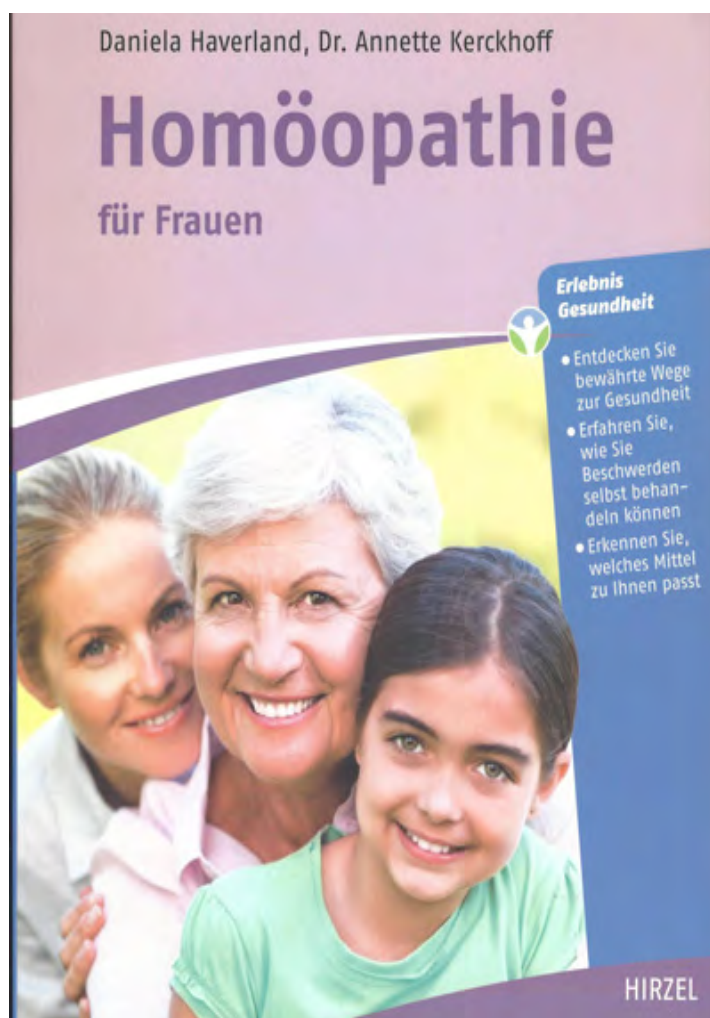




Daniela Haverland/ Dr. Annette Kerckhoff

Homöopathie für Frauen



zum Bestellen [hier](#) klicken

by naturmed Fachbuchvertrieb

Aidenbachstr. 78, 81379 München

Tel.: + 49 89 7499-156, Fax: + 49 89 7499-157

Email: info@naturmed.de, Web: <http://www.naturmed.de>

Inhalt

Einige Worte zuvor	6
Was dieses Buch will und kann	7
Möglichkeiten und Grenzen der homöopathischen Selbstbehandlung	8
Was ist Homöopathie?	
Homöopathie	12
Samuel Hahnemann – und das Werk seiner beiden Frauen	20
Anwendung der Homöopathie	
Hinweise zur Anwendung homöopathischer Mittel	26
Große Mittel für Frauen	
12 Mittel – 12 Frauentypen	46
Homöopathie für die Seele	
Ängste	68
Erschöpfung	75
Mangel an Selbstvertrauen	82
Reizbarkeit	86
Schlafstörungen	91
Stimmungsschwankungen	99
Trauer, Kummer, Abschied, Verlust	103
Überforderung, Stress	109
Rund um die Hormone	
Pubertät	116
Prämenstruelles Syndrom	121
Dysmenorrhoe	126
Schwangerschaftsübelkeit	134
Kreuzschmerzen	
In der Schwangerschaft	139
Wundheilung, Geburtsfolgen	142
Erschöpfung und Schwäche im Wochenbett	146
Heutage	151





Milchstau	156
Stillschwierigkeiten – schmerzende Brüste	159
Wechseljahre – Hitzewallung im Vordergrund	161
Wechseljahre – Schwitzen im Vordergrund	167
Stimmungsschwankungen in den Wechseljahren	171
Trockene Scheide	176

Körperliche Beschwerden von Kopf bis Fuß

Kopfschmerzen	182
Migräne	192
Nackenverspannungen	199
Osteoporose	204
Sodbrennen	205
Reizdarm/Reizmagen	209
Blähungen, Völlegefühl	215
Verstopfung	219
Reizblase	224
Blasenentzündung	228
Inkontinenz	233
Juckreiz, Ausfluss, trockene Scheide	237
Krampfadern	242
Hämorrhoiden	246



Schönheit, Haut und Haare

Akne, Pickel, unreine Haut	252
Warzen	257
Lippenherpes	259
Narben und Cellulitis (Dehnungsstreifen)	263
Haarausfall	264
Nagelprobleme	269
Schwitzen	270

Arzneimittelverzeichnis	247
-------------------------	-----

Stichwortverzeichnis	279
----------------------	-----

Abbildungsverzeichnis	282
-----------------------	-----

Impressum	287
-----------	-----



Möglichkeiten und Grenzen der homöopathischen Selbstbehandlung

Es ist immer gut, selber aktiv zu werden. Und es ist immer gut, wenn Patienten ihr Leben selbst in die Hand nehmen und Verantwortung für ihre Krankheit übernehmen.

Diagnose und Therapie sind jedoch zwei verschiedene Dinge. Bitte lassen Sie gerade bei unklaren oder anhaltenden Beschwerden die Ursache ärztlich abklären, unabhängig von der dann gewählten Therapie.

Die homöopathische Selbstbehandlung eignet sich für leichtere, akute Beschwerden, kann hier oft ausschließlich eingesetzt werden, lässt sich jedoch auch gut mit anderen Maßnahmen kombinieren.

Doch auch bei schwereren Erkrankungen, die konventionelle Medikamente erforderlich machen und vom Arzt therapiert werden, kann unterstützend homöopathisch behandelt werden, je nach Schweregrad in Eigenregie oder vom therapeutischen Profi.

Achtung

Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbehandlung

- Behandeln Sie ausschließlich akute Erkrankungen.
- Selen Sie besonders vorsichtig bei der Behandlung von Kindern und Schwangeren, erkennen Sie dort die Grenzen der Selbstbehandlung schneller. Kinder sprechen sehr gut auf homöopathische Mittel an, aber gerade bei Säuglingen und Kleinkindern sollte ein Arzt aufgesucht werden, wenn innerhalb weniger Stunden keine deutliche Besserung zu sehen ist.
- Behandeln Sie sich nur mit jeweils einem homöopathischen Mittel.
- Sprechen Sie die homöopathische Selbstbehandlung mit Ihrem Arzt oder homöopathischen Therapeuten ab, wenn Sie gerade in einer ärztlichen Behandlung sind.

Bitte beachten Sie auch das Kapitel „Möglichkeiten und Grenzen der Homöopathie“, das sich noch ausführlicher mit dieser Thematik beschäftigt (Siehe ab Seite 18).

Chronische Erkrankungen schließlich sind geradezu eine Domäne der Homöopathie. Hier gehört die Behandlung jedoch ausschließlich in die Hand des erfahrenen Therapeuten. Zum einen, weil dafür eine sehr viel umfangreichere Erfahrung erforderlich ist, zum anderen, weil es gerade bei diesen Erkrankungen sinnvoll ist, sich einem Therapeuten anzuvertrauen und bei der Frage „Was fehlt mir?“ Hilfe anzunehmen. Man muss nicht immer alles alleine schaffen. Und, um ehrlich zu sein: Bei einem selbst wie auch bei den eigenen Kindern ist man gerne etwas voreingenommen, und es hilft der Blick von außen.



Erschöpfung

Manchmal ist einfach alles zu viel. Selbst Aktivitäten, die einem normalerweise leicht von der Hand gehen und gar nicht der Rede wert sind, erscheinen nun wie große Berge, die vor Ihnen liegen. Irgendwie denkt man zwar ständig daran, was noch zu tun ist, das Geschirr in der Küche, der Wäscheberg im Schlafzimmer, die offenen Rechnungen auf dem Schreibtisch. Aber diesen Vorsatz dann umzusetzen, fällt schwer. Und so bleibt es bei dem schlechten Gewissen und dem Gefühl „Ich schaffe das einfach nicht.“

Beim Thema „Erschöpfung“ ist dabei zweierlei zu bedenken. Nach einem langen Tag – der ja gerade bei doppelt belasteten Frauen, die Arbeit und Familie unter einen Hut bringen wollen, und erst recht bei alleinerziehenden Müttern, an der Tagesordnung ist – sind Erschöpfung und der Wunsch, einfach mal gar nichts zu tun, ganz normal. Früher gab es dafür das Wort „Muße“, Muße aber scheint heute aus dem hektischen Tagesprogramm des modernen Lebens völlig verschwunden zu sein – und muss bewusst wieder eingeführt werden. Pausen und Regenerationsphasen sind unbedingt erforderlich, wenn wir Körper und Seele nicht überstrapazieren wollen. Denn die Energiebatterien müssen immer wieder aufgefüllt werden. In Zeiten permanenter Anforderungen muss man sich, gerade als Frau, derartige Auszeiten ganz bewusst schaffen, sonst jagt eine Aufgabe die nächste. Irgendwas gibt es ja immer zu tun. „Nein“-Sagen, einmal Fünfe gerade sein lassen, ist hier angesagt. Denn es ist schlechterdings nicht möglich, gleichzeitig 100%igen Einsatz als Mutter, Partnerin, Hausfrau und im Job zu liefern – zumindest, wenn man alles selber machen möchte.

So natürlich also eine leichte Erschöpfung, gerade nach anstrengenden Phasen, ist, so genau muss der inflationäre Begriff des „Burn-Out“ diskutiert werden. Normal ist, dass wir nach einer Anstrengung müde und erschöpft sind, uns dann regenerieren und wieder fit sind. Besorgniserregend wird es



jedoch, wenn wir uns auch nach solchen Regenerationsphasen nicht besser fühlen, immer noch müde sind, lustlos und „erledigt“. Auch wenn man viel geschlafen und ein ruhiges Wochenende eingeschoben hat. Und auch, wenn der Schlaf sich gar nicht einstellen will, man tagsüber müde ist, aber sich nachts hin und her wälzt, sollte man aufmerksam werden.

Von einem regelrechten Burnout spricht man bei einem chronischen Erschöpfungszustand, durch den die Arbeits-, Lebens- und Liebesfähigkeit massiv beeinträchtigt ist. Ein Burnout kommt nicht über Nacht, sondern entwickelt sich aufgrund lang anhaltender Überforderung. Gerade engagierte, pflichtbewusste, aufopferungsvolle Menschen neigen dazu, sich selbst zu wenig Raum einzugestehen und sich zu viele Aufgaben aufzuladen. Die Folge: chronische Müdigkeit, Ärger, Erschöpfung, das Gefühl, fremdbestimmt zu sein und nur noch zu funktionieren, schließlich der Rückzug – von der Familie, den Kollegen und Freunden. Ständig hat man das Gefühl „Jetzt will der oder die auch noch etwas von mir“, selbst wenn sich der Partner liebevoll ankuscht, die Kinder spielen oder ihr neuestes Kunstwerk präsentieren, die beste Freundin ein wenig plaudern will. Anstelle sich einen Ausgleich zu suchen, wird in diesem Zustand mehr und mehr gekappt. Und selbst lieb gewonnene Hobbys werden aufgegeben. Auch sie scheinen nur wie eine Bürde, eine weitere Anstrengung.



Gehen Sie zum Arzt:

- ✦ um mögliche körperliche Ursachen für die Erschöpfung auszuschließen: Blutarmut, niedriger Blutdruck, chronische Infektionen, im schlimmsten Fall auch Tumorerkrankungen.
- ✦ wenn der Zustand über mehrere Wochen anhält und Sie auch nach ruhigen, an sich erholsamen Tagen das Gefühl haben, immer noch keine Energie zu haben.

Fragen

Welche Art von Erschöpfung liegt vor und warum bin ich erschöpft?

- ➔ War ich lange krank und komme nicht wieder auf die Beine?
- ➔ Kann ich noch klar denken und bin geistig fit, doch körperlich sehr erschöpft?
- ➔ Bin ich eher psychisch erschöpft? Ist mir alles zu viel, fühle ich mich überlastet und überfordert?
- ➔ Ist die Erschöpfung nach einem Ereignis eingetreten, also einer Prüfung, einem Fest, welches ich organisiert habe o.ä.?

Die folgenden Tabellen helfen Ihnen, das für Sie geeignete Mittel zu finden.

Erschöpfung nach Krankheit

Unterscheidungsmerkmal	Psychische Merkmale, Stimmung	Körperliche Merkmale	Mittel
Folge von erschöpfenden Krankheiten	Gleichgültigkeit im Wechsel mit Reizbarkeit	Folge von Flüssigkeitsverlust; blasses Gesicht	China D12
	Empfindsam und mitfühlend; nervös und ängstlich; Gefühl des Burnouts	Mag keine Gerüche, keinen Lärm	Phosphorus D12

Körperliche Erschöpfung

Unterscheidungsmerkmal	Psychische Merkmale, Stimmung	Körperliche Merkmale	Mittel
Folge von körperlicher Überarbeitung	Besorgt um die Gesundheit; ängstlich und unruhig	Schwäche und Frieren	Arsenicum album D12
	Besorgt um die Familie; Angst vor Krankheiten	Meist kräftige Frauen; starkes Schwitzen bei geringster Anstrengung	Calcium carbonicum D12

Erschöpfung durch Überlastung, Überforderung

Unterscheidungsmerkmal	Psychische Merkmale, Stimmung	Körperliche Merkmale	Mittel
Folge von Überlastung und Überforderung	Gleichgültig und apathisch; kann sich nichts mehr merken; innere Leere nach einem großen Ereignis	Totale Erschöpfung	Acidum phosphoricum D12
	„Nervenbündel“; ausgelaugt und schwach	Neigung zu psychovegetativen Problemen	Kalium phosphoricum D12
	Empfindsam und mitfühlend; nervös und ängstlich	Gefühl des Burnouts	Phosphorus D12
	Fühlt sich gestresst und ausgenutzt; reizbar; Wunsch nach Distanz und Alleinsein	Bewegt sich gerne, liebt Sport	Sepia D12



Osteoporose

Da es sich bei der Osteoporose nicht um Beschwerden im homöopathischen Sinne, mit typischen Krankheitssymptomen handelt, sondern um einen Mineralstoffmangel des Knochens, empfiehlt sich hier anstatt der homöopathischen Behandlung der begleitende Einsatz von Schüssler-Salzen.

Folgende Salze gleichen den Mineralstoffmangel aus:

- Nr. 1 Calcium fluoratum D12
- Nr. 2 Calcium phosphoricum D6
- Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6
- Nr. 11 Silicea D12
- dazu im Wechsel in der einen Woche die Nr. 22 Calcium carbonicum D6 in der anderen Woche die Nr. 17 Manganum sulfuricum D6 nehmen.

Diese Kur sollte über einen Zeitraum von 4 Wochen 2–4-mal pro Jahr durchgeführt werden, sie kann unterstützend zu allen Medikationen (hier bitte kurze Rücksprache mit dem behandelnden Arzt) aber auch vorbeugend bei familiärer Belastung durchgeführt werden.

Von jedem Salz sollten 3 Tabletten über den Tag verteilt im Mund zergehen gelassen werden, also insgesamt 15 Stück pro Tag. Es gibt zwei Möglichkeiten der Handhabung. Entweder zählt man sich am Morgen alle 15 Tabletten aus den Gläsern heraus und nimmt die 15 Tabletten (nicht mehr als 2–3 auf einmal) über den Tag ein, so dass am Abend die Tagesdosis aufgebraucht ist. Hier ist es egal in welcher Reihenfolge oder ob man bei den 3 Tabletten verschiedene Salze zeitgleich anwendet. Eine andere Methode wäre es, alle 15 Tabletten in $\frac{1}{2}$ l Wasser zu lösen und die Lösung über den Tag verteilt schluckweise zu trinken, hierbei die Lösung leicht im Mund hin und her schwenken, bevor sie heruntergeschluckt wird. Die Mineralstoffe werden zum größten Teil bei direktem Kontakt mit der Mundschleimhaut aufgenommen. Daher ist sowohl das langsame Lutschen bzw. das schluckweise langsame Trinken sehr wichtig, um die bestmögliche Aufnahme der Mineralien zu gewährleisten.

Sodbrennen

Sodbrennen beschreibt das Aufsteigen von Magensäure in die Speiseröhre. Als Folge entzündet sich das untere Ende der Speiseröhre: Man spricht auch von einer „Reflux-Ösophagitis“ (Ösophagus = Speiseröhre). Die Ursachen können durchaus variieren. Sodbrennen wird begünstigt durch einen „nervösen Magen“, umfangreiche und fettige Mahlzeiten und durch so genannte Säurelocker, die die Ausschüttung von Magensäure ankurbeln. Dazu gehören Kaffee, Alkohol, Zucker und Süßigkeiten, stark gewürzte, sehr heiße oder sehr kalte Speisen. Nikotin beispielsweise führt dazu, dass der Schließmuskel am oberen Ende des Magens erschlafft und auch dadurch die Säure aufsteigen kann.



Sodbrennen, Magenschmerzen, Neigung zu Blähungen – diese Beschwerden können auf Nux vomica hinweisen.



Gehen Sie zum Arzt:

- wenn Sie zuvor noch nie Probleme mit Sodbrennen hatten.
- wenn die Beschwerden trotz Selbsthilfemaßnahmen anhalten.

Fragen

Gibt es besondere Auslöser für das Sodbrennen?

- ➔ Bekomme ich meine Beschwerden, wenn ich gestresst und überarbeitet bin?
- ➔ Kenn ich einen direkten Zusammenhang mit meinem Essverhalten? Entweder zu viel oder durcheinander oder zu fettig?
- ➔ Kann ich keinen bestimmten Auslöser feststellen?

Meine Erfahrungen und Notizen:

.....

.....

.....

Krampfadern



Krampfadern sind erweiterte Venen. In den Venen sind Rückflussklappen, die den Rückfluss des venösen Blutes zum Herzen unterstützen. Sind die Venen in den Beinen erweitert, so staut sich das Blut aufgrund der Schwerkraft. Es ist nahe liegend, dass stehende Tätigkeit und Bewegungsmangel die Bildung von Krampfadern unterstützen. Legen Sie die Beine daher, so oft es geht, einmal hoch. Achten Sie auch auf eine geregelte Verdauung. Als „Venenpumpe“ dient eine kleine gymnastische Übung, bei der Sie, auf dem Ballen stehend, auf der Bordsteinkante balancieren.



Gehen Sie zum Arzt:

- ✦ wenn es zu einer Entzündung oder zu einem Druckgefühl über dem betroffenen Venenabschnitt kommt,
- ✦ wenn Ihre Beine schmerzen und/oder geschwollen sind.

Fragen

Seit wann habe ich die Probleme und welche Symptome sind im Vordergrund?

- Leide ich unter einer allgemeinen Venen- oder Bindegewebsschwäche?
- Habe ich seit der Schwangerschaft damit zu tun?
- Benötige ich Hilfe im Rahmen eines operativen Eingriffs?



Treppensteigen hilft bei Krampfadern.

Die folgenden Tabellen helfen Ihnen, das für Sie geeignete Mittel zu finden.

Venen- und Bindegewebsschwäche

Unterscheidungsmerkmal	Körperliche Merkmale	Mittel
Schmerzen im Vordergrund	Schießende Schmerzen; viel schlimmer beim Stehen; Kreuzschmerzen und Verstopfung	Aesculus D6
	Beschwerden mit Entzündungsneigung; berührungsempfindlich	Lachesis D12
Schwellung im Vordergrund	Schwere, geschwollene, müde Beine; wechselnde Beschwerden; Entzündungsneigung	Pulsatilla D6
	Schwere Beine; gestaute Krampfadern, Neigung zu Ödemen und Lymphschwellungen	Sabdariffa D6

Folge von Schwangerschaft

Unterscheidungsmerkmal	Körperliche Merkmale	Mittel
Schlimmer seit Beginn der Schwangerschaft	Schießende Schmerzen; viel schlimmer beim Stehen; Kreuzschmerzen und Verstopfung; Kompressionsstrumpfhose hilft gut	Aesculus D6
Hat erst in der Schwangerschaft begonnen	Wundheitsgefühl; berührungsempfindlich; Kompressionsstrumpfhose wird nicht ertragen	Hamamelis D6

Im Zusammenhang mit Operationen

Unterscheidungsmerkmal	Körperliche Merkmale	Mittel
Nach Entfernung der Krampfadern	Zur Nachsorge bei operativer Entfernung	Hamamelis D6
Bei anderen Eingriffen	Lymphschwellungen und Ödeme als Folge der Operation	Sabdariffa D6

Dosierung: Bei akuten Beschwerden nimmt man anfangs 5-mal täglich, dann 3-mal täglich eine Gabe bis zur Besserung, bei weniger akuten Beschwerden 3-mal täglich eine Gabe. Die Arznei wird spätestens dann abgesetzt, wenn die Beschwerden deutlich nachlassen.



Akne, Pickel, unreine Haut

Die Haut ist das wohl größte Ausscheidungsorgan des menschlichen Organismus. Und: Die Haut, so sagt man zumindest, ist ein Spiegel der Seele. Auch wenn dies nicht ganz so einfach zu sehen ist, besteht doch zweifellos ein Zusammenhang zwischen Verdauung und Haut, zwischen Hormonsystem und Haut, zwischen Nervensystem und Haut, zwischen Immunsystem und Haut. Und so sollte die Behandlung von Hautbeschwerden nicht nur symptomatisch und äußerlich erfolgen, sondern den gesamten Organismus mit einbeziehen. Sinnvoll ist hier, den gesamten Lebensstil zu bedenken und gegebenenfalls zu ändern. Auf der anderen Seite spielt auch die Konstitution eine entscheidende Rolle – Anlass genug, bei schweren Hautproblemen eine unterstützende konstitutionelle homöopathische Behandlung durchzuführen zu lassen. Bei kleineren Problemen lässt sich gut ein Selbstversuch unternehmen, insbesondere, wenn, wie in den Fragen unten beschrieben, ein klarer, erkennbarer Zusammenhang besteht oder wenn die Hautunreinheiten typische Merkmale aufweisen.



Gehen Sie zum Arzt:

- + wenn es zu einer starken Entzündung der Haut kommt.

Fragen

Kann ich einen Zusammenhang mit der Periodenblutung feststellen?

- ➔ Ist die Akne immer schlimmer vor oder während der Periodenblutung?
- ➔ Ein Zusammenhang mit der Periode ist nicht festzustellen, die Haut hat aber Unreinheiten, die akut, eitrig oder auch weniger akut sein können.

Die folgenden Tabellen helfen Ihnen, das für Sie geeignete Mittel zu finden.

Zusammenhang mit der Periodenblutung

Unterscheidungsmerkmal	Psychische Merkmale, Stimmung	Körperliche Merkmale	Mittel
Schlimmer vor der Periode	Schlimmer bei Stress	Fettige Haut an Stirn und Augenbrauenansatz; schlimmer durch Wärme	Natrium chloratum D12
	Hitziges Temperament	Trockene, schuppige Haut mit vielen Pickeln; schlimmer durch Waschen	Sulfur D12
Schlimmer vor und während der Periode	Wechselnde Stimmung, lachen und weinen nah beieinander	Wechselnde Symptomatik; unregelmäßige Periode	Pulsatilla D12

Besondere Symptomatik

Unterscheidungsmerkmal	Psychische Merkmale, Stimmung	Körperliche Merkmale	Mittel
Beginnende Entzündung; noch keine sichtbare Eiterbildung	Will ihre Ruhe haben	Rote, geschwollene Pickel; sehr berührungsempfindlich; Verschlimmerung durch Wärme	Belladonna D6
Fortgeschrittene Entzündung mit Eiterbildung; schlimmer durch Kälte	Ärgert sich, reagiert gereizt	Schnell entwickelnde, schmerzhafte Eiterpickel; berührungsempfindlich	Hepar sulfuris D12
	Zieht sich eher zurück, reagiert schüchtern	Langsam entwickelnde Pickel; Haut mit Neigung zu Eiterung und Narbenbildung	Silicea D12
Viele kleine Pickel, Juckreiz	Hitziges Temperament	Trockene, schuppige, juckende Haut; schlimmer durch Waschen und durch Wärme	Sulfur D12

Dosierung: Akute Beschwerden, also ein Hautbild, welches sich innerhalb von wenigen Tagen oder Stunden gebildet hat, zum Beispiel in Zusammenhang mit hormonellen Schwankungen, können am ersten Tag mit 5-mal täglich einer Gabe und danach 2–3-mal täglich einer Gabe bis zur Besserung behandelt werden.

Arzneimittelverzeichnis

Viele homöopathische Arzneimittel haben Bezeichnungen, die auf den ersten Blick zwar unterschiedlich aussehen, sich aber dennoch entsprechen. Damit keine Missverständnisse aufkommen und Sie sicher gehen, in Ihrer Apotheke auch das gewünschte Mittel erhalten zu haben, nennt Ihnen die folgende Tabelle die Namen der Arzneimittel, die einander entsprechen. Unter den genannten Seitenzahlen finden Sie nähere Informationen.

Und so heißt dieses Mittel auf Deutsch!

A

Adkerschachtelhalm siehe Equisetum

Acidum nitricum 247–248

Salpetersäure

Acidum phosphoricum 77–78, 104–105, 146, 148, 184–185, 265–266

Phosphorsäure

Acidum silicium

→ Silicea 62, 69, 74, 83, 85, 183, 191, 204, 220, 223, 253, 255, 263, 269–271, 273

Kieselsäure

Aconitum napellus 70–71, 93–94, 104, 106, 200–202

Eisenhut

Aesculus hippocastanum 140, 243–244, 247–248

Roskastanie

Afrikanische Malve siehe Sabdariffa

Alpenveilchen siehe Cyclamen

Alumina 220–221

Tonerde

Ambra 83–84, 92–94

Grauer Amber (gewonnen aus Pottwal)

Anamirta cocculus

→ Cocculus 93, 96

Kockelskörner

Antimonium crudum

→ Stibium sulfuratum nigrum 258

Antimonsulfid

Apis mellifica

→ Apis 229–230

Honigbiene

Argentum nitricum 69–70, 72, 92–93, 95, 110–111, 211–212, 225–226

Höllenstein, Silbernitrat

Arnica montana

→ Arnica 142–143, 159–160

Bergwohlverleih

Arsenicum album 47, 69–70, 72, 77–78, 93, 95

Weißes Arsenik

Asa foetida 216–217

Stinkasant

Atropa Belladonna

→ Belladonna 127–129, 162–164, 183, 186, 193, 195, 253–254

Tollkirsche

Ätzzstoff siehe Causticum

Austerschalenkalk siehe Calcium carbonicum

B

Bürlapp siehe Lycopodium

Belladonna

→ Atropa Belladonna 127–129, 162–164, 183, 186, 193, 195, 253–254

Tollkirsche

Bellis perennis 142, 144

Gänseblümchen

Bergwohlverleih siehe Arnica



Darauf bauen Frauen

Zuverlässig und risikoarm: Die Homöopathie überzeugt Frauen von der Pubertät bis zum reiferen Alter. Vor allem während Schwangerschaft und Stillzeit haben sich homöopathische Arzneimittel besonders bewährt.

- Aber wie ist der Weg zum richtigen Mittel?
- Welche Symptome sind charakteristisch?
- Was ist, wenn mehrere Mittel in Frage kommen?
- Welche Potenz und welche Dosierung sollten Sie wählen?

Dieser Ratgeber bietet Antworten für Frauen, die nach bewährten Empfehlungen suchen.

ISBN 978-3-7776-2225-5



9 783777 622255

12/14
Rebunimed
Fachbuchvertrieb
22.80

www.hirzel.de

HIRZEL