

- Klassische Homöopathie
- Ohrakupunktur
- Akupunktur mit Magnetstiften
- Intelligente Körperarbeit/Heilströmen



Die 5 wichtigsten homöopathischen Mittel für deine Hausapotheke



Stell dir vor, du kannst beim ersten Anzeichen einer Erkältung, nach einem Sturz oder bei plötzlicher Übelkeit sofort handeln – ruhig, sicher und ohne gleich zu starken Mitteln greifen zu müssen.

Genau das ist mit Homöopathie möglich. Homöopathische Mittel wirken sanft, schnell und dauerhaft – und das sowohl bei Kindern als auch bei Erwachsenen. Kinder reagieren dabei oft noch schneller, weil ihr System so offen und empfänglich ist.

Was viele nicht wissen: Jedes Antibiotikum greift den Darm an. Und jeder Fiebersenker arbeitet gegen die Natur des Körpers – denn Fieber ist kein Feind, sondern die Antwort des Immunsystems auf einen Eindringling. Homöopathie unterstützt diesen natürlichen Prozess, anstatt ihn zu unterdrücken. So bleibt der Darm intakt, das Immunsystem wird langfristig gestärkt und dein Kind wird robuster fürs Leben.

Mit diesen fünf Mitteln in deiner Hausapotheke bist du für die häufigsten Alltagssituationen gut gerüstet – für dich und deine Familie.

Aconit – das Mittel für den ersten Schock oder auch schnell ansteigendes Fieber

Aconit ist dein erstes Mittel, wenn etwas plötzlich und heftig kommt – ein Schreck, ein Schock, ein Moment, in dem die Angst alles überwältigt. Die Person ist selbst nicht verletzt, aber sie hat etwas gesehen oder erlebt, das sie tief erschüttert hat – zum Beispiel als Zeugin eines Unfalls. Sie kann kaum atmen, ist wie gelähmt vor Panik und weiß nicht wohin mit sich.

Auch bei plötzlicher Atemnot oder starken Herzschmerzen, die aus dem Nichts kommen, ist Aconit das erste Mittel, das du in Betracht ziehen solltest.

Und wenn nach einem eiskalten, trockenen Ostwind plötzlich eine Erkältung ausbricht – das Kind war nachmittags noch fit, war draußen bei kaltem Wind und bekommt abends plötzlich heftiges, schnell ansteigendes Fieber mit blassem Gesicht und **starkem Durst** – dann ist Aconit genau richtig. Der Schlüssel ist immer die **Plötzlichkeit**: Aconit passt, wenn etwas von einer Minute auf die andere da ist, heftig und unvermittelt.

- Klassische Homöopathie
- Ohrakupunktur
- Akupunktur mit Magnetstiften
- Intelligente Körperarbeit/Heilströmen



Arnica – das Mittel für Verletzungen und Stürze

Arnica ist das wohl bekannteste homöopathische Mittel – und das aus gutem Grund. Immer wenn der Körper einen Aufprall erlitten hat, ist Arnica das erste Mittel, zu dem du greifst. Nach einem Sturz, einem Schlag, einem Stoß oder einer Prellung – Arnica hilft dem Körper, den Schock der Verletzung zu verarbeiten und die Heilung in Gang zu bringen. Bei blauen Flecken, Schwellungen und Prellungen wirkt es schnell und zuverlässig.

Auch nach leichten Kopfverletzungen oder bei Verdacht auf eine Gehirnerschütterung ist Arnica das erste Mittel der Wahl als Akuthilfe.

Ein typisches Bild: Der Kopf ist heiß und rot, der restliche Körper fühlt sich kalt an. Die verletzte Person möchte nicht angefasst oder berührt werden – jede Berührung ist unangenehm oder schmerzhaft. Und oft sagt sie, dass es ihr gut geht, obwohl man sieht, dass das nicht stimmt. Auch das ist Arnica.

Auch vor und nach einer Operation ist Arnica eine wertvolle Unterstützung. Es hilft dem Körper, den operativen Eingriff besser zu verarbeiten und den Heilungsverlauf zu beschleunigen. Besonders schön wirkt es in dieser Zeit in Kombination mit Hypericum, das die Nerven unterstützt und den Schmerz lindert, und Calendula, das die Wundheilung fördert.

Belladonna – das Mittel für hohes Fieber und Entzündungen

Belladonna ist wie Aconit ein Mittel, das plötzlich und heftig kommt – aber mit einem ganz eigenen Bild. Der Kopf ist knallrot und glühend heiß, während die Hände kalt bleiben. Die Pupillen sind weit, die Augen glasig, das Gesicht gerötet und das Fieber steigt schnell an. Oft erst am Abend und in die Nacht hinein.

Was Belladonna besonders kennzeichnet: Die Sinne sind überempfindlich. Geräusche, Licht und Gerüche werden als unangenehm oder sogar schmerzhaft empfunden. Oft sieht die Person Schemen und Gestalten, die Fantasie läuft auf Hochtouren. Sie möchte Ruhe, Stille und Dunkelheit. Und obwohl sie so viel Hitze ausstrahlt – sie hat **kaum Durst**.

Belladonna passt auch wunderbar bei Sonnenstich und Sonnenbrand – mit demselben typischen Bild: roter, heißer Kopf, Überempfindlichkeit und das Gefühl, dass alles zu viel ist.

Auch bei **Scharlach** greift man gerne zu Belladonna, da es eines der klassischen Mittel für dieses Krankheitsbild ist.

Der Unterschied zu Aconit: Während Aconit eher bei blassem Gesicht und panischer Angst passt, ist Belladonna das Mittel, wenn alles rot, heiß und intensiv ist.

- Klassische Homöopathie
- Ohrakupunktur
- Akupunktur mit Magnetstiften
- Intelligente Körperarbeit/Heilströmen



Ledum – das Mittel für Stich- und Bissverletzungen

Ledum ist das klassische Mittel, wenn etwas in die Tiefe geht – eine Stichwunde durch einen eingetretenen Nagel, eine Nadel oder einen Messerstich. Auch bei Tierbissen – vor allem bei **Zeckenbissen** und **Insektenstichen**, egal ob Biene, Wespe oder Mücke – ist Ledum das erste Mittel der Wahl. Und auch bei Kratzern, zum Beispiel von der Katze.

Ein wichtiges Erkennungszeichen: Die verletzte Stelle fühlt sich kalt an – und Kälte tut gut. Eiskalte Umschläge lindern den Schmerz, während Wärme alles schlimmer macht. Das ist der entscheidende Hinweis auf Ledum.

Auch bei Prellungen am Auge mit einem dunklen, fast schwarzen Bluterguss und Schwellung greifst du zu Ledum – vor allem dann, wenn Arnica nicht die gewünschte Wirkung zeigt.

Bei Hautausschlägen durch giftige Pflanzen – zum Beispiel nach Kontakt mit Efeu oder ähnlichen Pflanzen – ist Ledum ebenfalls eine gute Wahl.

Nux vomica – das Mittel für Überreizung und Verdauungsbeschwerden

Nux vomica ist das Mittel unserer Zeit – für alle, die zu viel geben, zu viel leisten und dabei zu wenig schlafen. Der typische Nux vomica Mensch treibt sich selbst an, arbeitet bis spät in die Nacht und greift dabei vielleicht etwas zu oft zu Kaffee, Alkohol oder Zigaretten.

Das Ergebnis kennen viele: Übelkeit, Erbrechen oder Durchfall – der Körper, der sich Luft macht. Und der klassische Kater nach einem langen Abend ist ebenfalls ein typisches Nux vomica Bild.

Ein untrügliches Zeichen: Das Erwachen nachts um genau 3 Uhr – der Kopf läuft auf Hochtouren, der Schlaf kommt nicht mehr zurück und die Gedanken drehen sich im Kreis.

Dazu kommt eine ausgeprägte Reizbarkeit und Überempfindlichkeit – Geräusche, Gerüche und Licht werden als unangenehm empfunden. Alles ist zu laut, zu hell, zu viel. Morgens und an der frischen Luft geht es schlechter, abends und in der Ruhe besser.

Auch bei beginnender Migräne ist Nux vomica einen Versuch wert – besonders wenn sie mit Überreizung, Schlafmangel oder zu viel Kaffee und Alkohol zusammenhängt. Wer bei den ersten Anzeichen Nux vomica einnimmt, kann damit oft Schlimmeres verhindern. Und auch bei Schulkindern, die auf den Druck, die Überforderung und die Überlastung im Schulalltag mit Migräne reagieren, ist Nux vomica oft das passende Mittel.

Nux vomica erinnert uns sanft daran, dass der Körper irgendwann die Rechnung präsentiert – und hilft ihm dabei, wieder ins Gleichgewicht zu kommen.

- Klassische Homöopathie
- Ohrakupunktur
- Akupunktur mit Magnetstiften
- Intelligente Körperarbeit/Heilströmen



Info zur Einnahme

Für den Einstieg empfehle ich bei akuten Beschwerden eine C30 – drei Globuli auf die Zunge, die sich dort auflösen, oder 3 Globuli in 200ml Wasser auflösen und einen Schluck nehmen. Bei Bedarf kannst du die Einnahme nach 15 bis 30 Minuten wiederholen. Sobald sich eine Verbesserung zeigt, hörst du auf – Homöopathie braucht Raum zum Wirken.

Für eine individuelle Beratung und die genau auf dich abgestimmte Potenz melde dich gerne bei mir.

info@naturheilpraxis-stober.de

Du merkst, dass Homöopathie mehr kann als du gedacht hast?

Diese fünf Mittel sind ein erster Schritt – ein Werkzeug, das du sofort nutzen kannst, um dir und deiner Familie in alltäglichen Situationen zu helfen. Und je mehr du damit arbeitest, desto sicherer wirst du.

Wenn du tiefer einsteigen möchtest und lernen willst, wie du Homöopathie noch gezielter für deine Familie einsetzen kannst, dann lade ich dich herzlich zu meinem Einführungskurs ein. In zwei Nachmittagen online über Zoom lernst du die Grundlagen, die wichtigsten Mittel und wie du sie sicher anwendest – für dich und deine Kinder. Alle Infos zum Kurs findest du auf meiner Webseite.

Und wenn du gerade eine Situation hast, bei der du dir nicht sicher bist oder direkte Unterstützung brauchst – ich bin für dich da. Ruf mich gerne an oder schreib mir. Gemeinsam schauen wir, was dir helfen kann.

Ich freue mich auf dich.

Deine Elke

Naturheilpraxis

Elke Stober

Sulzbacher Str. 25

71577 Großerlach – Grab

Telefon: 07192 – 9367940

Mobil: 0160 99 10 33 44

e-mail: info@naturheilpraxis-stober.de

www.naturheilpraxis-stober.de