

Bei harmloseren Erkrankungen im Urlaub muss nicht unbedingt immer gleich der Arzt aufgesucht werden. Oft helfen ja auch die Kügelchen aus Mamas Reiseapotheke.



Mit Globuli um den Globus

Was ein Kollege in die homöopathische Reiseapotheke packt



Dr. med. Martin Lang ist niedergelassener Kinderarzt mit Schwerpunkt Homöopathie.

Immer wieder erreichen uns Anfragen von Lesern mit dem Vorschlag, auch einmal alternativen Heilverfahren mehr Raum zu geben. Da Eltern im Urlaub weit weg vom Kinderarzt bei kleineren Erkrankungen häufig zur Selbsthilfe greifen, hier einige Homöopathie-Tipps, die Sie ihnen mit an die Hand geben können.

Die geschickte Auswahl einiger Globuli für das Reisegepäck kann eine Vielzahl unliebsamer Gesundheitsstörungen im Urlaub lindern. Dieser Artikel soll einen kurzen Überblick zu den Behandlungsmöglichkeiten typischer Sommerkrankheiten als Grundlage für eine umfassende und ganzheitliche Reiseberatung vermitteln. Vielleicht ist auch für Sie eine Anregung dabei.

Eltern muss aber klar gemacht werden, dass bei schweren Erkrankungen die Anwendung homöopathischer Mittel eine notwendige ärztliche Behandlung am Urlaubsort nicht verzögern darf. Fernab der Heimatpraxis gilt für die Eltern die Maxime: wenn die Symptome der Krankheit unter der Selbstmedikation nicht rasch abklingen, ist stets ein Arzt zu konsultieren. Natürlich ist die homöopathische Behandlung auch kein Ersatz für notwendige Rei-

seimpfungen. Ebenso wenig kann sie allgemeine Vorsichtsmaßnahmen ersetzen – etwa bei Reisen in extreme Klimazonen, bei unzureichenden hygienischen Verhältnissen, Malaria und anderen Endemiegefahren.

Üblicherweise erhalten Säuglinge und Kleinkinder pro Einnahme drei Globuli, Kinder ab dem dritten Lebensjahr fünf. Tiefe Potenzen (C6) nimmt man bei der Behandlung von Akuterkrankungen öfter, beispielsweise stündlich ein, mittlere Potenzen (C12) ein- bis dreimal täglich. Hochpotenzen (C30, C200) werden nur einmalig verabreicht. Die Frequenz reduziert sich, sobald eine Besserung eintritt.

Reiseübelkeit

Cocculus ist das Hauptmittel bei Reiseübelkeit mit Schwindel und mäßigem Schwächegefühl. Kommt zum Schwindel starke Übelkeit, Käl-

tegefühl mit kühlem Schweiß und Blässe, so ist Tabaccum angezeigt. Ruhepausen, frische Luft und Augenschließen bessern die Symptomatik. Bei noch ausgeprägter „Seerkrankheit“ wirkt Theridion am besten. Dieses Mittel ist angezeigt, wenn sich beim Schließen der Augen Schwindel und Erbrechen verstärken.

Magen-/Darmerkrankungen

Bei akutem unstillbarem Erbrechen haben sich Ipecacuanha und Tartarus emeticus bewährt (Cave: interkurrentes Erbrechen und Fieber als Erstsymptom der Malaria). Charakteristische Indikation für Ipecacuanha ist eine Zunge ohne Belag. Ein klassisches Darminfekt-Mittel, besonders nach zu reichlicher oder un bekömmlicher Mahlzeit, ist Nuxvomica. Der Patient verspürt besonders morgens drückende Magenschmerzen, Übelkeit und Erbrechen, seine Stimmung ist ausgesprochen gereizt. Die Zunge ist dick gelblich belegt. Geht heftiges Erbrechen mit einem schweren, wässrigen Durchfall und zunehmendem Schwächege-

