



Kein Risiko eingehen

Begleiten Sie eine Frau gut durch die **Schwangerschaft**, können Sie sie oft als Stammkundin gewinnen. Dass viele der üblichen Mittel aus der Hausapotheke in dieser Zeit ungeeignet sind, verunsichert die Schwangeren – sie sind dankbar für Ihren kompetenten Rat.

Ob gegen typische Schwangerschaftsleiden oder andere akute Beschwerden, viele Arzneimittel sind für werdende Mütter ungeeignet. Die Homöopathie bietet in der Selbstmedikation eine echte Alternative ohne Nebenwirkungen für Schwangere und Kind.

Erkältungen Bei plötzlichem, heftigem Krankheitsbeginn mit Fieber, Ohrenscherzen oder Halsschmerzen ist Belladonna D30 das beste Mittel, vor allem dann, wenn die Kundin ihre Ruhe will und Wärme sucht. Sie hat schwitzende Haut und kalte Füße und Hände. Ist die Erkältung Folge von kaltem Wind, beginnt sie plötzlich mitten in der Nacht und die Frau reagiert sehr ängstlich, raten Sie eher zu Aconitum D30. Pulsatilla D30 ist bei mildem gelblichem Sekret aus der Nase

und den Augen das Mittel. Die Frau ist weinerlich, mit wechselnder Stimmung und sucht nach Trost und Zuwendung. Im Zimmer friert sie, mag aber auch keine Wärme. Auch in der Schwangerschaft kann Heuschnupfen auftreten. Hier gibt es Luffa D6 sowohl als Globuli als auch als Nasenspray.

Ständiger Hustenreiz gefährdet Mutter und Kind, da dadurch vorzeitige Wehen ausgelöst werden könnten. Ständiges Kitzeln im Hals und dadurch verursachter Hustenreiz bessern sich durch Rumex D6. Bei bellendem, hohlklingendem, krampfartigem Reizhusten, der besonders nachts und unmittelbar nach dem Hinlegen auftritt, ist Drosera D6 hilfreich.

Durchgefroren Bei allen Erscheinungen wie Konjunktivitis, Rhinitis, Bronchitis, Tonsillitis und auch bei Cystitis, die als Folge von Kälte und Durchnäs-

sung auftreten, ist Dulcamara D6 das beste Mittel. Zum Beispiel, wenn es nach einem warmen Sommertag dann doch schnell abkühlt.

Rückseitig betrachtet Hämorrhoiden, die schmerzen und bluten, können die Kundin sehr quälen. Hier können Sie Hamamelis D6 empfehlen. Recht häufig sind Schwangere auch mit Ischiasschmerzen belastet. Sind die Beschwerden durch Nässe und Überanstrengung verursacht und hauptsächlich auf der rechten Seite, ist Rhus toxicodendron D 30 als Einmalgabe angesagt. Ist der Schmerz mehr linksseitig, dann ist Gnaphalium D6 hilfreich.

Schlafstörungen Unruhiger Schlaf oder Einschlafstörungen belasten Schwangere häufig. Hintergrund ist meist nervöse Aufregung. Ihre Gedanken lassen die

werdende Mutter nicht zur Ruhe kommen. Immer dann, wenn sie sich fühlt, als hätte sie zu viel Kaffee getrunken, führt Coffea D30 sie in die Ruhe zurück.

Magen und Darm Übelkeit und Erbrechen zu Beginn der Schwangerschaft sind sehr häufig. Den Leidensdruck der Frau zu verringern gelingt meistens mit Nux vomica D6, besonders dann, wenn einseitige Ernährung und Stress eine Rolle spielen. Der führt dann oft auch zu nervöser Anspannung und der Gefahr aus der Haut zu fahren. Arsenicum Album D30 können Sie empfehlen bei Diarrhoe. Durchfall in der Schwangerschaft ist keine Lappalie; bedenken Sie immer, dass übermäßige Darmperistaltik zu vorzeitigen Wehen führen kann. ■

*Helen Blaschke,
Apothekerin und Heilpraktikerin*