

CHRISTIAN AEGERTER

NATURHEILPRAKTIKER MIT EIDG. DIPL. IN HOMÖOPATHIE UND IN TRAD. EUROP. NATURHEILKUNDE TEN

PERSONENZENTRIERTER PROZESSBEGLEITER UND BERATER GfK, BERATER SGfB

ELTERN- UND ERWACHSENENBILDNER VEB, AUSBILDER FA

NATURHEILPRAXIS INDUSTRIEWEG 30 · 3612 STEFFISBURG · TEL. 033 437 15 10

christianaegerter@bluewin.ch · www.christianaegerter.ch

HOMÖOPATHISCHE BEHANDLUNG

Liebe Patientin, lieber Patient

Während einer klassisch-homöopathischen Behandlung sind einige Dinge zu beachten, um die optimale Heilwirkung der Arzneimittel zu gewährleisten.

Homöopathische Mittel sollten mit mindestens einer Viertelstunde Abstand zum Essen und Zähneputzen und grundsätzlich getrennt von anderen Medikamenten eingenommen werden.

Zur Auflösung oder Einnahme homöopathischer Arzneimittel keine Metalllöffel oder -gefässe verwenden.

Einnahme von D-Potenzen

In der Regel werden von tiefen D-Potenzen (bis D12) 3-5 Mal täglich jeweils 5 Globuli (Kügelchen) oder Tropfen oder jeweils eine Tablette eingenommen.

Einnahme von C-Potenzen

Wasserauflösung (bei akuten Erkrankungen): Nehmen Sie ca. 5 Globuli (Kügelchen) oder Tropfen ein (im Mund zergehen lassen). Wenn keine Besserung eintritt, so können Sie 5 weitere Globuli oder Tropfen des verordneten Mittels in einem Glas kalten Wassers oder in einer kleinen PET-Wasserflasche, die Sie zu ca. 2/3 mit Wasser füllen auflösen. Nehmen Sie dann stündlich (wenn nicht anders angegeben) eine kleine Menge der Lösung ein. Rühren Sie vor jeder Einnahme sehr kräftig mit einem Plastik, Holz- oder Hornlöffel um, beziehungsweise schütteln Sie die Flasche zehn Mal kräftig. Wenn eine *deutliche* Besserung eingetreten ist, sollte das Mittel nicht weiter eingenommen werden.

Einmalgabe (bei chronischen Erkrankungen): Falls eine einmalige Gabe einer Hochpotenz verordnet wurde (z.B. C 30, C 200, C 1000), so nehmen Sie ca. 5 Globuli trocken ein und lassen sie im Mund zergehen. Bei flüssigen Mitteln nehmen Sie 5 Tropfen in einem Glas Wasser ein.

Diese Gaben wirken über mehrere Wochen und dürfen erst nach erneuter Verordnung wiederholt werden!

Beim nächsten Termin werden wir aufgrund der Veränderungen Ihrer Symptome entscheiden, ob Sie das Mittel noch einmal – oft in höherer Potenz - bekommen oder ob ein anderes Mittel folgt.

Melden Sie sich in diesem Fall nach 3 Wochen wieder, falls wir noch keinen Termin vereinbart haben.

Einnahme von LM- oder Q-Potenzen

Sie können die verordnete Anzahl Tropfen in Wasser oder auch unverdünnt einnehmen. In der Regel jeden Tag oder jeden zweiten Tag 1 Tropfen. Vor jeder Einnahme müssen Sie die Flüssigkeit zehn Mal verschütteln, und zwar, indem Sie das Fläschchen zehn Mal mit einem kräftigen Schlag auf eine federnde Unterlage aufschlagen, z.B. auf ein dickes Buch oder auf Ihren Oberschenkel.

Beim nächsten Termin werden wir entscheiden, ob das Mittel länger eingenommen wird oder ob ein Mittelwechsel erfolgen soll.

Falls kein Termin vereinbart wurde, melden Sie sich bitte nach 3 Wochen.

Aufbewahrung

Bewahren Sie homöopathische Arzneimittel nicht in unmittelbarer Nähe von elektronischen oder elektrischen Geräten wie z.B. Computer, TV, drahtlosen Telefonen und deren Stationen, Handys, Lautsprecher, etc. auf (Elektrosmog).

Auch sollten Sie die Mittel getrennt von starken ätherischen Ölen und Medikamenten, die solche enthalten, lagern.

Wodurch kann die Heilwirkung homöopathischer Mittel gestört werden?

Verzichten Sie während der homöopathischen Behandlung nach Möglichkeit auf folgende Wirkstoffe: Kampfer, Menthol, Pfefferminze, Kamille, Teebaum und ätherische Öle davon.

Vorkommen: Tee, Japanisches Heilpflanzenöl, Erkältungsbäder, Balsam zum Einreiben, Bonbons und Kaugummi, „Fisherman's friends“, Mundspülungen, pflanzliche Medikamente, Zahnpasta usw.

Zahnpasta: Verschiedene Pfefferminz- und mentholfreie Zahnpasten sind im Bioladen, Reformhaus oder in der Drogerie, erhältlich, z.B. *Calendula-Zahncrème (Weleda)*, *Sensitiv Zahncrème Sole Dr. Hauschka*, *Lavera Neutral Zahngel*. Es gibt auch mentholfreie fluorhaltige Produkte zur Anwendung während homöopathischer Behandlungen: *Elmex mentholfrei*, *Homeodent 2 chlorophyl oder citron*.

Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten

Verschiedene homöopathische Mittel können einander in der Wirkung beeinflussen, daher sollten Sie weitere homöopathische Mittel nur nach Rücksprache einnehmen. Auch schulmedizinische Arzneimittel sollten Sie nach Möglichkeit während einer homöopathischen Behandlung nicht aus eigener Initiative einnehmen, da diese die homöopathische Behandlung beeinträchtigen können. Wenn Sie an chronischen Beschwerden leiden und daher vom Arzt verordnete Medikamente einnehmen müssen, so bitte ich Sie, mir dies mitzuteilen. Diese können in der Regel auch während der homöopathischen Behandlung weiter eingenommen werden.

Setzen Sie nie verordnete Medikamente ohne Rücksprache mit dem Arzt ab!

Reaktionen nach der Einnahme des Mittels

Es kann vorkommen, dass sich in den ersten Stunden oder Tagen nach der Einnahme eines richtig gewählten Mittels einzelne Symptome verstärken. Diese Reaktion wird auch *Erstreaktion* oder *Erstverschlimmerung* genannt und ist ein bekanntes Phänomen in der Homöopathie. Es ist ein Hinweis darauf, dass das Mittel richtig gewählt wurde und gut wirkt. Hier kann eine überzeugende und anhaltende Besserung erwartet werden. Es ist aber manchmal nicht einfach, diese Erstreaktion vom Fortschreiten der Erkrankung zu unterscheiden. Bei ernsthaften Erkrankungen sollten Sie mich daher bei jeder deutlichen Verschlechterung oder wenn Sie Zweifel am Verlauf haben anrufen.

Bitte notieren Sie unbedingt den Verlauf und alle Reaktionen während der Behandlung!

Besserungen, Verschlechterungen, Veränderungen der Beschwerden, auch neu aufgetretene oder altbekannte, vorübergehend wieder aufgetauchte Symptome sollten Sie möglichst genau - mit Datum und evt. Uhrzeit - aufschreiben. Diese Informationen sind ganz entscheidend für meine Beurteilung der Mittelwirkung beim nächsten Termin und somit wesentlich für den Erfolg der Behandlung. Bringen Sie ihre Notizen dann bitte unbedingt mit.

Falls Sie Fragen dazu haben, so können Sie mich gerne anrufen!

Sollte ich nicht persönlich erreichbar sein, so hinterlassen Sie bitte eine Nachricht. In dringenden Fällen empfehle ich, beim Hinterlassen einer Nachricht auf den Anrufbeantworter mitzuteilen, worum es geht und wie dringend es ist. Dann werde ich Sie in aller Regel auch am Wochenende und abends zurückrufen!

Notfalltelefon: Notfallservice der klassisch-homöopathischen Praxis Lukas Bruhin, Einsiedeln und KollegInnen. Telefon 0900 578 506 (Fr. 4.23/Min.): Sollten Sie mich nicht erreichen, so bekommen Sie in dringenden Fällen ausserhalb der üblichen Praxiszeiten (nachts, Wochenende, Feiertage) auf dieser Nummer sofort Rat von erfahrenen Homöopathen und Homöopathinnen.