

Foto: iStock / Elena Schweitzer

Homöopathie erfreut sich zunehmender Beliebtheit.

Dies ist einerseits erfreulich, andererseits ist bei dem gestiegenen Interesse zu beobachten, dass viel Unklarheit, Unsicherheit und Unwissenheit im Umgang mit den beliebten „Kügelchen“ besteht.

Die neue Wandermagazin-Serie zur Homöopathie erläutert deshalb die verschiedenen Facetten dieser „sanften“ Medizin und gibt Tipps speziell für Wanderer.

Kleine Kugel, GROSSE WIRKUNG

TEIL 1 DER SERIE:
HOMÖOPATHIE FÜRS WANDERN

Wo und wann alles begann – eine historische Randnotiz

Die nunmehr über zweihundertjährige Geschichte der Homöopathie geht auf einen Mann zurück, dessen Erkenntnisse uns heute mehr denn je beschäftigen: Samuel Hahnemann, 1755 in Meißen geboren und 1843 in Paris verstorben, galt als ein Genie auf verschiedenen Fachgebieten. Er machte sich verdient als Arzt, Chemiker und Apotheker, z. B. als Entdecker der Urtinktur oder des Weinessigs. Er sprach mehrere Sprachen und übersetzte eine Vielzahl medizinischer Schriften. Er gilt als der Pionier der Homöopathie, die sich bis heute weltweit erfolgreich verbreitet hat.

Die Entdeckung des homöopathischen Prinzips

Hahnemann unterhielt zunächst eine gut gehende Arztpraxis, die er aufgrund seiner starken Unzufriedenheit mit den damaligen medizinischen Praktiken, z. B. Aderlass, über Nacht aufgab. Er widmete sich nunmehr der Übersetzung medizinischer Schriften und stieß auf eine Abhandlung über Chinarinde und ihre Wirkung auf Wechselfieber (Malaria). Als eingefleischter Pragmatiker unternahm er daraufhin einen Selbstversuch, der aufgrund erstaunlicher Ergebnisse zum Grundsatz eines neuen Heilverfahrens werden sollte. Was war geschehen? Hahnemann nahm wiederholt Chinarinde in



UDO MELLER

ist Jahrgang 59 und Staatlich geprüfter Heilpraktiker. Nach dem Studium an der Sporthochschule Köln hat der Dipl. Sporttherapeut (Medizinische Reha) und begeisterte Wanderer den Weg zur Homöopathie gefunden und betreibt eine Praxis in Landsberg am Lech. Schwerpunkte sind die Klassische Homöopathie, TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) und Psychologie.

stofflicher Substanz zu sich. Jedes Mal reagierte er mit wechselfieberähnlichen (malariaähnlichen) Symptomen. Setzte er die Einnahme ab, verschwanden sogleich alle Symptome. Was also würde geschehen, so seine daraus folgernde Frage, wenn jemand, der tatsächlich an malariaähnlichen Symptomen leidet, die Substanz einnimmt? Er verabreichte es an Betroffene und diese wurden de facto geheilt: „Wähle, um sanft, schnell, gewiss und dauerhaft zu heilen, in jedem Krankheitsfall eine Arznei, welche ein ähnliches Leiden für sich erregen kann, als sie heilen soll.“ Eines der wichtigen Prinzipien der Homöopathie erlangte so im Jahre 1790 seine bis heute ungebrochene Gültigkeit: „Ähnliches wird mit Ähnlichem geheilt – similia similibus curentur.“ Im Begriff „Homöopathie“ kommt dies klar zum Ausdruck; „homöos“ steht für „Ähnliches“ und „pathie“ für „Leiden“, allerdings im weiteren Sinne auch für „Mitgefühl“.

Jeder Mensch ist anders...

Jeder Mensch ist in seinem Wesen einzigartig, nicht ohne Grund sprechen wir vom Individuum, das in der Bedeutung des Wortes die „Unteilbarkeit“ zum Ausdruck bringt. In der Homöopathie resultiert daraus eine differenzierte Betrachtung von Krankheitszuständen, sowohl akut, als auch chronisch. Bezeichnungen wie Kopfschmerz oder Rückenschmerz reichen alleine nicht für die Auswahl einer homöopathischen Arznei aus. Bei Fieber lediglich an „Belladonna-Kügelchen“ zu denken, entspricht nicht den homöopathischen Prinzipien, sondern ist allenfalls schulmedizinisches Denken. Individuelle Symptomatik und nicht der Krankheitsname sind entscheidend für die Auswahl einer homöopathischen Arznei. Dafür wenden Heilpraktiker zur Diagnostik verschiedene Methoden an, zu denen auch intensive Gespräche mit den Patienten gehören.

Der praktische Nutzen für Wanderer

Sowohl in akuten Situationen als auch bei chronischen (wiederkehrenden) Beschwerden hat sich die Homöopathie als außerordentlich hilfreich erwiesen. Mit etwas Übung bietet dabei das Mitführen einer



Ergänzungsapotheke für unterwegs / Foto: Spagyros



Foto: iStock/Zilli



Foto: Spagyros

homöopathischen Notfallapotheke (Wandern, Reisen etc.) viele Möglichkeiten, direkt etwas zur Linderung oder Heilung beizutragen. So wurden bereits Himalaya-Expeditionen mit einer homöopathischen Notfallapotheke ausgerüstet. Wie eine solche Notfallapotheke bestückt ist und wie sie gebraucht wird, lesen Sie in den folgenden Ausgaben des Wandermagazins.