

# Verein für Homöopathie

und Lebenspflege e.V.  
Heidenheim



Bericht von unserem Vortrag

## „Homöopathie bei Altersbeschwerden“

am Montag, 13. November 2017

Referentin: Dr. rer. nat. Gabriele Mecklenbrauck, Heilpraktikerin, Ulm-Böfingen

Zu Beginn stellte die Referentin die Frage: **Was heißt „altern“?**

Altern ist ein physiologischer Vorgang, ein elementarer Bestandteil des Lebens aller höherer Organismen.

Man unterscheidet

1. Primäres Altern. Darunter versteht man die physiologischen (zellulären) Alterungsprozesse. Z. B. die Abnahme der Zellteilung. Das maximal erreichbare Lebensalter bei Menschen ist bei ca. 120 Jahren.
2. Sekundäres Altern. Damit sind äußere Einwirkungen gemeint, die die o. g. Zeitspanne verkürzen. Z. B. Krankheiten, Verletzungen. Fehlernährung. Bewegungsmangel. Lebensstil. Soziale Komponenten (Austritt aus dem Berufsleben, Verlust von Beziehungspersonen).

Strategien gegen das sekundäre Altern: **Das Gesunde stärken, das Kranke begrenzen.**

Wichtig ist dabei immer eine ganzheitliche Sichtweise. Es soll nicht nur das 1 kranke Organ betrachtet werden.

- Optimale medikamentöse Behandlung der diagnostizierten Erkrankung. Z.B. Blutdruckwerte, Schilddrüsenwerte, usw. Unbedingt umfassend alle Werte bestimmen lassen.
- Ernährung, Lebensstil
- Stärkung des Immunsystems
- Bewegung. Eine Bewegungsart finden, die einem Freude bereitet.
- Unterstützung mit naturheilkundlichen Therapien
- Physiotherapie
- Akupunktur
- Alternative Schmerztherapien
- Homöopathie (siehe unten)
- Sich geistig fit halten, engagieren, Herausforderungen annehmen
- Positive Lebenseinstellung
- Soziale Kontakte pflegen
- Bei Bedarf psychologische Beratung bzw. Betreuung holen

**Ziel: Mit den altersbedingten Veränderungen des Körpers und der Lebensumstände optimal zurechtkommen.**

**Altersbeschwerden und ihre schulmedizinische Behandlung:**

- Arteriosklerose.....Cholesterin-Senker, Diät, Rauchen beenden
- Bluthochdruck.....Beta-Blocker, ACE-Hemmer
- Herzinsuffizienz, Herzrhythmusstörungen.....z. B. Herzschrittmacher

- Eingeschränkte Lungenfunktion.....Atemsprays, Cortison, Teophyllin
- Diabetes II.....Antidiabetika, Diät, Insulin
- Gicht.....Diät, Diclofenak
- Arthrose, Gelenkbeschwerden.....Diclofenak, Ibuprofen, Operation, Krankengymnastik
- Osteoporose.....Biphosphonate, viel Bewegung, Vitamine, Calcium, Magnesium
- Hautprobleme.....Diverse Cremes

Weitere Beschwerden: Schwerhörigkeit, Sehstörungen, Nachlassen des Geschmackssinns, Verdauungsbeschwerden, Wechseljahrsbeschwerden, Prostatavergrößerung, Schlafstörungen, Depressionen, Vergesslichkeit, Konzentrationsschwäche, Kopfschmerzen, häufige Infekte, Demenz.

Wie lassen sich solche Beschwerden **naturheilkundlich** behandeln?

Einige Beispiele:

- Gastritis, Magenbeschwerden ..... Bitterkräuter, Zeolith (ein Naturmineral zur Entgiftung), Retterspitz innerlich, Luvos Heilerde, Nux vomica (hom. Arzneimittel).
- Verstopfung, Blähungen ..... Ballaststoffe, Flohsamen, Darmsanierung.
- Herzinsuffizienz ..... Weißdorn (z. B. Crataegutt).
- Missempfindungen, Polyneuropathie ..... Vitamine B12, B6.
- Arthrose ..... Vitamin E, Teufelskralle, Weidenrinde (ausprobieren, welches besser wirkt), Retterspitzumschläge, Arthrose-Tee, Symphytum (hom. Arzneimittel).
- Prostatavergrößerung ..... Brennesselextrakt, Kürbiskerne. Es gibt verschiedene Präparate. Die Dosierungen sind zu beachten.
- Infektanfälligkeit ..... Vitamin C, Umckaloabo, Mistel, Orthomol immun.
- Schlafstörung ..... Baldrian (forte), Melisse, Hopfen, Lavendel, Einschlaf-Tees.
- Rückenschmerzen, Ischias, Hexenschuss .... Wirbelsäulenthherapie nach Dorn, „Rubax  
(teuer, statt dessen das hom. Arzneimittel Rhus tox. D6 nehmen).

Wie wirkt die **Homöopathie**?

Sie ist eine Reiztherapie. Chemisch gesehen ist ab einer Dosierung D24 kein Molekül der Ausgangssubstanz mehr vorhanden. Die Information bzw. Energie ist aber weiterhin enthalten, sogar verstärkt und tiefer in der Wirkung. Sie kann einen Regelkreis anstoßen, sodass die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert werden.

Der Homöopath (ein Arzt oder Heilpraktiker) sucht nach einem eingehenden Gespräch (Erst-anamnese) das passende homöopathische Arzneimittel. Er erfragt vom Patienten u. a. die sog.

Modalitäten. Wie? Wo? Wann? Was bessert? Was verschlechtert? Was noch?  
(siehe Tabelle unten).

\* Gibt es Unterschiede in der Behandlung zwischen Jung und Alt?

Ein älterer Mensch hat evtl. schon viele Medikamente eingenommen. Er hat viel erlebt, hat viele Symptome. Die Mittelfindung ist nicht so einfach, wie bei einer jüngeren Person. Ältere reagieren nicht so schnell wie Kinder. Es gibt gute Erfahrungen mit sog. LM-Potenzen (Verdünnung 1 :50.000, bei geringerer Verschüttelung), die man öfters (regelmäßig) einnimmt.

\* Wirken homöopathische Arzneimittel auch, falls andere Medikamente genommen werden?  
Ja, z. B. neben Cortison.

\* Wirken hom. Arzneimittel auch, wenn Verschleiß, Abnutzung und/oder Funktionsverlust vorliegt?

Ja. Das subjektive Empfinden kann gut mit Homöopathie beeinflusst werden.