



Die homöopathische Fallaufnahme

Selbstbeobachtung in der homöopathischen Therapie

In der homöopathischen Behandlung spielt die Selbstbeobachtung des Patienten eine wichtige Rolle, da die Homöopathin nur so gut therapieren kann, wie der Patient seine Symptome erkennt und äussert. Warum dies so ist und wie Sie Ihre homöopathische Therapie erfolgreich unterstützen können, erfahren Sie im nachfolgenden Text.

Was macht eine Homöopathin?

Die Aufgabe der Homöopathin ist es, den Patienten in seiner körperlichen, geistigen und seelischen Einmaligkeit wahrzunehmen und zu verstehen. Dies geschieht durch ein ausführliches Gespräch und allfällige einfache Untersuchungen (z.B. Blutdruck messen).

Vorrangig für die Verschreibung eines Arzneimittels ist dann nicht die medizinische Diagnose, sondern die Art wie jeder einzelne Patient seine Krankheit individuell ausdrückt. Denn die Homöopathin behandelt eben keine Grippe, aber z.B. Fieber begleitet von extremer Schwäche, Unruhe und Durstlosigkeit verbunden mit der Angst alleine zu sein.

Individualität

Die Homöopathie geht davon aus, dass zwei Menschen mit derselben Erkrankung diese auf je individuelle, charakteristische Weise zum Ausdruck bringen.

Ein Patient hat zum Beispiel einen Hexenschuss mit rechtsseitigen, drückenden Schmerzen, die sich bessern, wenn der Patient ruhig liegt und sich regelmässig in der Zeit von 16 – 20 Uhr verschlimmern. Der Beginn der Beschwerden fällt zeitlich mit dem Liebeskummer des Patienten zusammen.

Ein anderer Patient mit Hexenschuss hat die Beschwerden, seit er nach einer sportlichen Aktivität zu schnell abgekühlt ist. Es geht ihm am besten, wenn er langsam geht, aber schlimmer sind die Schmerzen bei der ersten Bewegung nach Ruhe. Angenehm ist es für ihn auf einer harten Unterlage zu liegen. Seine Gedanken kreisen immer wieder um die Arbeit und seine Stimmung ist etwas gereizt.

Beide haben zwar einen Hexenschuss, aber die Umstände und die persönlichen Symptome sind sehr verschieden. Deswegen werden diese Personen verschiedene Arzneimittel erhalten.

Selbstbeobachtung – was soll ich beobachten?

Da die Homöopathin persönliche, individuelle Beschwerden des Patienten für die Verschreibung benötigt, ist der Patient gefordert, sich zu beobachten.

Schauen Sie also auf der folgenden Seite einmal durch die „Brille der Homöopathin“ und bekommen Sie eine Vorstellung davon, welche Beobachtungen für die Homöopathin wichtig sind.

Seit wann/wodurch habe ich die Beschwerden:

- nach einer sportlichen Aktivität schnell abgekühlt (eiskaltes Getränk, kalter Wind,...)
- seit einer Verletzung – körperlich oder seelisch
- seit einer anderen Erkrankung
- seit einer Trennung, einem Verlust
- immer nach Streit, seit ein bestimmter Konflikt besteht
- etc.

Wie äussern sich die Beschwerden?

- sind die Schmerzen brennend, stechend, pulsierend, drückend etc.
- empfinde ich ein Wundgefühl, Steifheit, Schwäche
- tauchen die Beschwerden regelmässig auf
- etc.

Was verbessert oder verschlimmert die Beschwerden?

- gehen, liegen, sitzen, stehen
- kalten oder warme Anwendungen
- Bewegung oder Ruhe
- Alleinsein oder in Gesellschaft sein
- Wettereinflüsse
- etc.

Allgemeine Beobachtungen zum Körper:

- Schlaf
- Essensvorlieben und Abneigungen
- Hunger und Durst
- Verdauung
- Menstruation
- Sexualität
- etc.

Allgemeine Beobachtungen zu Geist und Gemüt:

- Konzentration
- Ängste
- Gedächtnis
- Emotionen – wie äussern sie sich
- Lernverhalten
- Entscheidungen treffen
- etc.

Seien Sie mutig und probieren Sie neue Dinge aus – Halsweh kann auch besser durch kalte Getränke sein, Kopfweg kann besser nach dem Joggen sein!

Je besser Sie sich kennen und beobachten, desto genauer können Sie die Fragen der Homöopathin beantworten und desto besser wird das geeignete Arzneimittel gefunden.