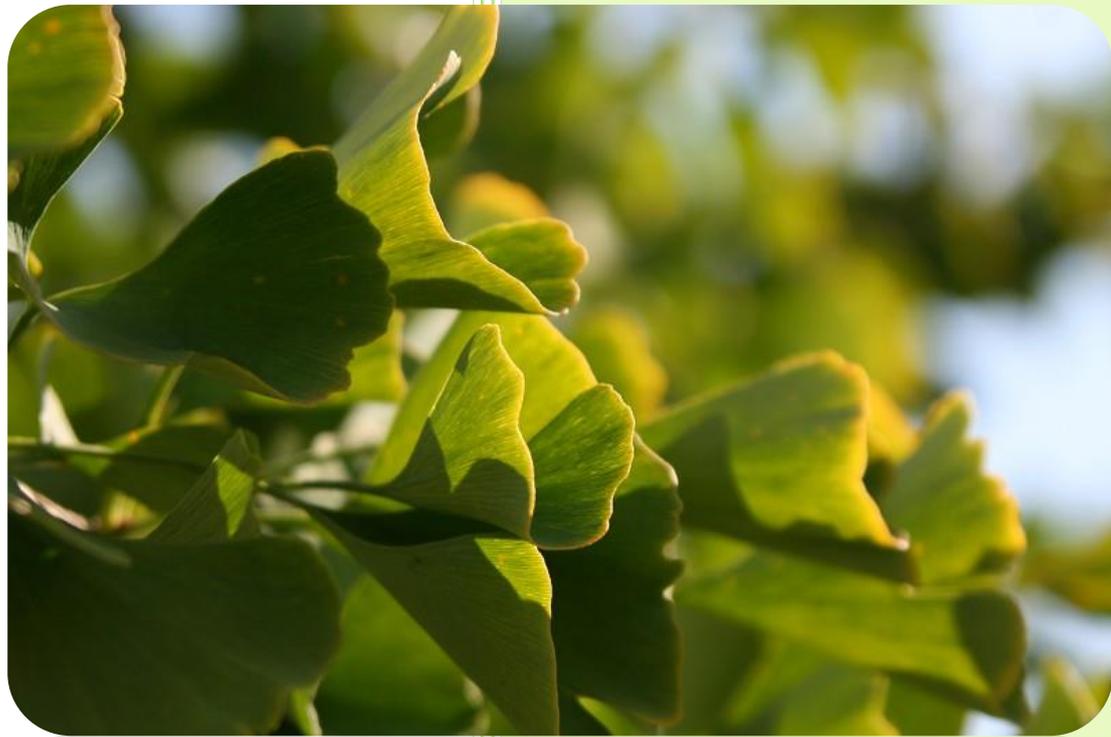


Sanfte Medizin für kleine Patienten



Sabine Korthals
Heilpraktikerin
Stauffenstr. 37
65719 Hofheim a. T.
Tel: 06192-9518700
info@praxis-fuer-gesundheit.net
www.praxis-fuer-Gesundheit.net

Sanfte Medizin für kleine Patienten



(Bild von IStock-Photo 3bugsmom)

Alternative Behandlungsmethoden für kleine Patienten

- Homöopathie
- Phytotherapie (Pflanzenheilkunde)
- Bewährte Hausmittel
- Stärkung des Immunsystems

Ein wichtiger Hinweis:

Alle Beschwerden, die einhergehen mit hohem Fieber und/oder starken Schmerzen, alle unklaren Beschwerden oder aber Beschwerden, bei deren Behandlung Sie sich unsicher fühlen, gehören in die Hand eines Kinderarztes oder Heilpraktikers.

Einteilung der Homöopathie

- Klassische Homöopathie (Potenzen über D15)
- Klinische Homöopathie (Potenzen bis D15)
- Komplexmittelhomöopathie (Mittel, bei denen verschiedene homöopathische Stoffe gemischt werden, um sich in ihrer Wirkung zu ergänzen)

Die klassische Homöopathie geht auf Samuel Hahnemann zurück, der 1790 in einem Selbstversuch mit Chinarinde, einem damals gebräuchlichem Mittel bei Malaria, herausfand, dass die Einnahme von Chinarinde bei ihm (einem Gesunden) Symptome erzeugte, wie sie bei Malaria auftraten. Die durch die Einnahme von Chinarinde erzeugten Symptome dauerten nur wenige Stunden, kehrten aber wieder, wenn Hahnemann erneut von der Arznei einnahm. Aus diesen und vielen weiteren Selbstversuchen zog er die Schlussfolgerung, dass eine Arznei dann für einen Kranken passend ist, wenn sie am Gesunden Symptome erzeugen kann, die denen ähnlich sind, an denen ein Kranker leidet.

Hahnemanns Ähnlichkeitsgesetz 'Similia similibus curentur' (Ähnliches möge mit Ähnlichem geheilt werden) ist das wichtigste Prinzip der homöopathischen Heilkunde.

Dosierung

Die Dosierung erfolgt individuell und orientiert sich an der Schwere der Erkrankung sowie der Konstitution und des Alters des Patienten. Generell kann man sich an folgenden Richtwerten orientieren:

Tiefe Potenzen (bis D10/C10)

Bei akuten Beschwerden stündlich 5 – 10 Tropfen, 5 – 10 Globuli oder 1 Tablette bis zum Eintritt einer Besserung einnehmen. Danach 3 x täglich 5 – 10 Tropfen/Globuli oder 1 Tablette einnehmen.

Mittlere Potenzen (bis D30/C30)

1 bis 2 x täglich 5 – 10 Tropfen/Globuli oder eine Tablette einnehmen.

Kinderdosierung:

Säuglinge im 1. Lebensjahr erhalten 1/3 der Erwachsenendosis.

Kleinkinder bis zum 6. Lebensjahr erhalten die Hälfte der Erwachsenendosis.

Kinder zwischen dem 6. und 12. Lebensjahr erhalten 2/3 der Erwachsenendosis.

Die Wirkung dieser homöopathischen Mittel, egal ob klassisch oder klinisch, beruht auf einer Reizbeantwortung des Körpers. Mit den Substanzen wird ein Reiz gesetzt, der vom Körper entsprechend beantwortet wird. Auf diese Weise werden die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert.

Herstellung homöopathischer Mittel:

Eine Urtinktur erhält man, indem man 50 % Ursprungssubstanz mit 50 % Alkohol mischt.

1 Tropfen dieser Urtinktur mit 10 Tropfen Alkohol gemischt ergeben eine D1.

1 Tropfen D1 mit 10 Tropfen Alkohol gemischt ergeben eine D2.

1 Tropfen Urtinktur mit 100 Tropfen Alkohol gemischt ergeben eine C1.

1 Tropfen C1 mit 100 Tropfen Alkohol gemischt ergeben eine C2.

Nach jedem Verdünnungsschritt wird potenziert = verstärkt. Dazu wird die Substanz verschüttelt (Hahnemann hat dazu die Substanz 10 Mal auf einen Lederbeutel geschlagen).

Bis D23 und C12 sind chemisch noch Ursprungssubstanzen nachweisbar.

Alle homöopathischen Mittel werden v.a. über die Mundschleimhaut aufgenommen, deshalb sollte man die Globuli im Mund zergehen lassen (bei Kindern unter die Zunge legen) oder die alkoholischen Auszüge mit Wasser verdünnen und einige Zeit im Mund behalten bevor man sie schluckt.

Beschwerdebilder

Infekte

Schnupfen

Ohrenschmerzen

Fieber

Halsschmerzen

Husten / Pseudokrupp

Immuntraining

Infekte

Wichtig ist ein Immuntraining. Durch den Kontakt mit anderen Kindern, Tieren, alter Kleidung, „normalem“ Schmutz der im Haushalt anfällt, wird das Immunsystem trainiert. Acht Infekte pro Jahr sind in Ordnung. Zur Schulung der Immunzellen muss sich der Körper mit Erregern auseinander setzen.

- Wichtig sind Ruhe und Zuwendung. Das Kind muss sich zu Haus auskurieren können
- Auf den Wärmehaushalt achten (wegen dem Wärmeverlust auf das Tragen einer Mütze achten, v.a. bei Säuglingen), Einreibung mit Malvenöl von Wala
- Vitamine und Mineralstoffe zuführen, viel trinken, Fleisch, Wurst und schwer verdauliche Speisen meiden
- Hohe Luftfeuchtigkeit im Kinderzimmer
- Das Kind schwitzen lassen z.B. durch folgenden Fiebertee: 2 TL Holunder- oder Lindenblüten mit 250 ml Wasser aufbrühen und 10 Min. ziehen lassen. Möglichst heiß trinken lassen, das Kind gut zudecken und ca. eine halbe Stunde schwitzen lassen.
- Nase richtig putzen (immer ein Nasenloch zuhalten)
- Nach einer Antibiose immer Gabe von Darmflorapräparaten wie z.B. Mutaflor, Symbioflor oder Colibiogen Kinder
- Komplexmittelpräparate: Grippe SL Trpf., Pascoleucin N Trpf., Lymphdialar
- Holunderblüten Elixier von Wala
- Stärkung des Immunsystems mit Weleda Sanddorn-Elexsier oder Sanddorntaler aus dem Reformhaus
- Stärkung der Abwehr durch ein ansteigendes Fußbad: Beine bis zu den Knöcheln mit körperwarmem Wasser bedecken. Innerhalb von 10 Minuten

warmes Wasser zugeben, bis eine Temperatur von ca. 40 Grad erreicht ist.
Anschließend Füße warm einpacken und ruhen.

Schnupfen

Meist ist ein Schnupfen viral bedingt. Kinder erkranken durchschnittlich bis zu 8 x pro Jahr. Wichtig ist, dass sich aus einem Schnupfen keine Sinusitis (Nasennebenhöhlenentzündung) oder eine Otitis media (Mittelohrentzündung) entwickelt. Hinweise auf eine Sinusitis können ein lang anhaltender Schnupfen und ein schlecht riechender Atem sein.

Säuglinge:

- Weißliches Sekret: *Alium cepa* D6 – alle 2 Std. 1 Glob.
- Gelbliches Sekret: *Luffa* D6 – alle 2 Std. 1 Glob.
- Nächtlich verstopfte Nase: *Sambucus nigra* D3 – vor dem Einschlafen 2 Glob., wenn das Baby aufwacht erneut 2 Glob.
- Komplexmittel: *Sinupas* Trpf., *Rhinodoron* Nasenspray von Weleda
- Nasenbalsam für Kinder von Wala
- Inhalation mit Kamillenblütendampf
- Raumluft im Schlafzimmer feucht halten

Kleinkinder

- Fließschnupfen: *Alium cepa* D6
- Gelblicher Schnupfen: *Luffa* D6
- Kopfschmerzen als Folge von Schnupfen: *Cinnabaris* D6
- Nächtlich verstopfte Nase: *Sambucus nigra* D3
- Gerötete, tränende Augen: *Euphrasia* D6
- *Rhinodoron* Nasenspray Weleda
- Meerwasserspray zu Befeuchten der Nasenschleimhaut
- *Sinupas* Trpf. Pascoe
- Sinusitis Tabletten Hevert
- Aufsteigendes Fußbad: mit 30 Grad beginnen und die Temperatur erhöhen.
Anschließend warme Socken anziehen
- Hohe Luftfeuchtigkeit in den Schlafräumen
- Auf richtiges Nasenschneuzen achten
- Inhalation mit Kamillenblütendampf
- Nasenbalsam für Kinder von Wala

Ohrenschmerzen

Häufig ist ein aufsteigender Infekt aus dem Nasen-Rachen-Raum die Ursache. Die Verbindung zwischen Nasen-Rachen-Raum und dem Ohr, die sogenannte Eustach'sche Röhre, ist bei kleinen Kindern noch sehr kurz und eng, sodass sie bei Infekten leicht zu schwillt. Deshalb ist die Gabe abschwellender homöopathischer Nasentropfen, wie z.B. Rhinodoron von Weleda oder auch die Gabe von Nasensprays mit Meersalz sehr wichtig. Wird eine Mittelohrentzündung nicht adäquat behandelt, so besteht die Gefahr einer Schwerhörigkeit und einer verzögerten Sprachentwicklung.

- Bei akuten Ohrenschmerzen: Aconitum D4
- Bei anschleichenden Ohrenschmerzen, Verschlimmerung nachts: Pulsatilla D6
- Zwiebelsäckchen – Eine kleine Zwiebel wird geschält, zerkleinert und in ein Baumwolltaschentuch (oder ein Stück Moltontuch) eingewickelt und auf das schmerzende Ohr gelegt. Damit das Säckchen hält, ziehen Sie Ihrem Kind eine Mütze darüber. Die dadurch entstehende Wärme wirkt sich zusätzlich positiv aus. Da erfahrungsgemäß die meisten schlimmen Ohrenschmerzen immer abends auftreten, kann das Kind auch gut auf dem Zwiebelsäckchen schlafen. Sind die Schmerzen am anderen Morgen immer noch so schlimm, sollten Sie einen Arzt aufsuchen.
- Otovowen Ohrentropfen von Weber & Weber – Diese werden mit einem Fön erwärmt und in das Ohr geträufelt. Danach bzw. darauf kann man gut das Zwiebelsäckchen anwenden.
- Aconit Ohrentropfen von Wala
- Lymphdiaral sensitiv Salbe auf die geschwollenen Lymphknoten und um das Ohr herum auftragen.
- Nasentropfen zum Abschwellen und Befeuchten der Schleimhaut
- Nasenbalsam für Kinder von Wala
- Komplexmittel: Apis Similiaplex Pascoe, Lymphdiaral Trpf., Sinupas Trpf.

Läuft ein gelbes Sekret aus dem Ohr, so ist in der Regel eine Antibiose erforderlich. Wenden Sie sich dann an Ihren Kinderarzt oder an einen HNO-Arzt. Dies gilt auch für starke und anhaltende Ohrenschmerzen.

Tipp: Bevor Paukenröhrchen eingesetzt werden, lohnt sich ein Versuch mit Lymphdiaral sensitiv Salbe, die um das Ohr herum und die regionären Halslymphknoten aufgetragen wird, sowie die innerliche Einnahme von Lymphdiaral Trpf. Oder Apis Similiaplex Trpf.

Fieber

„Erzeuge mir Fieber und ich heile Dir jede Krankheit“
(Parenides, griechischer Philosoph vor 2500 Jahren)

Eine Temperatur bis 38,5 Grad ist eine gesunde Reaktion des Körpers. Die Temperaturerhöhung dient dem Kampf gegen eingedrungene Erreger, der Verbrennung entstandener Schlackenstoffe, bietet aber auch auf seelischer Ebene die Möglichkeit einer Reinigung von erlebten Dingen. Besonders Kinder machen nach einer fieberhaften Erkrankung immer wieder einen Fortschritt in ihrer seelisch-geistigen Entwicklung.

- Pulswickel – ein in Streifen geschnittenes Moltontuch in lauwarmes Wasser tauchen und ausdrücken, für 10 – 15 Minuten auflegen und danach erneuern. Die Wassertemperatur sollte ca. 5 Grad unter der Körpertemperatur des Kindes liegen. In das Wasser kann man auch einen Schuss Essig, Schwedenkräuter oder Retterspitz geben.
- Wadenwickel (angezeigt bei Temperaturen über 39 Grad, senkt das Fieber um ca. 1 bis 1,5 Grad) – feuchtes, lauwarmes Leinentuch um eine Wade wickeln, mit einem Handtuch umwickeln und einer Wolldecke zudecken. Der Wickel kann 15-30 Minuten wirken. Wenn nötig kann nach einer Stunde erneut ein Wadenwickel am anderen Bein angelegt werden. Wichtig: Wadenwickel nur bei warmen Beinen anwenden.
- Kleiner Einlauf – 70 bis 100 ml lauwarmes Wasser mit einem kleinen Klistier verabreichen. Dies zieht ebenfalls das Fieber aus dem Körper.
- Viel trinken, besonders empfehlen sich warmer Tee, warme Brühe, frische Säfte, Wasser
- Fiebertee mit Holunder- oder Lindenblüten
- Plötzlich auftretendes hohes Fieber bei heißer, trockener Haut: Aconicum D4 oder D6 (Verschlimmerung abends)
- Plötzlich einsetzendes hohes Fieber bei heißer, naßgeschwitzte Haut: Belladonna D6 (Kind ist überempfindlich)
- Ferrum phos. D6 Globuli als Folgemittel, wenn das Fieber bleibt und das Kind richtig krank wird.
- Viburcol-Zäpfchen (beruhigende Zäpfchen bei Fieber und Unruhe)

Halsschmerzen

Grippale Infekte beginnen oft mit geschwollenen Lymphknoten und Schluckbeschwerden. Danach folgt oft eine Entzündung der Mandeln. Die Mandeln gehören zu dem lymphatischen System, welches für die Abwehr von Krankheitserregern zuständig ist. Deshalb ist bei sich wiederholenden Mandelentzündungen kritisch zu prüfen, ob diese entfernt werden müssen. In vielen Fällen kann bei entsprechender therapeutischer Begleitung ein Tonsillektomie vermieden oder heraus gezögert werden, wodurch immunologische Reifungsprozesse gefördert werden.

Wird bei einem Rachenabstrich der Befall von β -hämolisierenden Streptokokken des Types A festgestellt, so ist zur Vermeidung von Spätfolgen eine Antibiose erforderlich.

- Prießnitzwickel – Wickel, bestehend aus 3 Schichten.
 1. Schicht: Baumwollwickel mit lauwarmen Wasser (evtl. unter Zugabe von Essig, ausgepresster Zitrone oder Retterspitz)
 2. Schicht: Geschirrhandtuch
 3. Schicht: Wollschal

Der Wickel verbleibt für 15 – 20 Minuten um den Hals. Nach einer Stunde kann die Behandlung wiederholt werden. Er bewirkt eine verstärkte Durchblutung und aktiviert den Abbau von Entzündungsprodukten.

- Belladonna D6 bei heißem, trockenem Hals, kein Durst
- Aconitum D6 bei rotem, entzündetem Hals, großer Durst, Schluckschmerz
- Mercurius solubilis D12 bei brennenden Halsschmerzen mit verstärktem Speichelfluss und schlecht riechendem Atem
- Tonsiotren S Lutschtabletten
- Tonsillopas oder Lymphdiaral Tropfen oder Lutschtabletten oder Scrophularia Similiaplex Trpf.
- Zur Verbesserung des Lymphflusses: Einreibung mit Lymphdiaral Sensitiv Salbe
- Lymphmassage nach Vodder
- Salbeitee, ggf. mit Honig (zusammenziehende und antibakterielle Wirkung)
- Gurgeln mit Kamillen, Thymian- oder Salbeitee
- Umkaloabo Tropfen (wirkt ähnlich wie ein pflanzliches Antibiotikum)
- Echinacea Mund- und Rachenspray von Wala – mehrmals täglich ein Sprühstoss

Differentialdiagnostisch muss man auch an eine Scharlach-Erkrankung denken. Diese muss von einem Haus- oder Kinderarzt behandelt werden. Symptome können sein: Hohes Fieber, Schüttelfrost, Mandelentzündung mit starken Halsschmerzen, die in die Ohren ausstrahlen können, Schluckbeschwerden, begleitende Kopf- und Gliederschmerzen, deutlich reduzierter Allgemeinzustand, geschwollene Lymphknoten und dadurch bedingte kloßige Sprache, in den ersten Tagen weißlich belegte Zunge, die sich nach Abstoßen des Belages dunkelrot zeigt (Himbeerzunge), blasses Munddreieck, Rest gerötet (ähnlich einem Milchbart), kurzzeitiger Ausschlag, ähnlich der Gänsehaut, oft nur am Unterbauch, an der Achsel, der seitlichen Lendengegend, den Leistenbeugen und Innenseiten der Oberarme und Oberschenkel. Dieser lässt sich mit einem Glasspatel wegdrücken. In der 2. Krankheitswoche kommt es zu einer Schuppung der Haut, besonders an Händen und Füßen. Die Abklärung erfolgt über den Kinderarzt.

Husten

Häufig ist eine Entzündung der unteren Atemwege Ursache für Husten.

Die Entzündung entsteht, wenn Erreger, die eine Erkältungskrankheit auslösen, auf die Schleimhaut der Bronchien übergreifen. Bei Kindern kommt es dann häufig zu krampfartigem Husten, da der zähe Schleim nur schwer abgehustet werden kann.

- Kartoffelwickel (entkrampfende Wirkung): Pellkartoffeln zerdrücken in ein Tuch wickeln und dieses auf die Brust legen. Darüber ein Frotteetuch um die Wärme zu halten. Bei nachlassender Wärme kann eine dünn gefüllte Wärmflasche noch darüber gelegt werden.
- Umschlag mit Olivenöl: Tuch mit Olivenöl tränken und auflegen, ein Frotteetuch darüber legen und darauf noch eine Wärmflasche).
- Viel warme Flüssigkeit trinken; z.B. Thymian- oder Salbeitee zum Entkrampfen und Huflattich oder Spitzwegerich zum Schleimlösen
- Hustenteerezept: je 10 g Fenchel- und Anisfrüchte (gequetscht), 10 g Wollblumenblüten, je 15 g Spitzwegerich und Malvenblüten
- Tee aus Königskerzenblüten (Verbasci flores) – entkrampfende und schleimlösende Wirkung
- Mittel zum Einreiben: Stass Erkältungssalbe, Transpulmin Kinderbalsam, Weleda Lavendelöl 10%, Plantago Bronchialbalsam von Wala
- Auf hohe Luftfeuchtigkeit im Schlafzimmer achten

- Nächtlich schlimmer Husten: Drosera D6
- Reizhustenanfälle: Rumex D6, Bryonia D6
- Trockener Husten bei trockenem Hals und Kopfschmerzen, Durst: Aconitum D6, Belladonna D6
- Tiefsitzender Husten bis zum Erbrechen: Ipecacuana D6
- Hustensäfte: Prospan (Efeu) bei trockenem Reizhusten, Tussiflorin (Thymian) zur Verflüssigung von zähem Schleim, Bronchopas bei krampfartigem Husten
- Abklopfen der Brust und des Rückens um den Schleim zu lösen
- Thymianbad: 50 g Thymian mit einem Liter Wasser überbrühen, 15 Minuten ziehen lassen und ins Badewasser geben

Pseudokrupp

Meist viral bedingte Entzündung der Atemwege mit Heiserkeit und bellendem Husten durch Schwellung der Kehlkopf- und Luftröhrenschleimhaut. Die Beschwerden treten meist abends oder nachts auf. Als echten Krupp bezeichnet man eine heute seltene Entzündung im Rahmen einer Diphtherie.

- Aufregung und Stress vermeiden, Ruhe bewahren
- Kalte und feuchte Luft zur Schleimhautabschwellung: Kinder vor dem geöffneten Fenster oder vor dem geöffneten Kühlschrank atmen lassen, oder im Bad die Dusche laufen lassen
- Viel zu trinken geben
- Spongia D12 morgens 5 Tropfen, Rumex D12 mittags 5 Tropfen und Aconitum D12 abends 5 Tropfen - von September an über den ganzen Winter geben
- Im akuten Anfall folgende Mittel in 5 minütigem Wechsel geben: Spongia D6, Rumex D6, Apis D6 und Sambucus niger D6
- Begleitende Feuchtinhalationen mit NaCl 0,9% über einen Ultraschallvernebler

Immuntraining

Infektionen und Kinderkrankheiten haben einen wichtigen Effekt für die Funktion des Immunsystems im Erwachsenenalter, dennoch sollte ein Kind nicht häufiger als 8 x pro Jahr an einem Infekt erkranken. Auch sollten die Infekte nicht länger als eine Woche andauern.

Um das Immunsystem zu stärken, bieten sich folgende Maßnahmen an:

- Unterstützung des Lymphsystems z. B. mit Lymphdiaral Trpf., da dieses System nicht nur für den Abtransport der Stoffwechselprodukte, sondern auch für die Bildung spezifischer Abwehrzellen in den lymphatischen Organen zuständig ist
- Aufbau und Pflege einer guten Darmflora, z. B. mit Mutaflor oder Symbioflor. Diese Darmsymbionten bilden in Symbiose mit den Immunzellen des Darms das sogenannte „sekretorische Immunglobulin A, welches vor Erregern aber auch vor Allergien schützt. Eine Antibiotikabehandlung stört diese Flora empfindlich.
- Konstitutionelle Unterstützung

Bei einer erhöhten Infektanfälligkeit aber auch bei Hautekzemen wie Milchschorf oder Neurodermitis sowie bei ständigen Bauchschmerzen liegt häufig eine konstitutionelle (angeborene) Empfindlichkeit der Haut und der Schleimhaut vor. Durch eine entsprechende konstitutionelle Unterstützung mit homöopathischen Komplexmitteln aber auch durch die Gabe von hochpotenzierten Einzelmitteln können kleine Patienten sehr gut behandelt werden.