben soll! Er wählte ein Arzneiverdünnungsverfahren, das er standardisierte: In Verdünnungen von 1:100 wurden die hochgiftigen Arzneien wie z. B. Arsenoxid oder Aconitum napellus in Milchzucker verrieben und anschließend in Alkohol weiterverdünnt und verschüttelt. Dieses Vorgehen erlaubt, dass in Alkohol unlösliche Substanzen zunächst durch Verreibung vom Milchzucker aufgenommen werden können. Dadurch können auch Schwermetalle wie Gold oder Platin arzneilich aufbereitet werden. Nach dreimaliger Verdünnung und Verreibung im Milchzucker wird in Alkohol überführt und weiterverdünnt. Zur Aktivierung der Substanz wird die Flasche auf jeder Verdünnungsstufe zehn Mal kräftigst durchgeschlagen. Letzteres empfiehlt sich auch vor Anwendung von Pflanzendispersionen, um die vielen Schwebeteilchen durcheinanderzuwirbeln.

Die Verdünnungsgröße wird mit dem Buchstaben C (= Centum = 100) bezeichnet und die Verdünnungsstufe mit der Zahl hinten angehängt. Eine C 1 ist somit eine 100 hoch -1 (= 1:100) und damit eine über 10 Minuten im Mösergefäß zerriebene Arznei. Eine C 2 ist eine 100 hoch -2 (=1:10.000), also eine Arznei, die zweimal über 10 Minuten zerrieben wurde, nachdem ein Teil der C 1-Verdünnung der neutralen Verdünnungsmenge Milchzucker im Gewichtsverhältnis 1:100 zugeführt wurde. Darauf folgt noch die C 3. Ab der 4. Stufe wird im Verhältnis 1 : 100 gewichtsgleich ein Teil des Milchzuckerpräparates C 3 in 99 Gewichtsteile Alkohol (30-45%ig) überführt. Die mechanische Bearbeitung der flüssigen Arznei erfolgt nun mit kräftigen Schlägen auf eine in Leder eingebundene Unterlage gerichtet zum Erdmittelpunkt, so hat es Hahnemann für die Apotheker im „HAB“, dem „Homöopathischen Arzneibuch“, vorgeschrieben.

Nach Hahnemanns Tod wurden speziell in Deutschland die 1:10 (10 = decca = D), die D- Verdünnungen bevorzugt, die ebenfalls in jeder Stufe 10 Minuten verrieben und in den höheren flüssigen Verdünnungsstufen 10-fach verschüttelt bzw. zerschlagen werden.

Hierzu muss man wissen, dass 1830 der erste „Erreger“, die Milbe der Krätze, die man bereits mit der Lupe erkennen kann, entdeckt wurde. Es begann die bis heute andauernde „Erregertheorie“, in der die Behandlung einer Krankheit mit der Vernichtung des Erregers postuliert wurde. Ihr bekanntester Vertreter war Robert Koch, der Entdecker des Tuberkelbazillus. Diese Sichtweise ist natürlich sehr einseitig und wertlos bei Krankheiten ohne Erreger. „Bazillen“ und Viren sind schließlich nicht die Ursache von Erkrankungen, vielmehr bietet der Kranke mit seinen krankhaften Entgleisungen dem Erreger die idealen Vermehrungsmöglichkeiten. Will man nun allein dem Erreger zu Leibe rücken, so muss man gehörig große Arzneimengen heranzuführen, um diesen zu beeindrucken. Da versagen natürlich die homöopathischen Verdünnungen. Als Kompromiss haben

viele homöopathische Ärzte nach Hahnemann mit niederen D-Potenzen gearbeitet. Schließlich wollten sie nicht im völligen Abseits der Neuzeit stehen. Diese sogenannte „Tiefpotenzhomöopathie“ neigte immer häufiger zu Komplexmitteln, weil aus Mangel an durchschlagender Wirkung mit Einzelmitteln das Heil in der Zusammenführung mehrerer Arzneien gesucht wurde. Mit diesen Kombinationen werden heute noch in den Apotheken die besseren Umsätze erwirtschaftet. Denn diese Mehrfacharzneien lassen sich unter wohlklingenden Namen konfektionieren und mit Fantasiepreisen ausstatten.

Hingegen mit den Einzelarzneien verdienen die Firmen weniger, haben sie doch den erheblich höheren Aufwand der von Hahnemann geforderten Handarbeit der Verreibung und Verschüttelung zu leisten. Zur Abgrenzung nennen wir diese Homöotherapie „die klassische Hahnemannnische“. Ihre Kennzeichen sind die C-Potenzwahl, die in immer größere Verdünnungsstufen vordringt, in die C 30, C 200, C 1.000 und noch weitere Potenzen, sowie der Einsatz von nur einer einzigen Arznei, die aber in Abfolgen gewechselt werden kann.

Mit Einzelarzneien allein können die Ähnlichkeiten geprüft, können die Vorgaben erfüllt werden, jedem Kranken sein individuelles Mittel zuzuführen. Stimmt die Schlüssel-Schloss-Beziehung, so werden die höheren C-Potenzen gerade die besseren und wirksameren sein. Dieses Paradoxon, die Arznei wird immer dünner und wirkt immer besser, erklärt sich aus der Empfindlichkeitsbeziehung Patient/Arznei. Für die Provokation des Kranken ist die hoch potenzierte Arznei gerade die „stärkste“, die Menge ist nicht mehr relevant.

Nach den Gesetzen der Physik haben wir die Loschmidt'sche oder Avogadro'sche Zahl zu beachten, die D 23, die zwischen der C 11 und der C 12 liegt. Dort heißt es, dass nach dieser Verdünnung keine Substanz mehr vorliegt, alles wurde beseitigt. Wenn Sie in das Kapitel XXVIII. schauen, entdecken Sie viele Empfehlungen von Behandlungen mit der C 30-Potenz. Das sind aus schulmedizinischer und physikalischer Sicht Therapien mit „Nichts“, reine „Plazebobehandlungen“, so der fortwährende Kommentar an die Homöopathen. Wie erklärt sich dennoch eine Wirkung, wenn wir in den Berichten der Arzneiprüfer Beschreibungen von Symptomen registrieren, die uns wiederum mit hohen C-Potenzen bei der Behandlung von Kranken nützen? Wir beobachten Erfolge in der Behandlung Bewusstloser und auch in der Behandlung kranker Tiere und Pflanzen. Die klassische Homöopathie passt nicht in das Weltbild der Schulmedizin und wird pauschal abgeurteilt. Wissenschaftler der Physik sind da etwas vorsichtiger. Sie kennen das Phänomen der „Cluster“: Wasser und Alkohol sind deshalb so günstige Lösungsmittel, weil sie zur „Clusterbildung“ fähig sind. Das sind Nester von Moleküleinschlüssen im Verdünnungsmedium. Wenn das

Medium nun verdünnt und verschüttelt wird, intensiviert man diese Cluster in ihrer Besonderheit. So lässt sich eine materielle Arzneisubstanz in eine immaterielle Cluster-Information überführen. Der durch die Krankheit sensibilisierte Mensch reagiert hoch spezifisch auf gerade jenen Reiz, den die Arznei in den Clustern ausmacht, viel effektiver, als wenn man ihn mit der bloßen unverdünnten Substanz in Kontakt bringen würde. Diese Beobachtung wird mit dem Ausdruck der „Potenzierung“ beschrieben, das Mächtigerwerden der Arznei durch die mechanische Bearbeitung des Verdünnungsmediums. Wird keine mechanische Bearbeitung vorgenommen, so lässt die Wirkung der Arznei nach. Die Potenzierung ist folglich das Wesentliche der homöopathischen Arzneierstellung.

Für besonders empfindliche Patienten wie die Allergiker und wenn heftige Arzneireaktionen wie in der Schwangerschaft vermieden werden sollen, hat Hahnemann im hohen Alter von über 80 Jahren die LM- oder auch Q-Potenzen entwickelt. Seine Anhänger konnten ihm zunächst schwer folgen. Wieder einmal zeigte sich Hahnemann seiner Zeit weit voraus. Die LM-Potenzen beschrieb er in der 5. Auflage des „Organon der Heilkunde“ und nahm noch in der letzten, der 6. Auflage (2), geringe und für Anwender vernachlässigbare Veränderungen vor, die er mit dem Kürzel „Q“ (Quinquagintamillia) kenntlich machte. LM-Potenzen sind 1:50.000 (LM römisch = 50.000) verdünnt und auf jeder Stufe 10-mal zerschlagen. Die Herstellung erfolgt aus der C 3 Milchzuckerverreibung. Diese wird in eine C 4 Alkohollösung überführt und verschüttelt. Neu ist nun die Versprühung der alkoholischen Arznei auf mohnsamenkornkleine Globuli im Gewichtsverhältnis Alkohol:Globuli von 1: 500. Diese Globuli werden als LM I bezeichnet. Wenn diese LM I wieder in Alkohol im Gewichtsverhältnis von 1:100 eingebracht und verschüttelt und anschließend erneut auf die kleinen Globuli 1:500 versprüht werden, so erhalten wir die LM II. So wird immer weiter verfahren. Die reine Verdünnung ergibt hier $100 \times 500 = 50.000$. Aber nur 1x wurde auf jeder Verdünnungsstufe „potenziert“. Das Verdünnen schreitet also viel rascher voran als das Potenzieren. Überempfindliche hochreaktive Patienten werden mit den LM- oder Q-Potenzen sanfter behandelt als mit den hohen C-Potenzen. Man kann diese Potenzen häufiger wiederholen. Der Nachteil ist eindeutig die mangelnde Übersicht, weil es keine klaren Erstreaktionen gibt und die Arznei daher schwer zu steuern ist. Es gilt zu beachten, dass kranke Menschen wesentlich empfindlicher auf Arzneien reagieren als Gesunde. Daher sind Kranke die besseren Arzneiprüfer, wenn sie die passende Arznei bekommen haben. Dann erleben die mit LM-Potenzen Behandelten zunächst schwach fortschreitende Besserungen, die irgendwann ihren Höhepunkt erreichen, um bei weiter fortgesetzter Arzneieinnahme nun wieder in die „Verschlechterung“ zu geraten. Die Erklärung: Die richtige Arznei führt ohne heftige Erstreak-

tionen zu kleinen fortschreitenden Besserungen, bis sich die Reaktionen erschöpft haben und die Patientin in die beginnende Arzneiprüfung hineingerät. Die Empfehlung für die Verordnung aus dieser Erkenntnis lautet, die Arzneieinnahme zu beenden, wenn eine Besserung bemerkt wird (was im Allgemeinen erst recht spät wahrgenommen wird) oder wenn sich alles wieder verschlechtert (= beginnende Prüfung). Erst mit der Rückkehr der Symptome und der Krankheit werden die LM-Potenzen fortgesetzt, nicht mehr kontinuierlich gegeben und seltener wiederholt. Jederzeit ist der Wechsel auf eine hohe C-Potenz möglich, nach der große Pausen eingehalten werden. Auch mit den C-Potenzen drohen unfreiwillige Arzneiprüfungen, wenn diese ohne Grund zu früh wiederholt werden.

LM-Potenzen sollten als Globuli erhältlich sein, aber vor der Einnahme wieder in Wasser aufgelöst, zerschlagen und teelöffelweise zugeführt werden. Üblicherweise werden gleich LM-Lösungen verkauft, in denen die Globuli bereits eingebracht worden sind. Aber auch hier empfiehlt es sich, einige Tröpfchen in ein mit etwas Wasser gefülltes Glas zu geben, zu verrühren und in kleinen Gaben zu verabreichen. Wie häufig das geschieht, hängt von dem Erfolg ab, wie deutlich die Besserung voranschreitet.

In der Anwendung empfiehlt es sich,

- die LM I für chronische schwer beeinflussbare körperliche Leiden,
- die LM VI als ideale Einstiegsgröße oder zur Beurteilung des Reaktionsverhaltens der Erkrankten bei Erstkontakt vor Einsatz eines Homöopathikums in einer C-Potenz und
- die LM XVIII für psychische Erkrankungen oder Langzeittherapien einzusetzen.

Die LM I kann täglich, die LM VI zwei bis drei Mal pro Woche und die LM XVIII in der Gabe zwei bis vier Mal pro Monat verabreicht werden.