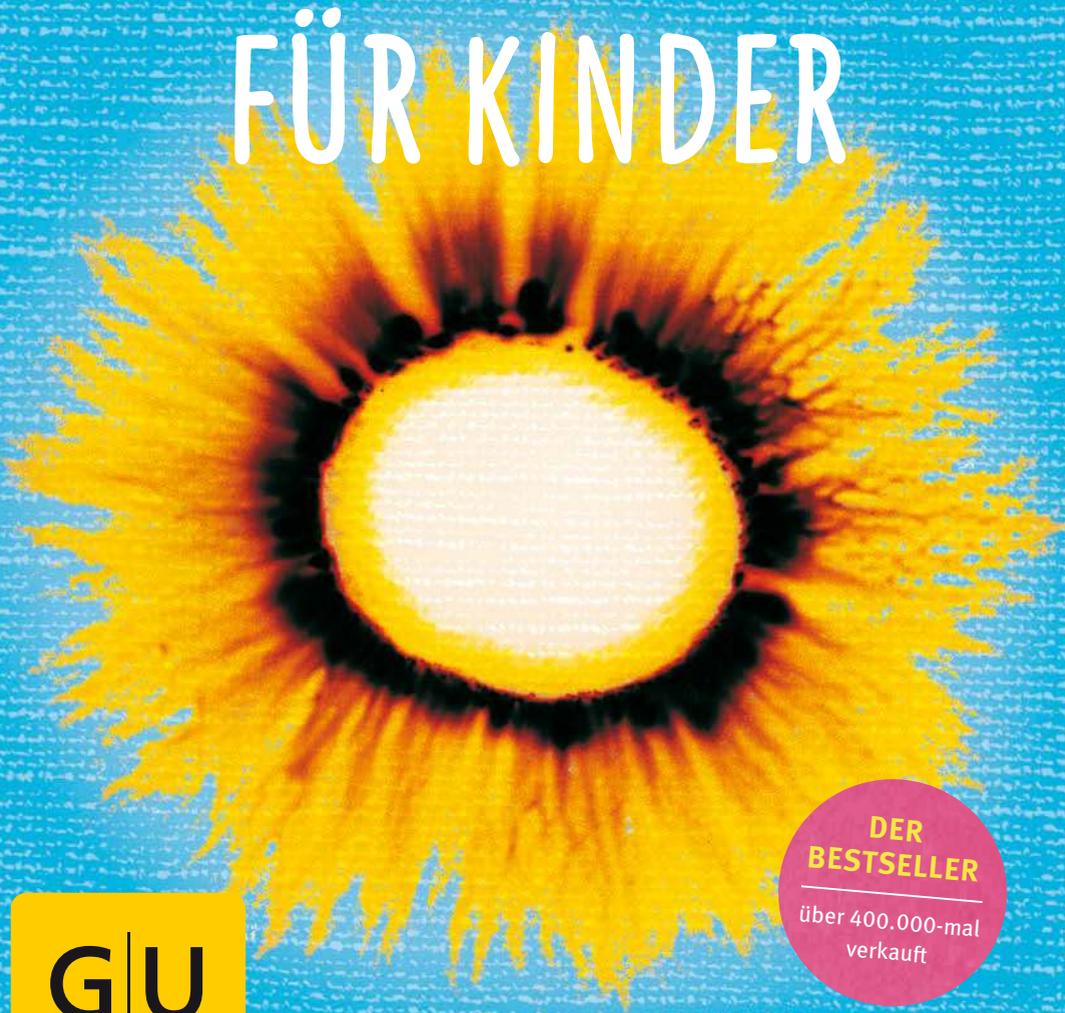


WERNER STUMPF

HOMÖOPATHIE FÜR KINDER

RATGEBER KINDER



DER
BESTSELLER

über 400.000-mal
verkauft

G|U

THEORIE

Ein Wort zuvor 5

GANZHEITLICH HEILEN MIT SANFTEN MITTELN 7

Was ist Homöopathie? 8

Das Arzneimittelbild: Wegweiser zum
richtigen Mittel 9

So entstehen Homöopathika 10

So wirkt die homöopathische Arznei 11

Wie der klassische Homöopath
behandelt 1

Sonderformen der Homöopathie 14

Die Selbstbehandlung 18

Darreichungsformen 19

Die Wahl des Mittels 20

Einnahme und Dosierung 21

Häufig gemachte Fehler 22

Wirkt das Mittel? 25



PRAXIS

KÖRPERLICHE BESCHWERDEN UND KRANKHEITEN 27

Erste Hilfe im Notfall 28

Wunden und Prellungen 29

Sport-und-Spiel-Hausapotheke 31

Verstauchung, Verrenkung, 32

Gelenkbeschwerden 32

Knochenbruch 33

Bei chirurgischen Eingriffen 34

Verbrennung, Verbrühung 34

Sonnenstich 35

Unterkühlung, Erfrierungen 36

Tierstiche und andere 38

Tierkontakte 38

Verdorbene Lebensmittel 40

Weitere Vergiftungen 41

Erkältungskrankheiten 44

Grippaler Infekt 45

Extra: Wadenwickel ganz leicht 46

Schnupfen 49

Nasennebenhöhlenentzündung 52

Halsschmerzen, 55

Mandelentzündung 57

Akute Ohrentzündung 60

Akute Bronchitis 63

Pseudokrapp 63

Extra: Fünf gegen 64

Erkältungen 64



Verdauungsstörungen 66

Bauchkrämpfe	67
Übelkeit und Erbrechen	69
Extra: Reiseübelkeit & Co.	71
Durchfall	72
Verstopfung	74

Erkrankungen der Haut 76

Kopfgrind	76
Windeldermatitis	78
Mundschwämmchen (Soor)	80
Nesselsucht, Quaddeln	82
Hitzepickel	84
Lippenherpes	85
Nagelfalzentzündung	86
Warzen	87

Weitere häufige Beschwerden 88

Impfungen und Impfreaktionen	89
Klassische Kinderkrankheiten	92
Masern	93
Röteln	96
Windpocken	96

Mumps	98
Bindehautentzündung	101
Blasen-/Harnwegsinfektion	103
Bettnässen	105
Kopfschmerzen, Migräne	106
Polypen	106
Reisekrankheit	107
Zahnungsbeschwerden	109

SEELISCHE BESCHWERDEN 113

Kindliche Nöte und starke, belastende Gefühle	114
Das gestresste Baby	115
Reizbare Kinder	118
Bekümmerte Kinder	122
Heimweh	124
Eifersucht	125
Schreck, Panik, Angst	127
Schulangst und Lampenfieber	129
Angst beim Arzt oder im Krankenhaus	130
Extra: Das hilft gegen Angst	132
Homöopathie und mehr	134

SERVICE

Bücher & Adressen, die weiterhelfen	136
Sachregister	138
Mittelregister	141
Impressum	143



KÖRPERLICHE BESCHWER- DEN UND KRANKHEITEN

KINDER WERDEN KRANK – IN JEDER PHASE IHRER
ENTWICKLUNG. OB HUSTEN, MASERN ODER SCHÜRFWUNDE:
HOMÖOPATHISCHE ARZNEIEN UNTERSTÜTZEN DEN
SELBSTHEILUNGSPROZESS.

Erste Hilfe im Notfall	28
Erkältungskrankheiten	44
Verdauungsstörungen	66
Erkrankungen der Haut	76
Weitere häufige Beschwerden	88

WADENWICKEL LEICHT GEMACHT

Fieber ist wichtig für die Selbstheilung und soll nicht generell gesenkt werden. Wenn Sie hohes Fieber (über 39,5 °C) ohne Fieberzäpfchen senken wollen, helfen Wadenwickel.



Nur bei heißen Unterschenkeln! Manche Kinder haben einen heißen Kopf, aber kalte Beine. Das Fieber nicht mehr als 1 Grad absenken! Bei Schüttelfrost die Behandlung abbrechen, auch später nicht wiederholen.

1. Zwei Leinen- oder Geschirrtücher so falten, dass sie um den Unterschenkel des Kindes passen. In lauwarmes Wasser tauchen (28 – 30 °C), auswringen und glatt streichen.

2. Die nassen Tücher gut anliegend um die Waden wickeln, je ein trockenes Leinentuch

oder Handtuch ebenfalls relativ straff drumherum wickeln.

3. Zuletzt noch je einen Wollschal um die Waden wickeln. Sie sollten etwas schmaler als die anderen Tücher sein, damit sie nicht »kratzen«. Alternativ können Sie lange Wollstrümpfe nehmen.

Ein- bis zweimal jeweils nach 10 bis 20 Minuten die Wickel wechseln. Nach dem letzten Abnehmen die Beine abfrottieren. Eventuell nach einer Stunde alles wiederholen.

Homöopathische Mittel

- Dosierung für alle folgenden Mittel: 3-mal je 5 Globuli im Abstand von 30 Minuten.

1 Stunde abwarten. Bei Besserung nach Bedarf etwa alle 2 Stunden je 5 Globuli.

Aconitum D12: Plötzlich einsetzendes Fieber, meist abends oder nachts. Nach anfänglich starkem Frieren schnell ansteigende Temperatur. Der Organismus reagiert heftig. Großer Durst auf kalte Getränke. Ihr Kind wirkt rastlos, angespannt und ängstlich.

Weitere mögliche Beschwerden: Brennend heißes Gefühl in der Nase. Heftige Kopfschmerzen. Heftige Ohrenscherzen. Brennende Halsschmerzen.

Belladonna D12: Plötzlich einsetzendes Fieber. Hohe Temperatur. Kopf rot und heiß. Glühend heißer Körper, Hände und Füße sind eiskalt. Überempfindlich gegen Licht, Geräusche, Bewegung oder Berührung. Ihr Kind wirkt benommen und schläfrig oder aber aufgeregt. Es hat wirre Fantasien. Meist durstlos, manchmal verlangt es nach Limonade oder Zitronensaft. Weitere mögliche Beschwerden: Vorwiegend rechtsseitig pulsierende, klopfende Kopfschmerzen. Nasennebenhöhlenentzündung. Heftige Ohrenscherzen. Halsschmerzen.

Mandelentzündung. Bauchschmerzen.

Bryonia D12: Ausgeprägter Fieberfrost. Temperatur steigt langsam an. Ihr Kind will ruhig im Bett liegen, mag keine Bewegung und keine Unterhaltung, kann mürrisch und abweisend wirken. Verlangt etwas und weist

es wieder zurück. Beschwerden verschlimmern sich oft schon durch die geringste Bewegung. Liegen oder Druck auf den schmerzenden Bereich bessert. In Fieberfantasien will es nach Hause gebracht werden, obwohl es in seinem Bett ist. Sehr trockene Schleimhäute, vor allem im Mund. Spröde, eingerissene Lippen. Großer Durst auf viel Kaltes.

Weitere mögliche Beschwerden: Heftige, berstende Kopfschmerzen. Sehr trockener, harter Stuhl oder Verstopfung. Trockener, schmerzhafter Husten. Gelenkschmerzen. Harter, gespannter Bauch, Bauchschmerzen.

Chamomilla D12: Ihr Kind fühlt sich sehr heiß an; heißer Kopfschweiß. Durstig auf Kaltes. Fährt aus dem Schlaf hoch, wirft sich unruhig hin und her. Extrem schmerzempfindlich und unleidlich. Jähzornig, ungeduldig, unruhig, nichts können Sie ihm recht machen. Weinen steigert sich zu schrillum Schreien. Das kleine Kind beruhigt sich erst, wenn es auf dem Arm herumgetragen wird.

Weitere mögliche Beschwerden: Bauchweh, kolikartige Krämpfe, aufgetriebener, gespannter Bauch. Durchfall. Ohrschmerzen. Halsentzündung. Zahnungsbeschwerden.

Ferrum phosphoricum D12: Mäßiges bis hohes Fieber, ohne deutliche Symptome wie bei den anderen Mitteln. Mal ist das Gesicht blass, mal sind die Wangen gerötet. Möglicherweise kommt es bei Fieberbeginn zu Nasenbluten. Haut heiß und trocken. Geringer Durst. Ihr Kind ist allgemein nervös, empfindsam, errötet schnell.

TIPP

ABWEHRKRÄFTE STÄRKEN

Ein Homöopathikum zur Steigerung der Abwehrkräfte, das für alle Menschen passt, gibt es nicht. Jede passende homöopathische Arzneigabe optimiert bei akuter Krankheit die Abwehrkräfte. Abwehrsteigernde Pflanzenheilmittel wie Echinacea oder Umckaloabo wirken weit schwächer als ein exakt gewähltes Homöopathikum. Sind Sie jedoch der Meinung, Ihr Kind sei zu oft krank, wenden Sie sich an einen klassischen Homöopathen für eine Konstitutionsbehandlung.

Arsenicum album D12: Ihr Kind ist unruhig, ängstlich und sehr erschöpft. Es sucht die Wärme von Heizung und warmen Decken, verlangt nach warmen Getränken, die es in kleinen Schlucken trinkt. Das Nasensekret ist scharf und macht die Haut wund.

Allium cepa D12: Scharfe Absonderungen, die Nasenlöcher und Oberlippe wund machen. Entzündete, brennende Augen wie beim Zwiebelschneiden, aber milder Tränenfluss. Im Freien geht es Ihrem Kind besser. Eventuell Husten, Heiserkeit, Kopfweh.

Euphrasia D12: Augenentzündung mit scharfen Tränen und Brennen. Klarer Fließschnupfen. Ihr Kind ist lichtempfindlich,

blinzelt häufig. Deutlich schlimmer im Freien. Die Nase läuft vor allem morgens.

Dulcamara D12: Reichlicher Schnupfen mit dickem, gelbem Schleim. Blutige Krusten können sich bilden. Ihr Kind möchte es warm haben, an der frischen Luft verstopft die Nase völlig. Bei fast jeder Erkältung sind die Augen entzündet, tränen oder verkleben.

Pulsatilla D12: Ihr Kind ist weinerlich, will in Ihrer Nähe sein. Es jammert über dies und das, seine Beschwerden wechseln ständig. Im warmen Zimmer leidet es vor allem unter verstopfter Nase. Es strampelt sich oft frei, will die Fenster offen haben oder möchte an die frische Luft, obwohl es fröstelt.

Schlimmer beim Hinlegen und nachts. Vor allem morgens, beim Aufstehen, läuft dicker, milder, gelbgrüner Schleim aus der Nase. Es hat trockene Lippen, aber gar keinen Durst.

Mittel bei Säuglingsschnupfen

Sambucus nigra D12: Verstopfte Nase. Ihr Baby muss beim Trinken die Brust oder den Sauger immer wieder loslassen, um Luft zu holen. Nachts wacht es auf, weil es durch seine verstopfte Nase nicht atmen kann. Es muss häufig schniefen und schwitzt sehr.

Nux vomica D12: In der Nacht hat Ihr Baby eine trockene, verstopfte Nase, muss daher durch den offenen Mund atmen. Frühmorgens beginnt das Nasensekret zu fließen, dann ist die Nase stark verklebt. Schlechter in kalter Luft oder bei offenem Fenster.

Überempfindliches, zorniges Baby.

PFLANZEN FÜR ERKÄLTUNGSMITTEL

Hier sehen Sie die Ursubstanzen für drei wichtige Homöopathika, die sich unter anderem bei Erkältungen bewährt haben.

1

KAMILLE
(*Chamomilla*)

2

EISENHUT
(*Aconitum*)

3

TOLLKIRSCH
(*Belladonna*)



Röteln

Der hellrote, feinfleckige Ausschlag beginnt hinter den Ohren und breitet sich weiter über Gesicht, Hals, Rumpf, Arme und Beine aus. Gleichzeitig bestehen leichte Erkältungsbeschwerden. Die Erkrankung verläuft meist so sanft, dass eine Behandlung nicht notwendig ist. Wichtig: Kein Kontakt mit Schwangeren während der Ansteckungszeit!

Windpocken

Windpocken sind eine sehr ansteckende Infektion durch ein Herpesvirus (Varizella Zoster). Die Erreger werden durch den Wind oder durch direkten Kontakt mit Kranken übertragen. Die Inkubationszeit beträgt 2 bis 3 Wochen.

INFO

UNTERSCHIEDLICHER VERLAUF

Windpocken können bei Kindern schwerer verlaufen, deren Immunsystem bereits durch eine chronische Krankheit wie Neurodermitis, Psoriasis (Schuppenflechte) oder Diabetes geschwächt ist. Treten Windpocken bei Jugendlichen und Erwachsenen auf, entwickelt sich der Ausschlag oft stärker als bei Kindern.

Allgemeines Unwohlsein und leichtes bis mäßiges Fieber stehen am Anfang der Erkrankung. Tags darauf entwickelt sich der typische Ausschlag – rötliche, erhabene Flecken auf der Haut. Bald werden daraus linsengroße Bläschen, die mit klarer bis trüber Flüssigkeit gefüllt sind. Sie trocknen einige Tage später ein und bilden Krusten, die nach etwa einer Woche abfallen. Der Ausschlag entwickelt sich in zwei bis drei Schüben, so dass bald mehrere Stadien gleichzeitig zu sehen sind. Die Bläschen breiten sich über den gesamten Körper aus, auch die Schleimhäute von Mund, Rachen, Augen oder Genitalien können befallen sein.

Das Kind klagt über Juckreiz, der schwach oder aber so stark sein kann, dass er für das Kind unerträglich wird. Aufgekratzte Bläschen können sich entzünden, eine zusätzliche bakterielle Infektion der Haut kann dann zu Eiterung und Narben führen.

Rufen Sie Kinderarzt / Homöopathen ...

- wenn sich größere Entzündungs- oder Eiterherde bilden,
- wenn Sie unsicher sind im Hinblick auf Schwere oder Verlauf der Krankheit.

Begleitende Maßnahmen

- Weiche, nicht zu eng anliegende Baumwollkleidung verhindert einen Wärmestau, der den Juckreiz verstärkt.
- Schneiden Sie die Fingernägel Ihres Kindes möglichst kurz, damit es sich beim Kratzen nicht verletzt.

- Betupfen Sie die Windpocken 3-mal täglich mit Calendula-Urtinktur, 1 : 10 in warmem Wasser verdünnt. Der Ausschlag kann dadurch schneller und mit geringerer Narbenbildung abheilen.
- Manchen Kindern tut 1-mal am Tag kurzes Abwaschen/Abduschen mit lauwarmem Wasser (ohne Seife!) gut.

Homöopathische Mittel

- Dosierung für alle folgenden Mittel: 3-mal je 5 Globuli im Abstand von 30 Minuten. Danach 2 Stunden abwarten. Bei Besserung nach Bedarf stündlich bis 2-stündlich je 5 Globuli. In den nächsten Tagen bis zu 3-mal täglich je 5 Globuli.

Rhus toxicodendron D12: Hilft bei Windpocken in 90 Prozent der Fälle und lindert vor allem den intensiven Juckreiz. Sobald sich Bläschen gebildet haben, macht Ihrem Kind der Juckreiz zu schaffen und es wirkt sehr ruhelos. Zwischen den Bläschen ist die Haut gerötet, geschwollen und brennt. Auch an den Genitalien und im Mund können sich Bläschen bilden. Ihr Kind klagt zudem über Gliederschmerzen, die nur durch Bewegung gemildert werden.

Mezereum D12: Neben fast unerträglichem Juckreiz brennt und schmerzt die Haut Ihres Kindes stark. Die leichteste Berührung, etwa durch Kleidung, verschlimmert die Beschwerden. Um die Bläschen hat sich ein roter Hof gebildet. Schlimmer sind die Beschwerden nachts und durch Bettwärme.



Mezereum (Seidelbast) ist neben Rhus toxicodendron hilfreich bei Jucken und Brennen.

Sulfur D12: Waschen und Baden ist unmöglich. Die Haut Ihres Kindes fühlt sich heiß und trocken an, sie brennt und juckt intensiv, sodass es sich dauernd kratzen will. Wenn Ihr Kind im Schlaf schwitzt, verströmt es einen sauren Geruch.

Stibium sulfuratum nigrum (Antimonium crudum) D12: Ihr Kind ist äußerst reizbar und verdrießlich. Es will nicht angesehen und schon gar nicht angefasst werden. Der Ausschlag hat auch Mundschleimhäute und Lippen befallen und die Zunge ist dick weiß belegt. Im Fieber kann Ihrem Kind übel werden, sodass es erbrechen muss.

DAS HILFT GEGEN ANGST

Fünf wichtige Tipps, wie Sie Ihrem Kind rund um das Thema Ängste Halt geben können.



»ICH BIN JA DA!«

In allen mit Angst beladenen Lebenslagen braucht Ihr Kind Ihre liebevolle Aufmerksamkeit. Nehmen Sie es, wenn es mag, fest in den Arm. »Betüdeln« Sie es aber auch nicht, und versuchen Sie, Ihre eigene Aufgeregtheit nicht auf es überspringen zu lassen. Haben Sie ein offenes Ohr für seine Sorgen, und seien Sie stets möglichst ehrlich zu Ihrem Kind. Wenn Sie ihm etwas vorspielen, merkt es das und ist noch mehr beunruhigt.

GUTEN MUTES VERREISEN

Wenn Ihr kleineres Kind ohne Sie verreist, packen Sie ihm einen persönlichen Gegenstand von Ihnen ins Handgepäck, zum Beispiel ein Halstuch, das Sie getragen haben. Der vertraute Anblick und Geruch beruhigt es sehr! Verreist die Familie gemeinsam, achten Sie darauf, dass in den Tagen zuvor alles so »normal« wie möglich abläuft: Mahlzeiten, Bettgehzeit, Abendrituale und Co.





ENTSPANNEN SIE SICH

Wenn Sie in der Alltagshektik und bei besonderen Ereignissen möglichst oft ruhig bleiben können, überträgt sich Ihre Gelassenheit auf Ihr Kind und gibt ihm festen Halt, der gerade einem kleinen Kind überlebenswichtig erscheint. Damit Sie in Stresssituationen, etwa wenn Ihr Kind eine Prüfung oder Theateraufführung vor sich hat oder im Schlaf von »Monstern« gejagt wird, Zuversicht ausstrahlen, praktizieren Sie beizeiten wirksame Entspannungsmethoden wie Achtsamkeitsübungen, Yoga oder autogenes Training. Auch Spaziergänge tun gut.

»... AUF ALL DEINEN WEGEN!«

Bleiben Sie bei Arztbesuchen oder im Krankenhaus an der Seite Ihres Kindes, wenn es dies möchte. Können Sie im Krankenhaus nicht bei ihm bleiben, seien Sie verlässlich bei Ihren Zeitansagen. Begleiten Sie Ihr Kind gegebenenfalls auch zum Homöopathen, damit es sich diesem beruhigt anvertraut. Dann wird es seine Fragen offener, spontaner und damit aufschlussreicher beantworten und wird auch bei der Behandlung gut mitwirken.



DAS KONSTITUTIONSMITTEL WIRKT

Die Befragung Ihres Kindes beim klassischen Homöopathen, um das passende Konstitutionsmittel zu finden, ist spannend, und der erfahrene Homöopath kann dabei tief greifende Ursachen der kindlichen Ängste aufspüren und behandeln. Oft macht es Kindern auch Spaß, die vielen unterschiedlichen Fragen zu beantworten.

SANFTE HILFE OHNE NEBENWIRKUNGEN

Homöopathika sind ideal für kleine Patienten: Richtig ausgewählt, helfen sie ihnen, schnell wieder gesund zu werden – bei körperlichen Beschwerden wie bei seelischen Nöten.



IN DIESEM BUCH FINDEN SIE:

- Klare Angaben zu Ursachen, Symptomen und Behandlung: So unterstützen Sie sanft, sicher und ohne Nebenwirkungen die Selbstheilungskräfte Ihres Kindes.
- Notfall-Checklisten, die bei plötzlich auftretenden Beschwerden den schnellsten Weg zum richtigen Mittel weisen.
- Vorschläge für die homöopathische Hausapotheke für Familien mit Kindern.



Aktualisierte Neuauflage

WG 466 Alternative Heilverfahren
ISBN 978-3-8338-4228-3



€ 14,99 [D]
€ 15,50 [A]



www.gu.de

GU