

RATGEBER



Silvio Tribelhorn
Homöopath
aus Mauren

Insektenstiche

Bei Insektenstichen denken wir immer an die äusserliche Behandlung mit Salben oder Tupfer. Dabei gibt es homöopathische Mittel zum Einnehmen, die rasch und nachhaltiger wirken.

Was kann man tun?

In der Homöopathie unterscheidet man zwischen den verschiedenen Insektenstichen. In unserer Gegend haben wir es vor allem mit Mücken, Bienen, Wespen und immer mehr auch mit Zecken zu tun. Wir reagieren aber unterschiedlich auf die verschiedenen Gifte der Insekten.

● Bei Bienen, Wespen und Mückenstichen hilft in der Regel immer das hom. Mittel Apis. Die Dosierung kann alle zehn Minuten wiederholt werden, bis die Schmerzen, die Schwellung und die Entzündung zurückgehen. Wenn eine kühle Auflage den Schmerz zusätzlich lindert, dann ist Apis das richtige Mittel.

● Es gibt Menschen, die aus irgendwelchen Gründen auf Apis nicht reagieren. Häufig ist das bei Mückenstichen der Fall, dann hilft eher das hom. Mittel Ledum. Auch dieses Mittel dosiert man etwa alle zehn Minuten bis zum Abklingen der Symptome. Ledum ist ein wertvolles Verletzungsmittel, verstanden als Folge vom Stich, wobei auch hier eine kühle Auflage lindert. Auffallend ist, dass bei Ledum die Einstichstelle kalt ist. Ledum wirkt auch als Gegenmittel bei Spinnengiften.

● Sind die lokalen Symptome vergangen, aber es bleiben geistige Verwirrtheit, Schwäche oder Unruhe übrig, dann gibt man noch alle zwei Stunden einmal Arsenicum Album bis zum Abklingen auch dieser Symptome.

● Eine zunehmende Plage sind die Zeckenbisse. Wenn man an sich eine Zecke findet, so muss sie zuerst entfernt werden. Am besten mit einer geeigneten Pinzette vorsichtig herausziehen und die Einstichstelle desinfizieren. Dann kann man vorsichtshalber eine Dosis Ledum einnehmen. Wenn man erst spät bemerkt, dass man eine Zecke hat, und die Bissstelle ist bereits geschwollen und dunkelrot gefärbt, dann nimmt man nach der Zeckenentfernung eine Dosis Lachesis. Auch alle anderen Stiche, die eine dunkelrote bis blaurote Farbe annehmen, müssen mit Lachesis behandelt werden, um einer Blutvergiftung vorzubeugen. Lachesis ist ein Schlangengift.

Kann man Insektenstichen vorbeugen?

In der Homöopathie gilt eigentlich der Grundsatz, dass man nicht vorbeugend behandeln kann, aber wie immer gibt es auch hier keine Regel ohne Ausnahme. So eine Ausnahme ist das hom. Mittel Staphisagria. Die Erfahrung hat uns gelehrt, dass Staphisagria vorbeugend gegen Mückenstiche wirkt. Offenbar verändert Staphisagria unser Blut so, dass es für die Mücken fast ungenussbar wird. Probieren Sie es doch einmal aus.

www.naturheilpraxis.li

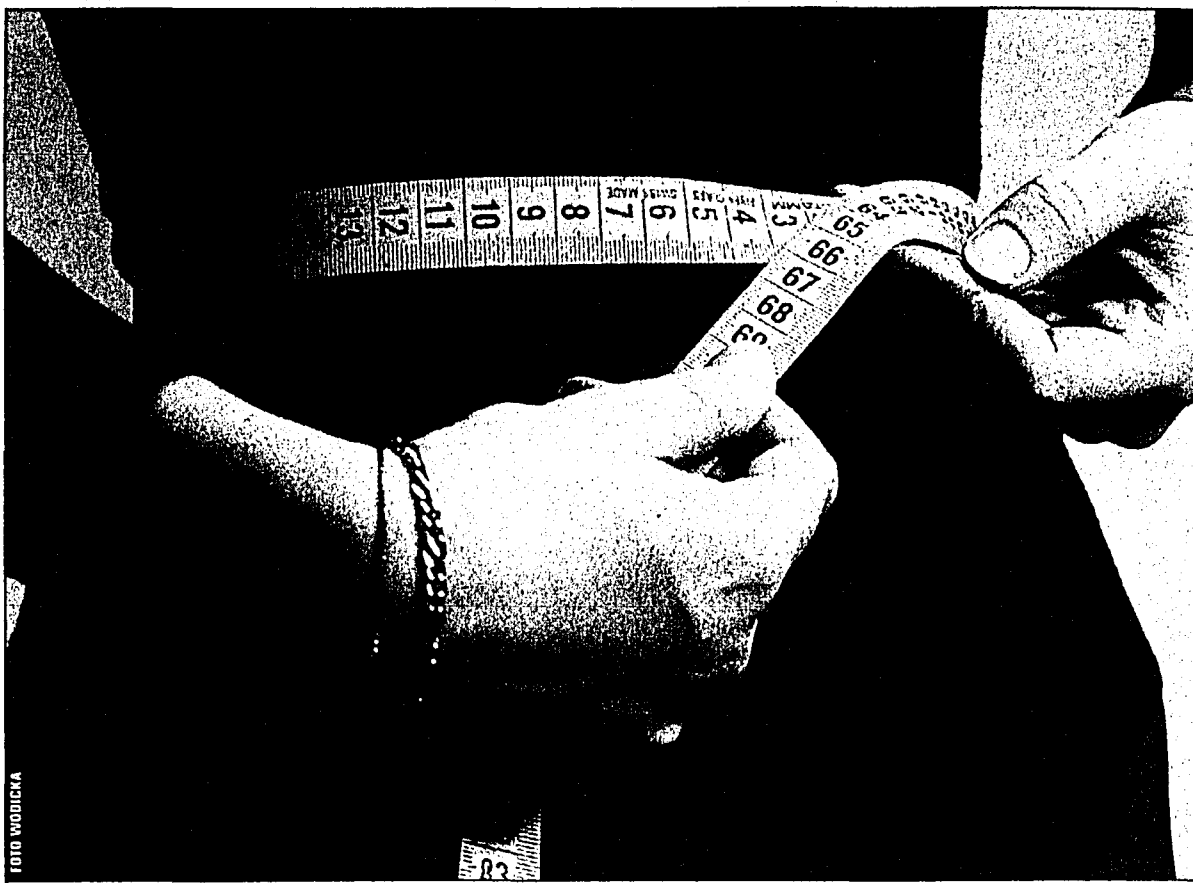
WUNDERMITTEL

Teebaumöl als Allergen

DORTMUND – Das Öl des australischen Teebaumes erfreut sich als alternatives Mittel zur Beseitigung von Hautkrankheiten. Die Palette der Anwendungsmöglichkeiten reicht von Insektenstichen über Hauterkrankungen bis hin zu Wunden. Auch als Mund- und Rachendesinfizienz wird es verwendet. Einen Haken hat das Öl aber: Bereits nach vier Tagen beginnt der Oxidationsprozess. Dabei bilden sich vermehrt Peroxide, die besonders auf erkrankter Haut eine allergene Wirkung entfalten können. Die Wunde heilt zwar schnell ab, es kann aber zu einem so genannten Kontaktekzem kommen.

Training steuert Hunger

Hoffnung für Behandlung von Essstörungen



Die Kopfarbeit ist beim Abnehmen eine ganz wichtige Sache.

LONDON – Wissenschaftlern des Wellcome Department of Imaging Neuroscience ist es gelungen, das Gehirn dahingehend zu trainieren, dass es beim Sehen eines abstrakten Bildes nach einem bestimmten Nahrungsmittel hungert.

Diese Experimente stehen in der Tradition der berühmten Versuche des russischen Wissenschaftlers Ivan Pavlov. Durch den Einsatz der Bild gebenden Kernspintomografie konnte das Team den Erfolg seines Experiments z.B. bei Vanilleeis oder Erdnussbutter sichtbar machen. Zusätzlich konnten neue Erkenntnisse über Hunger und die Gehirnveränderungen bei satten Menschen gewonnen werden.

Das erste Ziel war, laut Jay Gottfried, die Studienteilnehmer so zu konditionieren, dass sie durch

Wiederholung die Verbindung zwischen neutralen Reizen, abstrakten Bildern oder Fraktalen, und den Gerüchen der Lebensmittel herstellten. Alle diese Vorgänge spielten sich im unterbewussten Bereich ab. Die Teilnehmer wurden über den Zweck der gelernten Assoziationen nicht informiert. Laut Gottfried spielte es keine Rolle, ob diese Zusammenhänge erkannt wurden. Der gesamte Konditionierungsvorgang dauerte jeweils rund acht Minuten.

Gehirn aktualisiert Situationen

Anschliessend wurden den Versuchspersonen im MRI-Scanner die abstrakten Bilder gezeigt. Reaktionen fanden in den medialen Temporalappen im unteren Drittel des Gehirns und in der orbitalen Stirnlappenrinde oberhalb der Augäpfel statt. Diese Bereiche bilden

Vorhersagen, die Menschen darüber informieren, dass etwas Angenehmes zu erwarten ist. Nach dem Scannen erhielten die Teilnehmer ein reichhaltiges Mittagessen, bei dem es auch jene Nahrungsmittel gab, auf die sie sich gefreut hatten.

Nach dem Essen verringerte sich die Reaktion im Gehirn auf gezeigte Bilder deutlich. Das bedeutet, dass Sättigung zu Veränderungen im Gehirn führt. Das einfache Zeigen der Bilder verhinderte in der Folge, dass weiterer Appetit auf diese Nahrungsmittel bestand. Daraus lässt sich ableiten, dass das Gehirn lernt, seine Vorhersagen von zu erwartenden angenehmen Ereignissen immer wieder auf den neuesten Stand zu bringen. In Zukunft sollen diese Erkenntnisse laut zu Fortschritten in der Behandlung von Essstörungen wie Bulimie und Anorexie führen. (PT)

Gesund dank Haustieren

Weniger Arztbesuche von Tierhaltern

FRANKFURT – Nach einer Studie des sozio-ökonomischen Panels (www.diw.de) leben Haustierhalter gesünder. Die Wissenschaftler Bruce Headey und Markus Grabka vom Deutschen Institut für Wirtschaftsforschung haben dabei die Daten der Jahre 1996 und 2001 miteinander verglichen.

Demnach lag die Zahl der Arztbesuche bei Menschen ohne Haustiere um 18,5 Prozent höher als bei jenen mit Tieren im Haushalt, berichtet das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF), das die Studie finanziert hat.

Für die Studie wurden die Teilnehmer nach der Häufigkeit der Arztbesuche in den vergangenen drei Monaten gefragt. Dabei fiel auf, dass in der Gruppe der Haustierbesitzer die Zahl der Arztbesuche in diesen fünf Jahren von 2,8 (1996) auf 2,7 Arztbesuche im Jahr 2001 gefallen waren, obwohl die Befragten in diesem Zeitraum fünf Jahre älter geworden sind. Eigentlich hatten die Wissenschaftler damit gerechnet, dass es zu einer Zunahme der Arztbesuche kommen würde. Bei den Befragten ohne Haustiere stieg hingegen die Zahl der Arztbesuche im gleichen Zeitraum von drei auf 3,2. Der Zu-

sammenhang gilt für Frauen und Männer, für Jüngere und Ältere, mit ihrem Leben Zufriedene und Unzufriedenere. Voraussetzung scheinen allerdings auch die für die Haustierhaltung günstigen Lebensumstände zu sein, wie etwa das Leben im eigenen Haus.

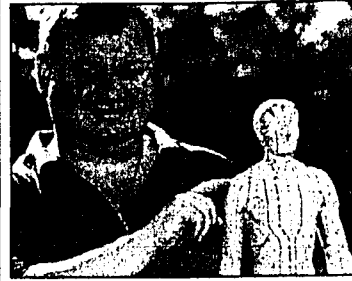
Gemeinsam durch dick und dünn

Nach der Studie war allerdings



Ob solche Situationen die Gesundheit fördern? Wohl eher nicht.

GESUND LEBEN



Kurt Hungerbühler
Heilpraktiker
aus Nendeln

Zecken

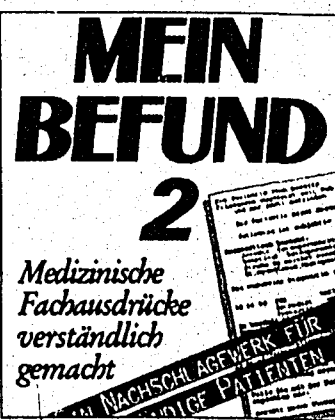
Durch den Biss einer Zecke kann es zu einer Gehirnhautentzündung oder der Lymekrankheit kommen; allerdings kommen die virulenten Zecken nur in bestimmten Gebieten Europas vor. Allgemeine Massnahmen: Die Zecke niemals mit Gewalt entfernen. Wenn der Kopf abreiss, kann es zu Entzündungen kommen. Drehen Sie die Zecke vorsichtig, linksherum heraus, dabei den Zeckenhinterleib nicht drücken, bzw. verletzen. In der Regel sind Kinder weniger gefährdet als Erwachsene und homöopathisch behandelte Menschen so gut wie gar nicht. Lyme Krankheit (Borreliose): Diese Krankheit wird auch durch Zecken übertragen. Sie ist schlimmer, da sie allopathisch kaum zu behandeln ist und es keinen Schutz gibt. Es kann zu Rheuma, Lähmungen der Gesichtsnerven, Herzmuskel- und Rückenmarksentzündungen und Gelenkszerfall kommen. Die Spätfolgen ähneln denen der Syphilis. Die Zeckenbissnosode scheint auch vor der Lymekrankheit zu schützen, jedenfalls ist bisher noch keine Folgekrankheit bekannt geworden. Wer allerdings ganz sicher gehen möchte, kann die Borrelia-Nosode als Prophylaxe benutzen.

www.heilpraktiker.li

BUCHTIPP

Mein Befund

WIEN – Allzu oft hat der untersuchende Arzt in seiner Praxis nicht die Zeit, dem Patienten alle medizinischen Fachausdrücke seines Befundes zu erklären. Was macht man also, wenn auf dem ärztlichen Attest steht: «Aus differentialdiagnostischen Gründen weitere Untersuchungen geplant?» Man greift zu «Mein Befund 2». In diesem unverzichtbaren Wegweiser durch das medizinische Fach-Chinesisch erklären die Autoren auf fast 500 Seiten die wichtigsten Fachausdrücke und Abkürzungen. Sie bringen damit nicht nur die Begriffe für Krankheiten und Leiden auf praktische Weise näher, sondern machen auch Untersuchungsmethoden wie Spiegelung und Computertomographie für den interessierten Laien verständlich.



Uebersetzer: «Mein Befund 2», Dr. Wolfgang Exel und Dr. Karl Maler, 47,50 Franken.