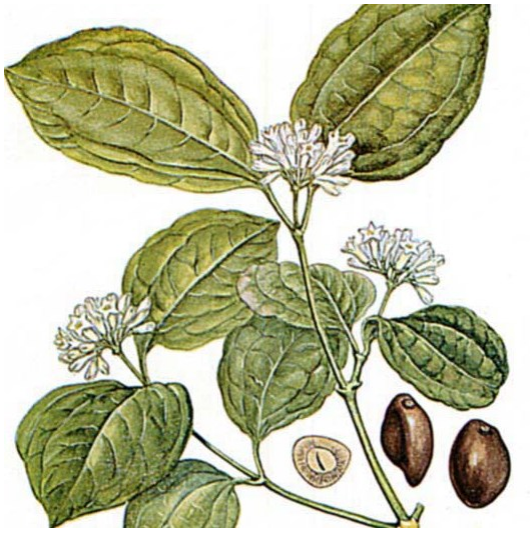
homöopathie tamaralütold

Nux vomica – Brechnuss
Die homöopathische Hilfe bei Magenbeschwerden u.v.m



Allgemein:
Homöopathisch werden die getrockneten Samen der Brechnuss verwendet. Die Arznei eignet sich hervorragend zur Behandlung von Übelkeit, Kopfschmerzen und auch Überempfindlichkeit auf äussere Einflüsse. Alles auch Symptome des berüchtigten ‚Katers'. Gerade auf die Festtage hin möchte ich Ihnen dieses Mittel deshalb nicht vorenthalten. Neben der hilfreichen Linderung von Spätsymptomen übermässigen Alkoholkonsums, kann Nux vomica auch Folgen von falschem oder übermässigem Essen lindern. Als weitere Anwendemöglichkeit kommt auch eine stressreiche Zeit die mit unten stehenden Symptomen einhergeht in Frage.

Körpersymptome:
Übelkeit, Völlegefühl, Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung.
Kopfschmerzen evtl. mit Übelkeit und Erbrechen.
Drang zu Niesen, Aufstossen, Erbrechen oder Stuhlgang - kann aber nicht!
Besserung durch: Wärme, Liegen, Ausscheidung
Verschlimmerung durch: Kälte, im Freien, Zugluft, morgens.
Alles als Folge von:

- Stress
- Übermässigem Genussmittelkonsum, Überessen
- Medikamenten, Narkose
- Ärger
- Überanstrengung, Überarbeitung, Schlafmangel, geistige Erschöpfung
- Kälte, Zugluft, Klimaanlage

Psychisch:
Überempfindlichkeit auf alle äusseren Einflüsse.
Schlecht gelaunt, gereizt, ärgerlich, aufbrausend, nervös, ungeduldig, fehlerfindend.

tamara lütold – dipl. homöopathin SHI / HVS
pflanzschulstrasse 36 – 8004 zürich ◦ im seeblick 2 – 8825 hütten

telefon 044 590 23 26 – mobil 078 901 90 39
praxis@tamaraluetold.ch – www.tamaraluetold.ch

Dosierung:

Bei vermutetem morgendlichen Hangover: 3-5 Globuli Nux vomica C30 vor dem Zubettgehen, eine weitere Gabe nach dem Aufstehen. Evtl. danach 3-5 Globuli aufgelöst in einem Glas Wasser über den Tag verteilt in einzelnen Schlucken (aus demselben Glas) einnehmen.

In allen anderen Fällen geben Sie 1x 3-5 Globuli von Nux vomica C30 und wiederholen Sie dies je nach Intensität der Beschwerden im Abstand von 15 – 60 Minuten noch 2-3x. Wenn sich der Zustand bessert, warten Sie ab und wiederholen das Mittel erst wieder bei einer erneuten Verschlimmerung. In diesem Fall lösen Sie 3-5 Globuli in einem Glas Wasser auf und geben dem Patienten regelmässig alle 15-60 Minuten einen Schluck davon zu trinken. Vor jedem Schluck ‚schütteln' Sie die Verdünnung am besten mit einem Plastiklöffel 10 x kräftig durch. Der Einfachheit halber können Sie auch eine saubere 3-5dl Flasche verwenden und diese vor jeder Einnahme 10x kräftig schütteln. Stellt sich keine eindeutige Besserung ein, nehmen Sie mit einer medizinischen oder homöopathischen Fachperson Kontakt auf.

Unterstützende Anwendungen bei Magenbeschwerden....:

Heilerde: zweimal täglich einen Teelöffel Heilerde für den innerlichen Gebrauch einnehmen, in Wasser oder kaltem Tee (s. Packungsbeilage).
Leinsamen: Geben Sie zwei Handvoll Leinsamen in 6 dl kaltes Wasser. Nach 3-4 Stunden sieben Sie die Samen heraus und trinken über den Tag verteilt immer wieder einen Schluck der Flüssigkeit.
Tees: Kamille, Schafgarbe oder auch Pfefferminze.
Ingwer bei Übelkeit: kauen Sie frische Ingwerwurzel oder übergiessen Sie ein Stück frischen Ingwer mit kochendem Wasser und lassen ihn 15 Minuten ziehen.

... und / oder Stress:
Entschleunigen Sie ihr Leben:
http://www.artikelmagazin.de/lifestyle/wellness/entschleunigung-stress-lass-nach.html

Quellenangaben und Literaturempfehlungen:

Rezeptfrei gesund mit Schweizer Hausmitteln *von Ruth Jahn* (ein Ratgeber der Beobachters)
Homöopathie bei akuten Erkrankungen und Notfällen *von Erika Scheiwiller-Muralt*
Homöopathische Selbstbehandlung in Akutfällen *von Heidi Grollmann und Urs Maurer*

tamara lütold – dipl. homöopathin SHI / HVS
pflanzschulstrasse 36 – 8004 zürich ◦ im seeblick 2 – 8825 hütten

telefon 044 590 23 26 – mobil 078 901 90 39
praxis@tamaraluetold.ch – www.tamaraluetold.ch