



Homöopathie bei körperlichen Beschwerden im Klimakterium

Wichtiger Hinweis:

Die vorliegende Arbeit ist keine Anweisung zur Selbstbehandlung, sondern war ein Referat im Rahmen eines Ausbildungskurses. Beschwerden mit chronischem Hintergrund – und Wechseljahrsbeschwerden haben immer einen chronischen Hintergrund – bedürfen der professionellen homöopathischen Hilfe durch einen homöopathisch qualifizierten Heilpraktiker oder Arzt. Chronische oder wiederkehrende Beschwerden, unbekannte oder nicht diagnostizierte Symptome, starke Schmerzen, erheblicher oder fortgesetzter Blutverlust oder sonst bedrohliche Symptome schließen eine Selbstbehandlung generell aus. Ausnahme ist eine homöopathische erste Hilfe zur Symptomenerleichterung in Akutfällen. Professionelle Hilfe darf dabei nicht verzögert werden.

1 Klinik des Klimakteriums	2
1.1 Die Lebensphase des Klimakteriums	2
1.2 Hormonelle Umstellungen im Klimakterium	2
1.3 Klimakterische Beschwerden	3
2 Klimakterische Beschwerden - Kurzbeschreibung	4
2.1 Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Herzklopfen, Schwindel	4
2.2 Veränderung von Haut und Schleimhaut im Urogenitalbereich	4
2.3 Abnorme Blutungen	4
2.4 Erhöhtes Risiko für Osteoporose	4
3 Behandlung von klimakterischen Beschwerden mit homöopathischen Mitteln	5
3.1 Eine Auswahl homöopathischer Mittel bei klimakterischen Beschwerden	5
3.1.1 <i>Amylenum nitrosum</i> – Amylnitrit (Amyl-ns.)	5
3.1.2 <i>Aristolochia clematitis</i> – Osterluzei (Arist-c.)	6
3.1.3 <i>Calcium carbonicum</i> – Austernschalenkalk (Calc.)	7
3.1.4 <i>Cimicifuga (Actea) racemosa</i> – Traubensilberkerze (Cimic.)	7
3.1.5 <i>Glonoinum</i> – Nitroglyzerin (Glon.)	8
3.1.6 <i>Lachesis</i> – Gift der Buschmeisterschlange (Lach.)	9
3.1.7 <i>Sabina</i> – Sadebaum (Sab.)	9
3.1.8 <i>Sanguinaria canadensis</i> – kanadischer Blutwurz (Sang.)	10
3.1.9 <i>Sepia officinalis</i> – Tinte aus dem Tintenbeutel (Sep.)	11
3.1.10 <i>Sulphur</i> – Schwefelblüte (Sulph.)	11
3.1.11 <i>Sulphuricum acidum</i> – Schwefelsäure (Sul-ac.)	12
3.1.12 <i>Vinca minor</i> – kleines Immergrün (Vinc.)	12
4 Ausgewählte „Menopause“-Rubriken (Synthesis 7.0)	13
5 Literaturverzeichnis	13

1 Klinik des Klimakteriums

1.1 Die Lebensphase des Klimakteriums

Das Klimakterium ist die Zeit der hormonellen Umstellung, die zwischen dem 45. und dem 55. Lebensjahr stattfindet und die Fruchtbarkeit der Frau beendet. In dieser Umstellungsphase, auch „Perimenopause“ genannt, tritt die Menopause auf. Unter der Menopause versteht man die letzte von den Eierstöcken gesteuerte Regelblutung. Sie wird nach einem blutungsfreien Intervall von 12 Monaten rückwirkend festgelegt. Die Menopause teilt die Perimenopause in eine prämenopausale (Zeitraum von vier bis fünf Jahren vor der Menopause) und eine postmenopausale Phase (Zeitraum ab dem ersten Jahr nach der Menopause) ein.

1.2 Hormonelle Umstellungen im Klimakterium

Nachfolgend werden die hormonellen Umstellungen während des Klimakteriums beschrieben. Um diese besser verstehen zu können, werden zunächst die hormonellen Vorgänge während der reproduktiven Phase einer Frau kurz dargestellt.

Der Menstruationszyklus wird von den gonadotropen Hormonen, dem follikelstimulierenden Hormon (FSH) und dem luteinisierenden Hormon (LH) aus dem Hypophysenvorderlappen, gesteuert. Dieser Zyklus dauert durchschnittlich 28 Tage und wird in zwei Phasen von jeweils etwa 14 Tagen unterteilt: die erste Phase ist die Follikel- oder Eireifungsphase, die zweite ist die Corpus-luteum- oder Gelbkörperphase.

Während der Follikelphase, die mit der Regelblutung beginnt, bewirkt das FSH die Reifung einer Eizelle zum Graaf-Follikel und die Ausschüttung von Östrogen aus den Ovarien. Am Ende der Follikelphase steigt das LH sprunghaft an und löst damit den Eisprung aus. In der nun folgenden Corpus-luteum Phase entwickelt sich aus verbliebenen Follikelzellen im Ovar der Gelbkörper (Corpus luteum), der das Gelbkörperhormon, auch Progesteron genannt, bildet. Kommt es während eines Zyklus nicht zur Befruchtung des Eis, wird die Bildung von Progesteron und Östrogen eingestellt und es kommt zu einer Regelblutung.

Im Laufe des Lebens einer Frau kommt es durch eine kontinuierliche Abnahme der Ovarialfunktion zu einer ständigen Abnahme der Anzahl von Follikeln. Während der Pubertät sind etwa 500 000 Follikel in den Ovarien angelegt, um das 50. Lebensjahr sind es nur noch wenige, die auf FSH und LH ansprechen und ausreifen können. Zudem wird mit zunehmendem Alter die Eierstockfunktion durch eine stetige Abnahme des Organgewichts beeinflusst. Diese Gewichtsabnahme resultiert aus einer Minderdurchblutung des Ovars durch Sklerosierung der Gefäße.

In der Prämenopause nimmt zunächst die Funktion des Gelbkörpers ab, woraus ein relatives Progesterondefizit entsteht. Dieses Defizit kann zu verkürzten oder verlängerten Zyklusintervallen und Veränderungen der Blutungsstärke führen. Die Prämenopause endet mit der Menopause, in der auch die Aktivität der Ovarien und die Bildung von Östrogen nachlässt. In der Postmenopause besteht daher sowohl ein Mangel an Progesteron als auch an Östrogen. Auf diesen Östrogenmangel reagiert der Hypophysenvorderlappen mit einer verstärkten Ausschüttung von FSH.

1.3 Klimakterische Beschwerden

Etwa 85% aller Frauen leiden an klimakterischen Beschwerden, 25% sogar schwer. Die Abnahme von Östrogen und das entstehende hormonelle Ungleichgewicht sind Ursachen für die folgenden Erscheinungen und Beschwerden.

Klimakterische Erscheinungen und Beschwerden

Vegetative Erscheinungen	-Hitzewallungen -Schweißausbrüche -Herzklopfen -Schwindelanfälle -(migräneartige) Kopfschmerzen -Parästhesien -Schlafstörungen
Psychische Erscheinungen	-Stimmungs labilität -Nervosität und Reizbarkeit -Ängstlichkeit -geistige Erschöpfung -Libidoverlust -Depression
Veränderungen im Zyklus	-Hypo- und Hypermenorrhö -Menorrhagie -prä- und postmenstruelle Schmierblutungen -Amenorrhoe
Atrophische Veränderungen des Vulva-, Vaginal- und Urethralepithels	-Harnwegsbeschwerden -Trockenheit der Scheide, Kohabitationsbeschwerden -Uterus- und/oder Vaginalprolaps
Arthropathien, Myalgien	-Schmerzen in Gelenken und Muskeln

Das Erscheinungsbild der klimakterischen Beschwerden variiert jedoch von Frau zu Frau. Weshalb Frauen die Wechseljahre so unterschiedlich durchleben, ist nicht völlig erforscht. Es wird angenommen, dass die unterschiedliche Östrogensynthese außerhalb des Ovars, z.B. im Fettgewebe, ein möglicher Grund für die Unterschiede in der Beschwerdesymptomatik ist. Auch die Anzahl von Hormonrezeptoren in den einzelnen Organen könnte eine Rolle spielen.

2 Klimakterische Beschwerden - Kurzbeschreibung

2.1 Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Herzklopfen, Schwindel

Hitzewallungen und Schweißausbrüche werden auf eine Störung im Temperaturregelungszentrum im Hypothalamus zurückgeführt. Für die physiologische Funktion des Hypothalamus ist ein gewisser Östrogenspiegel notwendig. Bei Östrogenmangel kommt es zu Störungen im Temperaturzentrum, die zu einem kurzzeitigen Anstieg der Körpertemperatur führen. Die entstehende Wärme wird dann durch eine vorübergehende Erweiterung der Blutgefäße in der Haut abgegeben, die als eine Hitzewallung empfunden wird.

Hitzewallungen beginnen häufig im Brust- oder Halsbereich, und erstrecken sich dann in Richtung Kopf, Arme und Beine. Dabei kann die Haut rot werden, und es kann zu Schweißausbrüchen kommen. Im Durchschnitt dauert eine Hitzewelle etwa drei Minuten, jedoch vereinzelt kann sie bis zu einer Stunde andauern. Nach der Hitzewallung kann sich durch die Verdunstungskälte ein Fröstelgefühl einstellen. Symptome wie Herzklopfen und Schwindel können in diesem Zusammenhang auch auftreten.

Zu Beginn der Wechseljahre treten Hitzewallungen häufiger auf. Wenn sich die hormonelle Umstellung auf einen niedrigeren Östrogenspiegel vollzogen hat, was bei den meisten Frauen etwa zwei bis drei Jahre dauert, hören die Hitzewallungen von alleine wieder auf. Bei manchen Frauen können sie aber auch bis zu fünf Jahre und länger auftreten.

2.2 Veränderung von Haut und Schleimhaut im Urogenitalbereich

Die Abnahme der Östrogene und der Anzahl der Östrogenrezeptoren führt zu einer verminderten Durchblutung von Haut und Schleimhaut, einer Verlangsamung des Zellstoffwechsels und somit zu einem allmählichen Verlust des Gewebeturgors durch Kollagenverlust. Dadurch entstehen atrophische Veränderungen an Vulva, Scheide und Blasenschleimhaut, die sich in Beschwerden wie Trockenheit der Scheide, Harninkontinenz, Reizblase, und Uterus- bzw. Scheidenprolaps äußern können. Auch Harnwegsbeschwerden wie Jucken, Brennen, schmerzhafte Miktion und Fluor sind auf diese Veränderungen zurückzuführen.

2.3 Abnorme Blutungen

Der allmähliche Rückgang der Eierstockfunktion kann schon in der Prämenopause zu Blutungsanomalien wie Vor- und Nachblutungen, Hypermenorrhoen und Metrorrhagien führen. Diese Störungen sind meist funktionell durch eine Gelbkörperschwäche und ausbleibende Ovulationen bedingt. Die daraus folgende Veränderung der Endometriumstruktur führt zu den o.g. Blutungsanomalien.

Kommt im weiteren Verlauf der Wechseljahre zu dem Progesteronmangel noch ein Östrogenmangel hinzu, hört die Regelblutung auf. Blutungen in der postmenopausalen Phase sind oft auf pathologische Veränderungen in der Gebärmutterhöhle, wie Schleimhautpolypen, Endometrium-Hyperplasie oder Endometrium-Karzinom zurückzuführen und bedürfen einer ärztlichen Abklärung.

2.4 Erhöhtes Risiko für Osteoporose

Der Verlust der Östrogene im Klimakterium spielt bei der Entstehung von Osteoporose eine Rolle. Die postmenopausale Osteoporose ist eine systemische Knochenerkrankung, die durch eine Verminderung der Knochenmasse und pathologische Strukturveränderungen im

Knochengewebe gekennzeichnet ist und ein erhöhtes Knochenbruchrisiko mit sich bringt. Frakturen an Wirbelkörper und Schenkelhals treten am häufigsten auf.

Risikofaktoren für Osteoporose sind:

- familiäre Belastung
- frühzeitige operative oder natürlich bedingte Menopause
- Alkoholabusus
- Zigarettenkonsum
- Koffein
- chronischer Bewegungsmangel
- niedriges BMI
- Fehlernährung
- Malabsorptionssyndrom

3 Behandlung von klimakterischen Beschwerden mit homöopathischen Mitteln

Weshalb Wechseljahrsbeschwerden entstehen, hängt von unterschiedlichen Faktoren ab:

- Die nachlassende Funktion der Eierstöcke führt zu Schwankungen in der Östrogen- und Progesteronproduktion.
- Lebensführung: Frauen die sich gesund ernähren und regelmäßig sportlich betätigen, leiden seltener unter klimakterischen Beschwerden.
- Innere Einstellung: Eine negative Einstellung zum Älterwerden kann das Auftreten von körperlichen und seelischen Beschwerden bedingen oder verstärken.
- Kultur: In Gesellschaften in denen sich der Status von Frauen mit zunehmendem Alter erhöht (China, Indien, Japan), sind klimakterische Beschwerden weitgehend unbekannt.

Ein gut gewähltes homöopathisches Mittel kann eine Verbesserung von Wechseljahrsbeschwerden herbeiführen. Jedoch sollte diese Behandlungsmethode nur ein Teil eines ganzheitlichen Konzeptes sein, das Ernährung, Bewegung und Lebensführung mit einbezieht.

Nun folgt eine kleine Auswahl von Mitteln, die bei den verschiedenen klimakterischen Beschwerden angezeigt sein können.

3.1 Eine Auswahl homöopathischer Mittel bei klimakterischen Beschwerden

3.1.1 Amylenum nitrosum – Amylnitrit (Amyl-ns.)

Stichworte zum Gemüt: Angst, dass etwas passieren könnte mit einem starken Verlangen nach frischer Luft; geistig verwirrt; stumpfsinnig

Allgemeines: Amyl-ns. ruft anfallsartige, örtlich begrenzte Blutwallungen mit Hautrötung, Hitzegefühl, Schweißausbrüchen, pulsierenden Empfindungen und Herzklopfen hervor. Oft kommt es dabei zu einem Anstieg des Blutdrucks.

Körperliche Symptome:

- Hitzewallungen**, die im Gesicht, im Magen, in verschiedenen Körperteilen beginnen und von **heftigen Schweißausbrüchen** begleitet sind; die Hitzewallungen erstrecken sich zu anderen Körperteilen und enden dort abrupt (z.B. an Oberschenkel, Knie, Ellenbogen); die **Körperteile**, die **nicht von der Hitzewelle erfasst** werden, sind **eisig kalt**; **nach** einer **Hitzewallung** besteht große **Erschöpfung** und **Schwäche**
- Gefäßerweiterungen** betreffen besonders den **oberen Teil des Körpers**
- die geringsten **Gemütsbewegungen** rufen eine starke **Gesichtsrötung** hervor
- plötzlicher starker **Blutandrang zum Kopf mit feuerrotem Gesicht** und einem **Gefühl des Pulsierens**; klopfende, berstende Empfindungen im Kopf und in den Ohren
- anfallsartige, plötzlich kommende und gehende, heftige **Kopfschmerzen** mit gerötetem Gesicht und geröteten Ohren

- halbseitige Kopfschmerzen** mit blassem Gesicht (die betroffene Seite ist blasser als die nicht betroffene), begleitet von Übelkeit
- heftiges **Herzklopfen** und Angstgefühle; die geringsten Gemütsregungen rufen **Herzflattern** hervor
- Zusammenschnürungsgefühl** in Hals und Brust mit Atemnot
- starkes **Verlangen nach frischer Luft** – muss Kleidung lockern, sich abdecken, Fenster selbst bei kalten Temperaturen öffnen

Modalitäten:

- < Klimakterium; Gemütsbewegungen; geringe Veranlassungen; Wärme; körperliche und geistige Anstrengung
- > frische Luft; Bewegung in frischer Luft; kaltes Wasser; Ausruhen

3.1.2 **Aristolochia clematitis** – Osterluzei (**Arist-c.**)

Stichworte zum Gemüt: starke Stimmungsschwankungen, Depression wechselt mit Heiterkeit ab; fürchtet sich vor dem Alleinsein, aber meidet Gesellschaft; ruhelos; melancholisch; apathisch

Allgemeines: Von den Symptomen her ist Aristolochia eine „Mischung“ aus Sepia, Pulsatilla und Arnica. Die körperlichen Symptome und Modalitäten von Arist. haben eine Ähnlichkeit mit Pulsatilla, die geistigen Symptome mit Sepia (< Trost). Außerdem ist Arist. ein Wundheilmittel wie Arnica.

Bei Arist. tritt die Menses verspätet ein, ist spärlich oder erscheint gar nicht. Geistige und körperliche Beschwerden verschlimmern sich vor und nach der Regel, und bessern sich während der Regel. Im Klimakterium ist Arist. angezeigt bei verfrühtem Eintritt der Menopause infolge ovarieller Insuffizienz, bei Gelenkschmerzen und bei hormonell bedingten Ekzemen mit heftigem Jucken und Brennen.

Körperliche Symptome:

- Kopfschmerzen** verschiedener Art, > an der frischen Luft, > kühle Anwendungen, < beim Bücken, < nach der Regel
- Oligomenorrhoe, Amenorrhoe: **Regel zu spät, zu kurz oder ausbleibend**; lange Pausen zwischen Perioden; Blut spärlich, schwarz und klumpig
- stechende und reißende **Schmerzen in allen Gelenken**, besonders in den Kniegelenken, > durch Bewegung, < in Ruhe
- Schwere und Schwellung der Beine**; Spannen in den Krampfadern
- Pickel und Bläschen** im Gesicht, in verschiedenen Körperteilen; **krustiges Ekzem** in den Kopfharen, an den Schamlippen, das von heftigem Jucken begleitet ist
- Enuresis** bei alten Frauen

Modalitäten:

- < vor und nach der Menses; Schwangerschaft; Klimakterium; 2-4 Uhr; morgens; Kälte; Blutstauung
- > Absonderung (Regelblutung, Ausfluss, Schnupfen); Bewegung (Gelenkschmerzen, Blutstauung); lokale Wärme

3.1.3 Calcium carbonicum – Austernschalenkalk (Calc.)

Stichworte zum Gemüt: geistig und/oder körperlich erschöpft; gleichgültig; melancholisch; ängstlich (Angst den Verstand zu verlieren)

Allgemeines: Calc. ist angezeigt bei Frauen, die fröstelig sind, bei Anstrengung leicht ins Schwitzen kommen, an Verstopfung leiden und zu Übergewicht und schlaffen Gewebe neigen. Zu den Calc.-Symptomen zählen Myome und sonstige Veränderungen im Endometrium, die zu starken, häufigen und lang anhaltenden Uterusblutungen führen können.

Körperliche Symptome:

- Hitzewallungen** zum Kopf; Schwitzen bei der geringsten Anstrengung
- starke, häufige, lang anhaltende Uterusblutungen im Klimakterium;** die Blutungen können durch geistige oder körperliche Anstrengung ausgelöst werden
- Blutungen aus **Myomen**
- die Blutungen sind von **krampfhaften Schmerzen im Kreuz und Hüften** und einer **schmerzhaften Schwellung der Brüste** begleitet
- Uterusverlagerung** durch Überanstrengung
- wundmachender **Ausfluss** mit Jucken, Brennen, Stechen in der Scheide

Modalitäten:

- < Kälte in jeder Form (kalte Luft, kaltes Baden, Kaltwerden, feucht-kaltes Wetter); körperliche und geistige Anstrengung; Kleiderdruck; Milch; Vollmond; im Stehen; Klimakterium; Gehen
- > trockenes, warmes Wetter; Liegen auf der schmerzhaften Seite; Massieren, Reiben

3.1.4 Cimicifuga (Actea) racemosa – Traubensilberkerze (Cimic.)

Stichworte zum Gemüt: nervös, unruhig, erregbar; redselig bis schwatzhaft (springt von einem Thema zum anderen); melancholisch, gleichgültig, depressiv (hat das Gefühl von einer dunklen Wolke umhüllt zu sein, seufzt viel); besorgt, verzweifelt; hat viele Befürchtungen (verrückt zu werden, nicht wieder gesund zu werden); leidet unter Halluzinationen (sieht Ratten und Mäuse, Formen und Farben)

Allgemeines: Bei Cimic. stehen körperliche und geistige Beschwerden im Zusammenhang mit einem Ungleichgewicht der Hormone und die daraus resultierenden funktionellen Störungen der weiblichen Geschlechtsorgane. Cimic.-Symptome sind sehr vielfältig, unbeständig und wechselnd. Schmerzen können neuralgischer und rheumatischer Art sein.

Körperliche Symptome:

- Kopfschmerzen:** im **Hinterkopf** und **Nacken;** erstrecken sich vom Nacken zur Wirbelsäule oder von den Schläfen zu den Augen; Stirnkopfschmerz auf der linken Seite des Kopfes
- nach außen pressende Kopfschmerzen** mit einem Gefühl, als ob der Schädel zerspringen würde; während Kopfschmerzen Gefühl, als ob die Schädeldecke sich öffne und schließe
- regelmäßig wiederkehrende, linksseitige **migräneartige Kopfschmerzen**
- Kopfschmerzen < im Freien und durch Kälte, > warmes Einhüllen des Kopfes
- Schweregefühl, Herabdrängen im Uterus,** > Hinlegen
- Uterusprolaps** während Menses
- neuralgische Schmerzen in den weiblichen Geschlechtsorganen:** wechselnde, schießende Schmerzen „wie elektrische Schläge“ von einer Seite zur anderen oder nach oben
- starke und schmerzhaft Uterusblutungen** (Schmerzen nehmen mit zunehmendem Fluss zu); die Schmerzen erstrecken sich zu den Oberschenkeln und Hüften
- Wechsel von körperlichen und geistigen Beschwerden** – rheumatische Beschwerden treten auf, wenn Geistessymptome verschwinden; der Geisteszustand verschlechtert sich nach Besserung der rheumatischen Beschwerden
- Schmerzen in Nacken und Rücken:** dumpfe oder scharfe, schießende Schmerzen; Gefühl von Steifigkeit und Verkürzung

-**Muskelschmerzen** nach körperlicher Anstrengung, Myalgien; Muskelschmerzen betreffen v.a. den Muskelbauch

Modalitäten:

< ausbleibende oder unterdrückte Menses; Gemütsbewegungen; während der Wehen; Pubertät und Klimakterium; Alkohol; Hitze und Kälte (außer Kopfschmerzen); feucht-kalte Luft; nachts

> Wärme (warmes Einhüllen); frische Luft; fortgesetzte sanfte Bewegung

3.1.5 Glonoinum – Nitroglyzerin (Glon.)

Stichworte zum Gemüt: verwirrt, durcheinander; nervös, reizbar; bekannte Straßen erscheinen ihm fremd

Allgemeines: Glon. ruft anfallsartige Kreislaufstörungen mit heftigem Pulsieren, starken Wallungen und unregelmäßiger Blutverteilung hervor. Das Blut steigt nach oben. Der Blutandrang ruft ein Gefühl von Pulsieren und Taubheit in den betroffenen Teilen hervor. Es tritt ein Gefühl des Berstens, der Ausdehnung oder der Vergrößerung in verschiedenen Organen auf. Oft ist dabei der Blutdruck erhöht. Störungen der interkranialen Durchblutung und die daraus resultierenden Kopfschmerzen in den Wechseljahren sind Indikationen für Glon.

Körperliche Symptome:

-**heftige**, wellenartige, klopfende, berstende **Kopfschmerzen** (an Stirn, Schläfen, Scheitel, Hinterkopf) mit **Vergrößerungs- oder Ausdehnungsgefühl im Kopf**; < Zurückbeugen des Kopfes, Kopfbekleidung, Erschütterung, kaltes Wasser; > Entblößen, frische Luft, reichliches Urinieren, Nasenbluten, kräftiger Druck

-klimakterische **Hitzewallungen** mit **heißem, rotem Kopf**

-**Gefäßerweiterung** besonders im **oberen Teil des Körpers**

-heftigste **Kopfschmerzen mit klopfenden Karotiden**, dunkelrotem Gesicht und vollem Puls; diese Art von Kopfschmerzen treten bei verspäteter oder ausbleibender Menses auf, Kopfschmerzen > durch festes Einbandagieren des Kopfes

-Gefühl, als ob der innere Hals geschwollen sei, muss Kleidung am Hals lockern

-heftiges und beschleunigtes **Klopfen des Herzens**; heftiges **Klopfen der Karotiden und Schläfenarterien**; **Pulsieren** durch den ganzen Körper bis in die Fingerspitzen

Modalitäten:

< Sonnenhitze auf dem Kopf; heißes Wetter; Überhitzen des Körpers; Bewegung; Erschütterung; Bücken; unterdrückte Menses; Kopfbedeckung; Haarschneiden; Wein; Hinlegen

> frische Luft; Hochheben des Kopfes; kalte Anwendungen; Stillliegen oder -sitzen

Die Wirkung von Amyl-n und Glon. ist sehr ähnlich, aber die Wirkung von Glon. hält länger an als die von Amyl-n.

3.1.6 Lachesis – Gift der Buschmeisterschlange (**Lach.**)

Stichworte zum Gemüt: geschwätzig; argwöhnisch; eifersüchtig; Angst verrückt zu werden; manisch; depressiv

Allgemeines: Lach. ist angezeigt, wenn Beschwerden seit der Menopause oder einer Hysterektomie bestehen, oder wenn sich Frauen seit der Menopause nie mehr wohl gefühlt haben.

Körperliche Symptome:

- kongestive Kopfschmerzen:** Gefühl, als ob der Kopf aufplatzen würde, als ob das Gehirn herausgepresst würde; brennende Kopfschmerzen auf dem Scheitel
- Schwindel**, < morgens, < nach oben schauen
- Wallungen:** heiße Wallungen während des ganzen Tages, fühlt sich > nach einer Wallung; kalte Wallungen nachts beim Zubettgehen und morgens beim Aufwachen; **Brennen in Handteller und Fußsohlen**
- Hitzewallungen begleitet von starken **Schweißausbrüchen**, < während des Schlafes und beim Erwachen
- Schlafstörungen;** beim Erwachen schweißnass, müde, lustlos, deprimiert, ärgerlich; alle Beschwerden < im oder nach Schlaf
- Herzklopfen und **Ohnmachts- oder Schwächeanfälle**, < morgens bei Erwachen, < im warmen Raum
- Erstickungsgefühl** und Atemnot im ersten Schlaf; muss aufstehen und Fenster öffnen; muss Kleidung an Hals und Taille lockern
- Verlagerung oder **Prolaps** des Uterus
- Metrorrhagie, Menorrhagie;** profuse, dunkle Blutungen
- Kongestion der Beine**, Krampfadern, Ulzera
- Nymphomanie** wenn Blutungen ausbleiben

Modalitäten:

< Schlaf (im, nach Schlaf); morgens beim Erwachen; Hitze (Sommer, Frühling, Zimmerwärme, in der Sonne); Berührung; leichter Druck; Kleiderdruck (bes. an Hals und Taille); unterdrückte Absonderungen; Klimakterium; Alkohol; Kaffee; heiße Getränke; linke Seite

> frische, kühle Luft; Absonderung jeder Art; abends; reden; fester Druck; kalte Getränke; Lockern der Kleidung

3.1.7 Sabina – Sadebaum (**Sab.**)

Stichworte zum Gemüt: Musik macht nervös und kann Weinen auslösen; sehr nervös und reizbar; traurig und melancholisch

Allgemeines: Sabina ist ein akutes Mittel für starke Blutungen der weiblichen Geschlechtsorgane, die in Ergüssen abgehen und sich bei der geringsten Bewegung verschlimmern. Die Regelblutung kommt zu früh, ist stark und hellrot, und enthält Blutklumpen. Manchmal hört die Blutung bis zur nächsten Regel gar nicht auf. Blutungen sind mit ins Schambein ausstrahlenden Kreuzschmerzen verbunden.

Körperliche Symptome:

- Blutandrang** zum Kopf und Gesicht
- berstende **Kopfschmerzen**, die plötzlich auftreten und langsam abklingen
- Menorrhagie, Metrorrhagie; **schwallartige Blutungen** mit herabdrängenden Schmerzen im Unterleib; das Blut ist blass, hellrot und klumpig; die **Blutung verstärkt sich bei der geringsten Bewegung**, kann sich aber auch beim Gehen abschwächen; Blutungen sind von starker sexueller Erregung begleitet
- Dysmenorrhoe: **Schmerzen vom Kreuz zum Schambein** oder stechende, messerscharfe Schmerzen von der Vagina zum Uterus

- Uterusblutungen** in Verbindung **mit arthritischen** oder **gichtischen Gelenkschmerzen**
- Uterusverlagerung** durch Gewebeschwäche
- juckende, brennende Feigwarzen

Modalitäten:

< nachts; Wärme (Bettwärme, Zimmerwärme, Überhitzung); körperliche Anstrengung; geringste Bewegung; Klimakterium; Musik; Schwangerschaft; Niederkunft
> Kälte; kühle, frische Luft; Ausatmen

3.1.8 **Sanguinaria canadensis** – kanadischer Blutwurz (**Sang.**)

Stichworte zum Gemüt: mürrisch, gereizt, sehr ungeduldig und wütend bei geringsten Anlässen; verwirrt; Beschwerden von Angst begleitet

Allgemeines: Sang. erregt die Blutzirkulation und ruft Blutandrang zu Kopf und Brust, Hitzewellen mit starker Erweiterung der Venen und Rötung des Gesichts hervor. Es können Begleiterscheinungen wie Übelkeit, Erbrechen und berstenden Kopfschmerzen auftreten. Bei Sang. treten die Beschwerden bevorzugt rechts auf.

Körperliche Symptome:

- (periodisch auftretende) **Kopfschmerzen**, die im Nacken beginnen, über den Kopf ziehen und sich über dem rechten Auge festsetzen; berstende, klopfende Kopfschmerzen mit Übelkeit, Erbrechen, Frösteln, gefolgt von Hitzewellen, die sich vom Kopf zum Magen erstrecken; Kopfschmerzen < Licht, Geräusch, Lärm, sonniges Wetter, > Ruhe, Dunkelheit, Schlaf, reichlicher Abgang von Urin
- migräneartige Kopfschmerzen** rechts, < mit Zunahme und > mit Abnahme der Sonne
- Schwindel und Kopfschmerzen** mit **Blutandrang zum Kopf**;
- Hitzewallungen** zu Kopf und Gesicht begleitet von Kopfschmerzen und oder Ohrensausen;
Brennen in Handteller und Fußsohlen
- schmerzhaft vergrößerte Brüste** und stechende Schmerzen, besonders rechts
- starke Uterusblutungen**, hellrot, klumpig, wundmachend, übelriechend, begleitet von Kopfschmerzen
- häufige **Übelkeit und Unwohlsein im rechten Oberbauch**
- rheumatische Schmerzen in der rechten Schulter, < Umdrehen im Bett, < Hochheben des Armes

Modalitäten:

< periodisch (mit dem Lauf der Sonne, jede Woche, jede Nacht); Klimakterium; Gerüche; Erschütterung; Licht; Berührung; Geräusche; rechte Seite
> Schlaf; Rückenlage; kühle Luft; Saures; Liegen auf der linken Seite; dunkles Zimmer; Abgang von Urin

3.1.9 *Sepia officinalis* – Tinte aus dem Tintenbeutel (**Sep.**)

Stichworte zum Gemüt: gleichgültig; traurig, weint viel; schwermütig; furchtsam; träge; leicht gekränkt; kritisch; launisch; sehr empfindlich gegen Widerspruch, Kritik

Allgemeines: Sep. hat einen starken Bezug zum weiblichen Hormonhaushalt, weshalb es in Phasen hormoneller Umstellung wie dem Klimakterium indiziert ist. Es ruft Beschwerden wie aufsteigende Hitzewallungen mit Schweiß, Kopfschmerzen und Uterusblutungen hervor. Bei Sep. findet man venöse Stauungen, die sich in Völle, Schwere und/oder Klumpengefühl und in einem Abwärtsdrängen im Unterleib äußern.

Körperliche Symptome:

- Blutandrang zum Kopf mit Kopfschmerzen** - schießend, stechend, von innen nach außen, über dem linken Auge; Kopfschmerzen mit **Leere- und Schwächegefühl im Magen**
- aufsteigende Hitzewallungen** mit heißem, gerötetem Gesicht, **Schweiß** am ganzen Körper, danach **Schwäche** und **Neigung zur Ohnmacht**
- Haarausfall** in Zeiten hormoneller Umstellung
- Schweregefühl** und **Abwärtsdrängen im Unterleib** mit dem Gefühl, als würde etwas herausfallen - muss die Beine kreuzen, um das Vordrängen der Scheide zu verhindern
- Menses zu früh und zu schwach** oder **zu früh und zu stark**
- Uterus- und Scheidenprolaps** - Uterus retrovertiert, prolabiert, vergrößert, verhärtet
- Trockenheit der Scheide**, dadurch Geschlechtsverkehr schmerzhaft und Blutung danach
- wundmachender**, scharfer **Ausfluss**, mit stechenden, brennenden Schmerzen im Uterus und ständigem Harndrang
- Harnwegsbeschwerden: **unwillkürlicher Harnabgang** beim Lachen, Husten, Niesen, Bewegung; häufiger Harndrang durch Druck des Uterus auf die Harnblase

Modalitäten:

< Kälte; Nässe; Geschlechtsverkehr; Schwangerschaft; vor und während Menses; Klimakterium; vor Gewitter; gekochte Milch; linke Seite
> heftige Bewegung; Wärme; Bettwärme; nach Schlaf; Druck

3.1.10 *Sulphur* – Schwefelblüte (**Sulph.**)

Stichworte zum Gemüt: ärgerlich, reizbar; traurig; selbstsüchtig, nimmt keine Rücksicht auf Andere; sehr vergesslich; Denken fällt schwer; Abneigung gegen Arbeit

Allgemeines: Sulph. ruft unregelmäßige Blutverteilung in verschiedenen Körperteilen hervor. Aufsteigende Erscheinungen, Brennen, Hitze, Schweißausbrüche und Röte sind weitere Sulph.-Zeichen, die man im Klimakterium findet.

Körperliche Symptome:

- aufsteigende Hitzewallungen**, die sich von der Brust zum Gesicht erstrecken, mit oder ohne **Schweiß** und **rotem Gesicht**; Gefühl, als ob heißer Dampf aufsteigen würde; Hitzewallungen begleitet von **Schwächegefühl im Magen** oder Schwindel
- Blutandrang in einzelnen Teilen** mit **Brennen und Hitze** (Scheitel, Gesicht, Handteller, Fußsohlen)
- periodisch auftretende Kopfschmerzen**; Gefühl eines Bandes um den Kopf oder Schmerz tief im Inneren des Kopfes
- Erstickungsgefühl und Atemnot** mitten **in der Nacht**, > Hochsitzen, Gefühl von **Beklemmung** und Brennen **in der Brust**
- Menses zu früh oder zu spät, zu lang, zu stark, Blut dunkel, scharf, wundmachend, übelriechend
- Jucken und Brennen** in äußeren Genitalien, in der Scheide und Harnröhre
- brennender, **wundmachender Ausfluss**
- unwillkürlicher Abgang** von Harn beim Husten oder Abgang von Flatus

Modalitäten:

< Unterdrückung; Baden; Milch; Wärme (Bettwärme, warmes Zimmer, Überhitzen durch körperliche Anstrengung); atmosphärische Veränderungen; periodisch 11 Uhr; Klimakterium; Stehen

> frische Luft; Bewegung; Schwitzen; trockenes, warmes Wetter; Liegen auf der rechten Seite; langsames Gehen

3.1.11 Sulphuricum acidum – Schwefelsäure (Sul-ac.)

Stichworte zum Gemüt: hastig, immer in Eile; ungeduldig; reizbar; nervös

Allgemeines: Sul-ac. ruft ungleichmäßige Blutverteilung mit Wallungen, Schweißausbrüchen und gleichzeitige Kältegefühle hervor. Schwäche und inneres Zittern treten bei Hitzewallungen auf. Zu lange und zu starke Blutungen gehören zu den Sul-ac.-Symptomen.

Körperliche Symptome:

-**Hitzewallungen**, danach **Schwäche**, **inneres Zittern** und/oder **kalte Schweiß** besonders am Oberkörper, < warme Speisen, > durch Bewegung

-lang andauernde, starke **Uterusblutungen**; Blut wässrig und dunkel

-wundmachender, brennender Ausfluss

-Erosion des Muttermundes mit leichter Blutung bei älteren Frauen

-**Uterus- oder Scheidenprolaps** durch Schwäche

-blaue Flecken zeigen keine Tendenz zur Heilung

Modalitäten:

< frische Luft; Kälte; Alkohol; Verletzungen; Geruch von Kaffee; Klimakterium; abends; extreme Hitze oder Kälte; Berührung; Druck

> heiße Getränke; mäßige Temperaturen; Wärme; Hände am Kopf

3.1.12 Vinca minor – kleines Immergrün (Vinc.)

Stichworte zum Gemüt: reizbar; mürrisch; traurig; weinerlich; fürchtet den Tod

Allgemeines: Vinca minor ist angezeigt bei starken Uterusblutungen im oder nach dem Klimakterium und bei Blutungen aus Myomen. Die ohnmachtsartige Schwäche und Erschöpfung von Vinc. geht mit dem Gefühl, als würde die Betroffene sterben einher.

Körperliche Symptome:

-**starke Blutungen aus der Gebärmutter** oder **aus Myomen** im oder nach dem Klimakterium

-alle Beschwerden sind begleitet von großer **Schwäche und Erschöpfung**

-**nässende Hautausschläge** mit unausstehlichem Jucken

4 Ausgewählte „Menopause“-Rubriken (Synthesis 7.0)

Gemüt	Menopause agg. Traurigkeit - während Menopause
Weibliche Genitalien	Menopause Menses - während Menopause Metrorrhagie - während Menopause Metrorrhagie - nach Menopause Metrorrhagie - Menses - zwischen den Perioden Metrorrhagie - durch Myome Prolaps - Uterus Prolaps - Vagina Uterus und Uterusregion
Allgemeines	Hitze - Hitzewallungen - Menopause Hitze - Hitzewallungen - Menopause - mit Schweiß
Schlaf	Schlaflosigkeit durch Schweiß Schlaflosigkeit mit Schweiß
Blase	Harndrang - anhaltend Harndrang - plötzlich Harndrang - plötzlich - muss sich beeilen, sonst geht der Urin ab Urinieren - unwillkürlich - beim Husten

Diese meist klinische Rubriken bieten lediglich einen Überblick über mögliche Arzneimittel. Ausschlaggebend für die Mittelwahl ist die Gesamtheit der individuellen Symptome im jeweiligen Fall.

5 Literaturverzeichnis

- Arriola ER, Greendal GA, Lee NP: The Menopause, The Lancet 1999, (353) (571-580)
- Bhanja, KC, Masterkey to Homoeopathic Materia Medica, 7th Edition, Pressmen Service, 2002
- Bitschnau M, Drähne A (Hrsg.): Homöopathie in der Frauenheilkunde, 1. Auflage, Urban & Fischer Verlag, München 2007
- Burnett, JC: The Change of Life in Women, B. Jain Publishers, New Delhi 1999
- Fayazuddin M: The Women at Menopause, 2nd Edition, Sripathi Press, Kakinda 1988
- Graf F: Ganzheitliches Wohlbefinden – Homöopathie für Frauen, 3. Auflage, Herder Verlag, Freiburg, 1994
- Mezger J: Gesichtete homöopathische Arzneimittellehre Band 1 und 2, 12. Auflage, Haug Verlag, Stuttgart 2005
- Morris E, Rymer J: Menopausal Symptoms, Clinical Evidence 2003, (10) 2138-2150
- Schroyens F (Hrsg.): Synthesis Edition 7, Hahnemann Institut, Greifenberg 1998
- Vermeulen F: Concordant Materia Medica, Millenium Edition, Emryss, Haarlem, The Netherlands 200
- Vonarnburg B: Homöotanik Band 4: Blütenreicher Sommer, 2. Auflage, Haug Verlag, Stuttgart, 2005