

Roy / Lage-Roy

Homöopathischer Ratgeber 6: Schwangerschaft

Leseprobe

[Homöopathischer Ratgeber 6: Schwangerschaft](#)

von [Roy / Lage-Roy](#)

Herausgeber: Lage-Roy Verlag



<http://www.unimedica.de/b1715>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung, vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@unimedica.de

<http://www.unimedica.de>





Übelkeit, Erbrechen und Sodbrennen

In den ersten Monaten der Schwangerschaft ist dies wohl die häufigste Beschwerde. Manchmal kann sie sogar das erste Zeichen für eine Schwangerschaft sein und gleich nach der Empfängnis auftreten, gewöhnlich aber erst nach zwei oder drei Wochen. Meist beginnt die Übelkeit bereits nach dem Aufstehen. In seltenen Fällen hält sie den ganzen Tag an. Durch körperliche Betätigung kann sich ein Würgereiz einstellen, der manchmal bis zum Erbrechen führt. Wenn die Leber nicht in Ordnung ist, kann das Erbrochene Galle enthalten.

Auch wenn das Erbrechen schmerzhaft und erschöpfend für die Schwangere ist, so besteht selten ein Anlaß zur Besorgnis für das Wohlergehen des Kindes. Manchmal wird diese Art der Übelkeit durch das Frühstück gebessert. Die einfachsten Behandlungsmaßnahmen liegen darin, die Ernährungsgewohnheiten an die neue Situation anzupassen, d.h. die Frau sollte dann Nahrungsmittel zu sich nehmen, wenn sich der Magen gerade in einer stabileren Phase befindet. Sie sollte einfach ausprobieren, was ihr am besten bekommt. Manche Frauen vertragen heiße Getränke und Speisen gut, andere eher kalte, manche vertragen saure Speisen, andere süße. Häufig sind kohlen säurehaltige Getränke gut bekömmlich. Allein diese individuellen Besonderheiten bzw. Geschmacksrichtungen sind schon wichtige Hinweise für unsere homöopathischen Mittel.

Sodbrennen ist in der Schwangerschaft sehr verbreitet und kann auch in den späteren Monaten auftreten. Die Reizung wird nicht nur durch die Säuren, sondern auch durch einen alkalischen Magen verursacht. Die Belastung des Magens ist abhängig von der Lebensweise und Ernährung. Die regelmäßige Einnahme von Mitteln gegen Sodbrennen, wie Magnesium oder Calcium, kann den Grundstein für eine chronische Form des Sodbrennens legen. Die Alkalien haben keine



heilende Wirkung, da sie nur die Magensäure neutralisieren, diese aber gleich wieder produziert wird.

Wenn zu viel basische Stoffe (Alkalien) eingenommen werden, bildet der Magen noch mehr Säure, um den Überschuß an Alkalien zu neutralisieren. Für einen vitalen Menschen mit einem robusten Magen ist dies keine Schwierigkeit. Ist die Vitalität geschwächt, dann wird der Zustand immer chronischer, bis der Magen kaum mehr richtig verdauen kann und zuviel Magensäure, Phosphorsäure, Harnsäure und Fluorsäure produziert.

Phosphor- und Harnsäure werden eher bei den Menschen produziert, die zuviel Fleisch, Öle, Fett, reichhaltige Soßen usw. zu sich nehmen. Je nachdem, in welchem Zustand sich die Frau befindet, verschlimmern bestimmte Nahrungsmittel das Sodbrennen.

Das natürlichste und im homöopathischen Sinn wirksamste Mittel gegen Sodbrennen besteht in der Einnahme von Säuren, die individuell für die Schwangere ausgesucht werden. Manchen hilft Zitronensäure, andere brauchen Essig-, Milch- oder Obstsäure. Ein altes Hausmittel gegen die Übersäuerung besteht im Trinken von einem Glas Wasser mit einem Eßlöffel Essig und Honig. Finden Sie heraus, nach welchen Säuren Sie Verlangen haben. Sogar ein saurer Apfelkuchen kann helfen, das Sodbrennen zu beseitigen. In der Regel wirken die Obstsäuren am besten, auch Sauerkrautsaft und mischsauer vergorene Gemüsesäfte sind förderlich. Eine gesunde und bewußte Ernährung ist hier äußerst wichtig.

Homöopathische Behandlung

In diesem Kapitel sind die Mittel nach der Häufigkeit und Wichtigkeit geordnet. Wir sprechen ab hier von Arzneimitteltypen oder -zuständen. Es kann sein, daß ein Mittel nur kurzfristig in einer Situation vorkommt, dann kann man nicht davon sprechen, daß die Frau zum



Beispiel ein Nux-vomica-Typ ist. Trotzdem verwenden wir aus praktischen Gründen diesen Begriff im Folgenden öfter.



Nux vomica - die gestreßte Frau, kann nicht brechen Die Brechnuß wurde von jeher von vielen Homöopathen für diese Schwangerschaftsbeschwerde wärmstens empfohlen. Viele Homöopathen scheinen allein mit diesem Mittel auszukommen, es trifft in der heutigen Zeit immer häufiger zu. *Nux vomica* ist sicher angezeigt, wenn die Schwangere dazu neigt, maßlos zu übertreiben, sei es bei der Arbeit, beim Essen oder beim Vergnügen. Bei einem Nux-vomica-Zustand beginnen die Beschwerden in den frühesten Morgenstunden, das kann bereits ab 3 Uhr sein. Ferner geht es der Frau in der Regel nach dem Essen schlechter. Dies ist besonders der Fall, wenn sie in Streß gerät. Für sie ist es vor allem wichtig, in einem ruhigen und entspannten Zustand zu leben und das Essen zu genießen, dann kann sie auch schwer verdauliche Speisen gut vertragen. Wenn sie damit jedoch übertreibt, ist ihr am nächsten Morgen mit Sicherheit hundeeelend. Sie kann schlecht brechen, doch wenn es ihr gelingt, fühlt sie sich besser.



Dosierung:

Nux vomica C 200, 2-3 x täglich 2 Tropfen oder Globuli, Fangen Sie mit 2 Tropfen an und erhöhen Sie nach und nach die Dosis. In den meisten Fällen sollten die Beschwerden innerhalb einer Woche entweder wesentlich besser oder ausgeheilt sein.



Kreosotum - die kuschelbedürftige Frau

Kreosot, ein Destillat aus Holzteer, ist besonders wichtig bei Frauen, die leicht zu hysterischen Zuständen neigen, schnell nervös und aufgeregter sind. Dieser Zustand und die Übelkeit bessert sich nach dem Frühstück bzw. durch Essen. Es ist dem Sepza-Zustand ähnlich, besonders in Bezug auf die anfängliche Besserung durch Essen, jedoch



Roy / Lage-Roy

Homöopathischer Ratgeber 6: Schwangerschaft

Übelkeit - Ängste, Schutz vor
Schädlichen Einflüssen, Pilzinfektionen,
Resusfaktor

160 Seiten, kart.
erschienen 2009



Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung www.unimedica.de