

Schnupfen

Tuberculinum

Auslösende Faktoren

- Wetter- oder Klimawechsel von warm auf kalt-feucht oder kalt auf warm zu lange feuchte Wetterphasen

Symptome

- sehr wechselhaft
- Fließschnupfen mit viel Niesen
- morgens dicke, gelbe bis grünliche reichliche Absonderung
- es bilden sich viele Krusten in der Nase
- unstillbares Verlangen nach frischem Obst oder kräftigem Essen

Sobald der Tuberculinum-Mensch krank wird, fängt er an zu frieren und wird unruhig. Das tagtägliche Leben wird ihm zu fade. Er muss etwas unternehmen. Sein Appetit und Durst leidet keineswegs unter der Erkrankung. Auf Zitrusfrüchte und -getränke entwickelt er einen richtigen Heißhunger. Großer Appetit auf kräftige Nahrung kann auch vorkommen.

Trotz des Frierens tut ihm der Aufenthalt an der frischen Luft allgemein gut und bessert auch all seine Symptome.

Dosierung

Tuberculinum C 200, 1- 2 Gaben täglich, bis der Schnupfen weg ist.

Tipps

Es ist für Sie als Tuberculinum-Menschen wichtig, Ihren echten Bedürfnissen, die bei einer akuten Erkrankung hochkommen, voll nachzugehen. Sollten Sie zehn Orangen an einem Tag essen wollen, ist das genau das Richtige, um Ihr Immunsystem aufzubauen. Manche haben das typische Verlangen, den ganzen Tag draußen zu sein und danach ein kräftiges Essen zu sich zu nehmen.

Euphrasia

Auslösender Faktor

- Wind

Symptome

- heftiger Fließschnupfen, der den Kehlkopf angreift und einen harten Husten verursacht
- Husten, morgens mit reichlichem Auswurf
- Husten locker am Tage, nachts trocken, besser im Liegen
- Fließschnupfen am Tag
- die Nase ist nachts und im Liegen verstopft
- Augen ätzend, tränend, blutunterlaufen, durch Wind gereizt
- Nasensekret mild

- Es fröstelt ihn, aber das Gesicht ist heiß

Bei Euphrasia bleibt es nicht bei einem Schnupfen, sondern es entwickelt sich immer auch ein Husten. Die Krankheit kann sich relativ schnell entwickeln. Im Gegensatz zu Allium cepa sind die Augen bei Euphrasia stark angegriffen und sondern ein ätzendes, wundmachendes Sekret ab. Euphrasia ist auch ein Frühlingsmittel und mit dem Neubeginn kommt das Bewusstsein nicht mit. Der Mensch fühlt sich schutzlos. Bald werden die oberen Luftwege angegriffen, und ein harter trockener Husten wird ausgelöst. Er kann die Realität, dass die Natur sich immer wieder regeneriert, schlecht anschauen. Er will lieber das Öde behalten, als noch einmal zu erleben, dass alles wieder vergeht.

Dosierung

Euphr. C 200, 2 - 3x täglich, 2 - 3 Tropfen.

Tipps

Schon bei den ersten Anzeichen von Frühling sollte der Euphrasia-Mensch seine Haltung straffen, indem er seine Schultern nach hinten wirft und den Brustkorb vorstreckt. Tief die vitalisierende Luft einatmend kann er jetzt sein Zuhause und seinen Garten für den Neubeginn vorbereiten.

Mercurius solubilis

Auslösender Faktor

- kalte, rauhe, feuchte Luft

Symptome

- Nase wird sehr schnell wund und tut weh
- viel Niesen
- anfangs reichliche, wässrige, ätzende Absonderung
- später dicker, grüner, übelriechender Eiter
- reichlicher übelriechender Schweiß
- Verschlechterung durch Zugluft
- unruhig, fühlt sich unbehaglich, weil ihm keine Temperatur auf die Dauer angenehm ist
- Gliederschmerzen
- Heiserkeit
- Husten mit Durchfall
- rauher, trockener, kitzelnder Husten
- mit leichtem Stechen in der Brust, schlimmer beim Niesen und Reden, abends und nachts
- die Zunge ist schlaff, blass, geschwollen mit Zahneindrücken an den Rändern

Dies Mittel vermag sowohl sehr tiefsitzende hochakute als auch sehr chronische Entzündungen zu heilen. Wenn das Gefühl der schleichenden Kälte nicht beachtet wird, ist Mercur den Dulcamara-Symptomen sehr ähnlich.

Wenn der Mercurius-Mensch durch Kälte krank wird, geschieht das schnell, und er fängt furchtbar an zu frieren. Andererseits mag er keine warmen Räume, dadurch fließt die Nase viel mehr. Er reißt die Fenster auf, aber der Luftzug tut ihm auch nicht gut und die Kälte lässt die Nase noch mehr fließen. Bald fühlt er sich fiebrig und bekommt großen Durst auf kalte Getränke. Er muss zwar viel

Grippe - Erkältungskrankheiten

schwitzen, aber das hat keine heilsame Wirkung auf die Erkältung. Nachts ist die Nase meist verstopft. Die schlaffe, blasse, geschwollene Zunge mit oder Zahneindrücke ist oft ein guter Hinweis auf Mercurius.

Dosierung

Merc. C 200, 2x täglich eine Gabe

Tipps

Der Feind des Mercur-Menschen ist die Kälte. Wenn er fühlt, wie die Kälte in ihn schleicht, muss er sofort etwas dagegen unternehmen. Er muss für Wärme und trockene Luft sorgen. Wichtig ist es für ihn, innerlich aktiv und dynamisch zu sein.

In einem warmen, gelüfteten Raum leicht zugedeckt zu liegen und Musik von Debussy zu hören, aktiviert ihn innerlich. Sobald er Süßigkeiten und Alkohol meidet, freut sich sein Immunsystem.

Mercur soll nur solange genommen werden, bis das Immunsystem positiv reagiert, und der Mensch sich wohler fühlt, auch wenn der Schnupfen noch sehr aktiv ist. Schon eine Gabe Mercur, gleich am Anfang gegeben, kann genügen, um eine Erkältung zu stoppen. Jedoch hat Mercurius solubilis keine Wirkung auf die Neigung, sich immer wieder zu erkälten, die dem Miasma Tuberculose zuzuordnen ist. Zu viele Gaben von Mercur können dies Miasma sogar verstärken. Dies gilt nur für Mercurius solubilis, jedoch nicht für seine Salze, vor allem die Jodverbindungen.

Weitere Mittel bei Schnupfen

- Ferrum phosphoricum (Fe-phos.) - Ferrum phosphat,
- Jodum (Jod) - Jod, Kalium bichromicum (Kali-bi.)
- Kaliumdichromat, Lycopodium (Lyc.) - Bärlapp,
- Phosphor (Phos.) - Phosphor, Sulfur (Sulf.) - Schwefel

Ferrum phosphoricum

Symptome

- selten reiner Schnupfen, oft mit einer Bronchitis oder Kehlkopfentzündung verbunden
- blutige Absonderung aus der Nase
- Neigung zu Nasenbluten, besonders morgens
- müde, fühlt sich so schwach, dass er sich hinlegen muss, bei Untätigkeit fühlt er sich aber auch nicht wohl
- Anstrengung, Kälte und frische Luft verschlechtern
- ist in ständiger, sehr langsamer Bewegung, wandert ruhelos von einem Zimmer ins nächste
- Kopfschmerzen, besser durch kalte Kompressen und kalte Luft

Der Ferrum-phos-Mensch kann nicht krank sein. Kranksein bedeutet abgeschnitten sein vom Leben, das kann er nicht aushalten. Er kann nicht glauben, dass ihn das Immunsystem im Stich gelassen hat. Er glaubt, dass mit etwas mehr Krafteinsatz alles zu schaffen ist und die Krankheit verschwinden wird. Jedoch schwächt ihn die geringste Anstrengung und zwingt ihn, sich zu erholen. Da sich der Ferrum-phos-Mensch nicht entscheiden kann, ob er sich zugestehen darf, sich voll zu

Grippe - Erkältungskrankheiten

erholen oder ob er die Krankheit mit eiserner Willenskraft einfach abschütteln soll, siecht er unendlich weiter. Sein Immunsystem steht auch in diesem Konflikt und kann nicht die endgültige Kraft aufbringen, um die Krankheit zu besiegen. Das Mittel Ferrum-phos gibt ihm die Kraft, die er so verzweifelt sucht. Es kann außerdem eine Anämie (Blutarmut) vorliegen, die den Menschen chronisch schwächt.

Dosierung

Ferr-p. C 200, 2x täglich eine Gabe bis zur Ausheilung (ca. eine Woche)

Tipps

Als Ferrum-phos-Mensch müssen Sie die Entscheidung fällen, den notwendigen Kräfteinsatz immer wieder aufzubringen, um Ihr Pensum durchzuziehen oder sich voll und ganz zu erholen. Dazu müssen Sie Ihre innere Unruhe besiegen und solange im Bett bleiben, bis Sie sich ganz gesund fühlen. Wenn Sie allerdings weiter arbeiten möchten, dann muss Ihre Nahrung nicht nur vitaminreich, sondern auch kraftvoll sein. Am besten bekommt Ihnen in diesem Zustand ein großer Teller Rohkost mit viel Nüssen, Samen, Sprossen, roter Bete und Käse sowie einem Dressing aus gutem Oliven-, Leinsamen-, Weizenkeimöl etc. Anschließend können Sie nach Bedarf eine kleine Menge Gekochtes essen.

Sollten Sie sich aber für die zweite Möglichkeit entscheiden, so ist Fasten sehr unterstützend. In der Genesung beginnen Sie wieder langsam mit der Nahrungsaufnahme in kleinen Portionen.

Jod

Auslösender Faktor

- Wärme
- Kummer

Symptome

- Nase trocken und verstopft, Fließschnupfen an frischer Luft
- heftiger Schnupfen mit viel dünner, ätzend-heißer Absonderung und Niesen
- es tropft wie Wasser aus der Nase
- draußen läuft vermehrt heißes Wasser aus der Nase
- drückender Schmerz in der Stirn oder über der Nasenwurzel

Jod ist ein sehr alter aktiver Mensch, der sich immer getrieben fühlt, beschäftigt zu sein. Wenn seine Aktivität durch irgendwelche Umstände gelähmt wird, so wird auch sein Immunsystem sehr anfällig. Vor allem Liebeskummer kann ihn so benommen machen, dass er sich nicht mehr gegen Krankheiten wehren kann. Genauso kann z. B. große Wärme seinen Körper und Geist träge machen. Diese Trägheit macht ihn krank.

Dosierung

Jod. C200, 2x täglich eine Gabe

Tipps

Grippe - Erkältungskrankheiten

Wenn er krank ist, ist sein Verlangen nach frischer Luft und Kälte noch größer. Auch wenn durch die frische Luft noch mehr heiße ätzende Absonderung aus der Nase fließt, braucht er unbedingt die Frische des Draußenseins, weil er so ein feuriges Temperament hat. Krankheiten beeinträchtigen seinen erstaunlich großen Appetit nicht.

Kalium bichromicum

Auslösender Faktor

- Abkühlung, wenn erhitzt

Symptome

- dicke gelbe, manchmal grünliche Absonderung
- fadenziehendes, zähes Sekret, klebt in der Nase und kann in langen Fäden herausgezogen werden
- trockene Nasenschleimhäute
- drückender Schmerz in den Nasenknochen bis zur -wurzel

Kalium bichromicum ist ein sehr aktiver Mensch und produziert viel Energie. In der Regel sind diese Menschen auch kräftig gebaut und frieren nicht leicht. Sie brauchen gute Portionen von kräftiger Nahrung und trinken normalerweise sehr viel, aber sie achten nicht darauf, welche Nahrungsmittel in welchen Mengen sie zu sich nehmen. Vor allem ihre Vorliebe für Bier, v. a. dunkles, macht sie anfällig. Die Nasen- und Nebenhöhlen neigen zu Trockenheit mit harten, festen Krusten. Das Ablösen ist sehr schmerzhaft und hinterlässt wunde Stellen. Neue Krusten bilden sich bald wieder.

Dosierung

Kali-bi. C 200, 2-4 stündlich eine Gabe

Tipps

Bei einem Anflug von Erkältungsgefühl ist es Zeit, sich auf eine gesunde Lebensweise zu besinnen. Sie finden schneller wieder zu sich, wenn Sie statt Bier sehr verdünnte Fruchtsäfte trinken. Genauso kräftigen Blattsalate und Gemüse Ihr Immunsystem, während es durch zu viel tierisches Eiweiß, wie Käse, geschwächt wird. Kürbis ist eine gute und reichhaltige pflanzliche Eiweißquelle. Für Sie als Kalium-bichromicum-Mensch ist es nicht günstig, Ihren Aktivitätsdrang zu lange zu unterbrechen.

Mit Beethoven-Musik können Sie sich gut regenerieren.

Lycopodium

Auslösender Faktor

- zu viel Wärme
- seine Meinung unbedingt geltend machen wollen
- Empörung über die Dummheit anderer

Symptome

- ätzende Absonderung, welche die Oberlippe wund macht
- Fließschnupfen geht in einen Stockschnupfen über
- Verstopfung an der Nasenwurzel
- nachts ist die Nase völlig verstopft, so dass er durch den Mund atmen muss
- morgens eitrige, schleimige Absonderungen
- oft auch elastische Schleimpfropfen in der Nase
- verstopfte Nase besser nach dem Aufstehen und Herumgehen
- dumpfe Kopfschmerzen zwischen den Augen, in der Stirnmitte oder auf der ganzen Stirn
- Kopfschmerzen besser durch Essen

Der Lycopodium-Mensch lebt in einer Welt, wo alles sehr schön nach seinen utopischen Vorstellungen läuft. Er kann daher in vollen Zügen essen, trinken und leben und fühlt sich wohl dabei. Er braucht keine dogmatischen Gesundheitsregeln von anderen, die seinen Genuss schmälern könnten. Auch wenn er eine Sinusitis bekommt, schadet es ihm nicht, weiterhin so wie immer zu essen. Jedoch braucht er jetzt vor allem warme Speisen und Getränke und möchte von seinen tagtäglichen Aufgaben Abstand nehmen.

Dosierung

Lycopodium C 200, 2x täglich eine Gabe

Tipps

Wegen seines übermäßigen Einsatzes bei seinen Interessen war der Lycopodium-Mensch meistens zu wenig an der frischen Luft. Es tut ihm daher gut, sich draußen viel Bewegung zu verschaffen. Sein gutes Immunsystem verlangt kein absolutes Fasten von ihm, sondern nur kleinere Mengen und leichtere Kost.

Phosphor

Auslösender Faktor

- Kalt baden oder duschen
- zu viel Verantwortung kombiniert mit zu wenig Ruhe

Symptome

- häufiger Wechsel von Stockschnupfen zu Fließschnupfen
- Fließschnupfen einseitig, mal rechts mal links
- blutig, gelbliche Krusten, die sehr fest sitzen
- Nase rot glänzend, schmerzhaft
- Niesen verursacht rauhes Gefühl im Hals und Schmerzen im Kopf
- Schnupfen macht Hals wund und den Kopf dumpf

Dosierung

Phosphor C200 eine Gabe verabreichen und abwarten. Bei nur leichter Besserung alle 4 - 12 Stunden wiederholen. Bei schneller guter Wirkung nur dann wiederholen, wenn ein richtiger Stillstand eintritt.

Tipps

Der Phosphor-Mensch hat sich höchstwahrscheinlich wieder einmal ausgepowert. Er braucht jetzt absolute Ruhe, vor allem viel Schlaf und Schutz vor der Kälte. Trotz der Erkrankung hat er meist einen ungewöhnlich guten Appetit. Diesem sollte er aber nicht unbedingt nachgeben. Es wäre ratsamer für ihn, seinen großen Durst zu stillen und viel Erfrischendes zu trinken.

Die Musik von Jacques Offenbach kann ihm dabei helfen, in einen tiefen erholsamen Schlaf zu fallen. Danach sollte er wieder viel trinken und erst dann seinen Hunger mit Kraft spendenden, wohlschmeckenden, leichten Speisen befriedigen.

Sulphur

Auslösender Faktor

- überhitzt werden
- zu viel erhitzende Speisen oder Getränke (z. B. Alkohol) und gleichzeitiger Bewegungsmangel

Symptome

- heftiger Fließschnupfen
- Nase im Warmen verstopft, fließt im Freien
- Absonderung brennend, ätzend, klebrig, von gelber bis grünlicher Farbe
- Verlangen nach warmen Getränken

Der Sulfur-Mensch hat zu viel Schlacken und Hitze in sich. Auch wenn es ihn zu Beginn der Erkältung frösteln kann, wird es ihm bald zu warm. Vor allem in warmen Räumen schießt ihm die Hitze ins Gesicht. Er fühlt sich sehr lethargisch und will es einfach nur kühl haben, braucht aber Warmes für seinen Magen.

Dosierung

Sulfur C200 alle 4 - 6 Stunden eine Gabe.

Tipps

Als Sulfur-Mensch verlieren Sie bei akuten Krankheiten meist ganz Ihren Appetit und sollten nur trinken. Um Ihr Immunsystem richtig anzukurbeln, ist es allerdings wichtig, alle aufputschenden Getränke wie Grog, schwarzer Tee, Kaffee, Kamille, Pfefferminz, Chai, Ingwer etc. zu meiden. Am besten sind saure Tees wie Berberitze, Hagebutte, Zitronengras. Auch wenn der Appetit zurückkommt, sollen Kohlenhydrate für längere Zeit gemieden werden.

Genießen Sie die Ruhezeit, um etwas Innenschau zu halten und lassen Sie sich von der Musik des englischen Komponisten Edward Elgar inspirieren. Nachdem Sie vorher wenig Ruhe gehabt haben, brauchen Ihr Körper und das Immunsystem viel Bewegung an der frischen Luft.

... wird fortgesetzt

Entnommen aus: Homoeopathischen Ratgeber HR 5 - „Grippe-Erkältungskrankheiten“, Lage & Roy

Kontakt

Lage & Roy Verlag
Burgstraße 8
82418 Riegsee-Hagen
Tel. +49(0)8841 - 44 55
ravi.roy@lage-roy.de
www.lage-roy.de

[Image by MAKY_OREL on Pixabay](#)