



Gesundheit
erfahren.

Was uns Schmerzen sagen – Ganzheitliche Wege der Naturheilkunde und Homöopathie

Adelheid Henke

12.11.2025

Häufige Schmerzbilder in der Naturheilpraxis

- 01 Definition *Schmerzen*
- 02 Schmerzformen
- 03 Kopfschmerzen
- 04 Bewegungsapparat
- 05 Schulter-Nacken-Schmerzen

- 06 Beschwerden der Menstruation
- 07 Therapiekonzepte

Schmerz: Ursachen und Therapiekonzepte

„Schmerz ist ein Signal für körperliche und seelisch-geistige Störungen. Vor seiner Hemmung sollte die Forschung nach Ursachen stehen. Zum Durchbrechen des sich selbst erhaltenden Schmerz-Kreislaufes kann aber dann auch eine analgetische Therapie, z.B. mit Reflexverfahren, natürlichen Medikamenten oder ggf. auch Analgetika, angezeigt sein.“

A close-up photograph of several yellow flowers, likely from a passionflower vine, with large green leaves in the background. The flowers have five distinct petals and a central cluster of stamens. The lighting is natural, highlighting the vibrant yellow color of the petals against the dark green leaves.

01 Definition Schmerzen

Hintergrundwissen

IASP = International Association for the Study of Pain:

Unangenehmes Sinnes- oder Gefühlserlebnis, das mit aktuellen oder potentiellen Gewebeschädigungen verknüpft ist oder mit Begriffen solcher Schädigungen beschrieben wird.

Akuter Schmerz
Symptom +
Schutzfunktion



Chronischer Schmerz
> 6 Monate oder rezidivierend
Eigenständiger Krankheitswert



02 Schmerzformen

Hintergrundwissen

Nozizep- toren- schmerz

Erregung der Schmerzsensoren durch gewebereizenden oder -schädigenden Stimulus

- somatischer Oberflächenschmerz: Haut
- somatischer Tiefenschmerz: Muskeln, Gelenke, Knochen, Bindegewebe
- viszeraler Schmerz: Eingeweide

Beispiele

- entzündlich: rheumatoide Arthritis, Wundschmerz
- spastisch (glatte Muskulatur): Gallenkolik
- reflektorisch: Rückenschmerz bei Skoliose

Neuropa- thischer Schmerz

Schmerzen durch Schädigung von Nerv, Nervenwurzel, ZNS

Beispiele

- Postzosterneuralgie
- Bandscheibenvorfall
- Trigeminusneuralgie

Hintergrundwissen

Somato-former Schmerz

Ursache, Ausgestaltung und Intensität des Schmerzes durch psychische und psychosoziale Faktoren

Beispiele

- Migräne nach Aufregung
- Muskelhartspann nach psychischer Belastung
- „Sekundärer Krankheitsgewinn“

Feh-regulations-schmerz

Schmerz durch funktionelle Störung eines physiologischen oder biochemischen Regulationssystems

Beispiele

- Sympathisches Nervensystem: regionale Schmerzsyndrome, Ischämie durch Vasospasmus
- Neurotransmitter: Migräne
- Motorische Fehlsteuerung: Muskelhartspann



03 Kopfschmerzen

Therapieempfehlungen

Kopfschmerzen

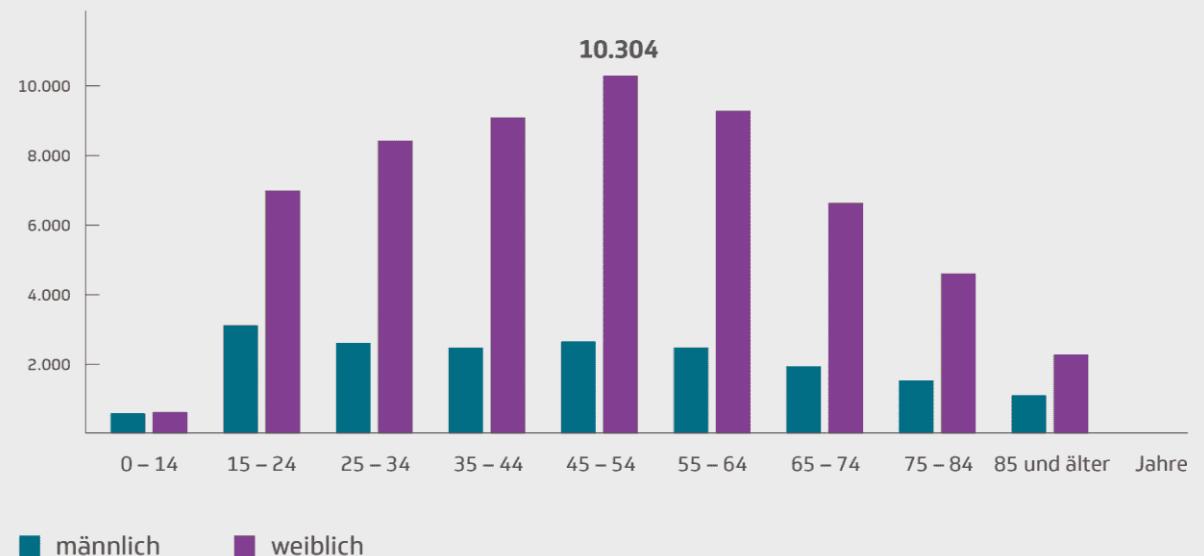
Hintergrundwissen

Primärer Kopfschmerz (92% aller Kopfschmerzen)

- Spannungskopfschmerz
- Migräne ohne und mit Aura: anfallsartige, pulsierende, meist einseitige Schmerzattacken, oft begleitet von vegetativen Symptomen, Licht- und Lärmempfindlichkeit sowie neurologischen Ausfällen
- trigeminoautonome Kopfschmerzen z.B. Cluster Kopfschmerzen
- andere primäre Kopfschmerzen z.B. Anstrengungskopfschmerz, schlafgebundener Kopfschmerz

Migräne besonders häufig zwischen 45 und 54

Versicherte mit Migränediagnose nach Alter und Geschlecht je 100.000



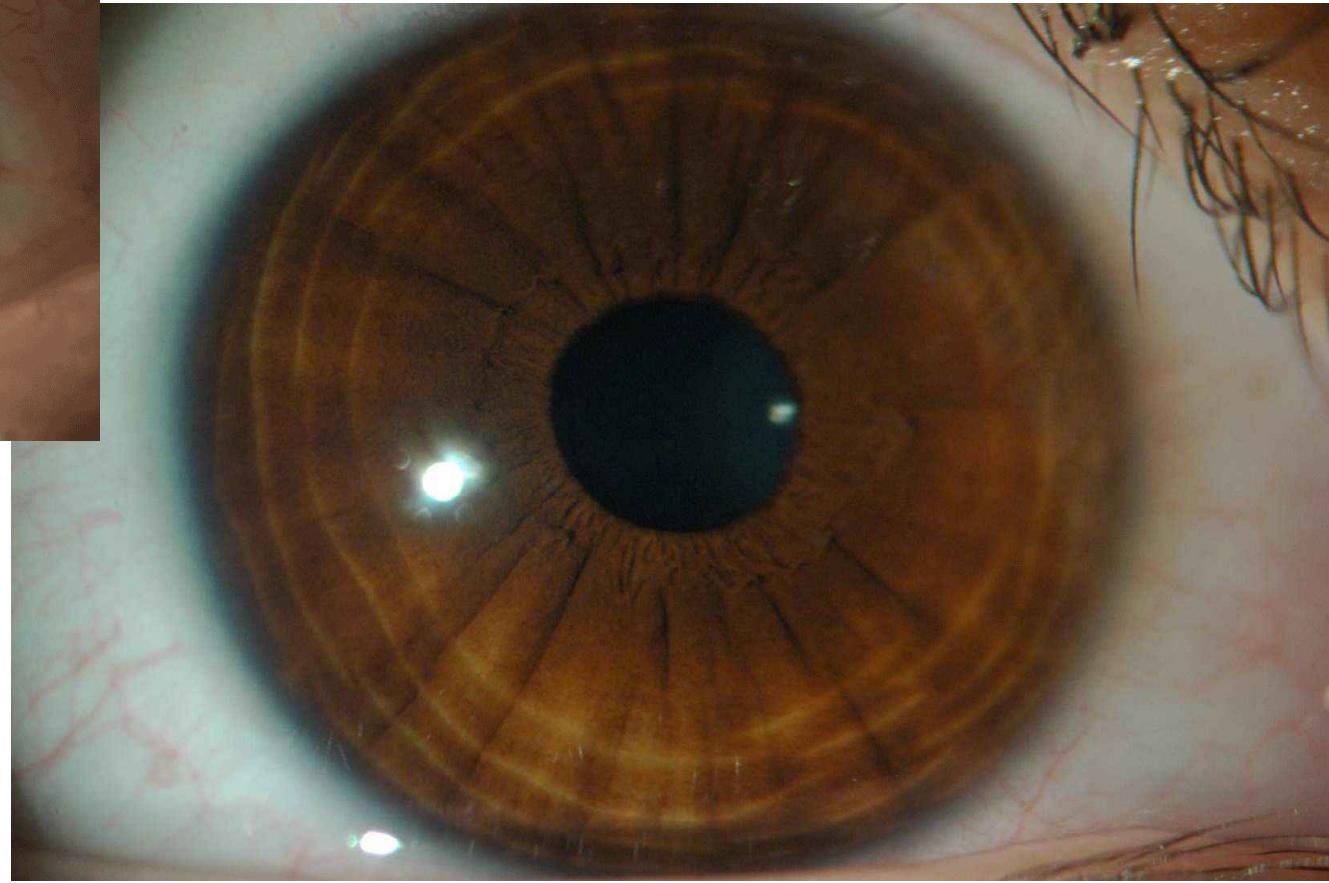
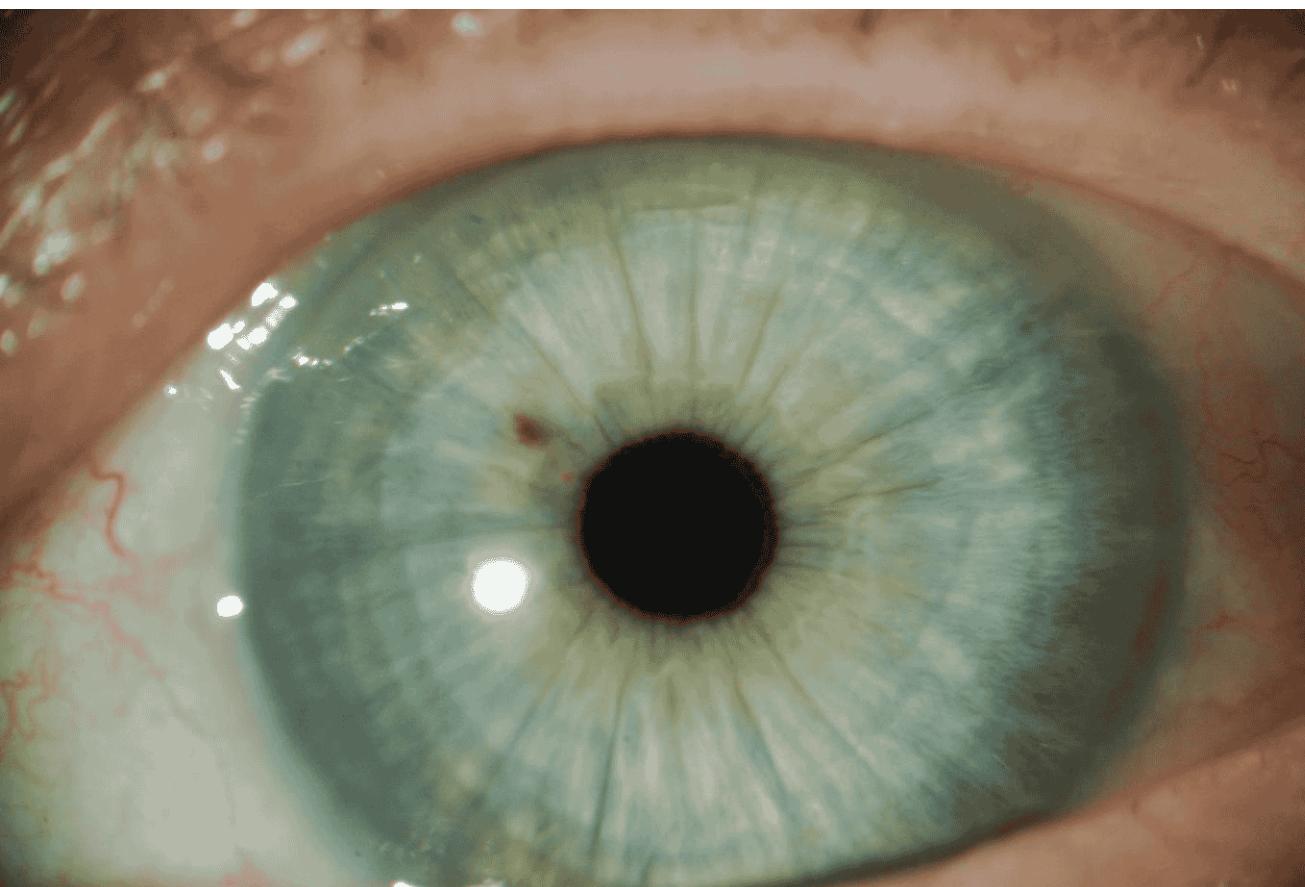
Quelle/Grafik: Kopfschmerzreport der Techniker Krankenkasse 2020

Therapieempfehlungen

Kopfschmerzen

Hintergrundwissen

- **Sekundärer Kopfschmerz** (> 7% aller Kopfschmerzen, u.a.)
 - Kopf oder Halswirbelsäulen - Beschwerden
 - Störungen der Homöostase z.B. arterielle Hypertonie
 - Psychiatrische Störung z.B. Somatisierungsstörung
- **Kraniale Neuralgien** (> 1% aller Kopfschmerzen)
 - Kraniale Neuralgien und andere Gesichtsschmerzen



Gesundheit erfahren.

BELLADONNA

Tollkirsche

Aus dem Arzneimittelbild:

- Plötzlich und äußerst heftig auftretende,⁷ akute Erkrankungen und Fieberzustände,¹ dabei ausgeprägte Kopfsymptome mit Schmerzen, rotem aufgedunstenem Gesicht, klopfenden Karotiden und Delirium, Muskelzuckungen und Krämpfen; Gliedmaßen eiskalt³
- Plötzliche entstehende Entzündungen mit raschem Verlauf, hochrot, schmerhaft insbesondere klopfend v.a. Otitis media, akute eitrige Tonsillitis, Pharyngitis¹
- Sehr trockener Mund und Rachen, rot, ständiges Verlangen zu schlucken um das Trockenheitsgefühl zu lindern³
- Kongestive und neuralgische Kopfschmerzen, klopfend, die sich im Liegen oder beim Vorüberneigen verschlimmern³



-
- **Schlimmer:** durch Kälte, Lärm, Licht, durch Bewegung Erschütterung¹, Berührung⁷
 - + **Besser:** durch Zudecken und Hochlagern des Kopfes,³ Ruhe⁷

¹ Morisson R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

³ Nash E. Leitsymptome in der homöopathischen Therapie. 3. Unveränderte Auflage. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag; 2015

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

BELLADONNA

Tollkirsche

Erfahrungen der Therapeutin:

- Krampfartige, pulsierende, rechtsseitige Kopfschmerzen
- Brennende Kopfschmerzen
- Folge von Sonne oder Zugluft mit Feuchtigkeit
- Schlimmer durch Sinnesreize, Hinlegen, Erschütterung, zwischen 15.00 Uhr und 3.00 Uhr
- Besser durch Rückwärtsbeugen, halbaufrechte Lage, Ruhe



Schmerzqualität:

- Plötzlich auftretender, sehr heftiger Schmerz
- Neuralgische, pulsierende Schmerzen, die kommen und gehen

GELSEMIUM

Gelber Jasmin

Aus dem Arzneimittelbild:

- Schwäche im geistigen, körperlichen und emotionalen Bereich¹
- Zittern der Extremitäten („Zittermittel“); Lähmigkeit aller Muskeln⁷
- Kopfschmerzen,² die im Hinterhaupt beginnen und zur Stirn hin ausstrahlen¹
- Grippaler Infekt mit Schüttelfrost,⁷ Frostschauer wechseln sich mit Hitzewellen ab¹
- Hochgradige Ängste vor Prüfungen, Interviews, öffentliche Auftritte (Lampenfieber)¹
- Beschwerden die seit einem Infekt nicht mehr verschwinden wollen¹



-
- **Schlimmer:** Aufregung, Erwartungsspannung, schlechte Nachrichten, Denken an die Beschwerden, Tabak, vor 10.00 Uhr morgens⁷
 - + **Besser:** Harnabgang⁷

¹ Morisson R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

² Keller K, Greiner S, Stockbrand P. Homöopathische Arzneimittel Materialien zur Bewertung. Frankfurt/Main: Govi Verlag; 1995

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

GELSEMIUM

Gelber Jasmin

Erfahrungen der Therapeutin:

- Im Zentrum des Geschehens steht eine zittrige Ängstlichkeit, die Lähmung zur Folge hat
- Beschwerden entstehen durch starke Gemütsbewegungen wie Angst, Schreck und Prüfungssituationen
- Wichtigstes Heilmittel bei Beschwerden durch Föhnwetter

Schmerzqualität:

- Schmerzen vom Nacken ausgehend
- Dumpfer Kopfschmerz, Migräne, Sehstörungen mit Augenschmerzen
- Gefühl im Kopf wie benommen oder betäubt, Bandgefühl um den Kopf
- Hinterkopfschmerz, der nach vorn zur Stirn zieht
- Schläfenschmerz strahlt zu den Ohren aus
- Trigeminusneuralgie (schießende Schmerzen)





Gesundheit erfahren.

IRIS

Verschiedenfarbige Schwertlilie

Aus dem Arzneimittelbild:

- Iris-Beschwerden sind plötzlich, anfallsartig und periodisch⁷
- Migräne meist rechtsseitig, Zentrum in der Schläfe¹, mit saurem Erbrechen, Durchfall und Sehstörungen vor den Kopfschmerzen; **Sonntagsmigräne**⁷
- Ischialgie, Trigeminusneuralgie, Herpes zoster⁷
- Entzündungen der Magen- und Darmschleimhaut mit heftigem Brennen⁷, vom Mund über den Magen bis zum Anus¹
- Hyperemesis gravidarum⁷
- Entzündungen der Bauchspeicheldrüse²



-
- **Schlimmer:** Ruhe⁷
 - + **Besser:** Bewegung⁷

¹ Morisson R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

² Keller K, Greiner S, Stockbrand P. Homöopathische Arzneimittel Materialien zur Bewertung. Frankfurt/Main: Govi Verlag; 1995

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

IRIS

Verschiedenfarbige Schwertlilie

Erfahrungen der Therapeutin:

- Migräne mit Übelkeit und Galleerbrechen
- Wochenend- oder Sonntagsmigräne
- Beginn mit Schleier vor den Augen, Schläfrigkeit und Sehstörungen
- schlimmer Nachts, in der Ruhe
- Besser durch mäßige Bewegung, im Freien

Schmerzqualität:

- Rechtsseitig, steigert sich bis zum Nervenschmerz
- Dumpfer Schmerz in der Stirn, stechend in den Schläfen



CIMICIFUGA

Traubensilberkerze, Wanzenkraut

Aus dem Arzneimittelbild:

- Regel-, Schwangerschaft- und Wechseljahrsbeschwerden²
- Hochgradige Dysmenorrhoe, Krampfschmerz im Bereich der weiblichen Geschlechtsorgane (krampfartig schießende Schmerzen durch das Becken in die Oberschenkel)¹
- nervöse Erregungs- und depressive Verstimmungszustände² v.a. Stimmungsschwankungen¹
- Starke Kopfschmerzen insbesondere im Scheitel, extreme Steifheit des Nackens¹
- Rheumatischer und wirbelsäulenbedingter Muskelschmerz²



-
- **Schlimmer:** Menstruation, Kälte, Zugluft,¹ Aufregung⁷
 - + **Besser:** lokale Wärme⁷

¹ Morrison R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

² Keller K, Greiner S, Stockbrand P. Homöopathische Arzneimittel Materialien zur Bewertung. Frankfurt/Main: Govi Verlag; 1995

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

CIMICIFUGA

Traubensilberkerze, Wanzenkraut

Erfahrungen der Therapeutin:

- Folge von hormonellen Veränderungen, durch Sorgen, geistige Arbeit
- Gehirn erscheint zu groß
- Schlimmer vor, während und nach der Menses; Morgens
- Besser durch Essen und Wärme

Schmerzqualität:

- Schießender, pulsierender Schmerz von innen nach außen drängend
- Gehirn erscheint wie zu groß, das Schädeldach könnte sich heben
- Blitzartiger, pochender Schmerz mit Ohrenklingen und Geräuschempfindlichkeit
- Linksseitiger Schmerz
- Schmerzen in den Augen mit Lichtempfindlichkeit



NUX VOMICA

Brechnuss

Aus dem Arzneimittelbild:

- Beschwerden durch Nahrungsmittel, Arzneimittel und Genussmittel,² Überarbeitung, ausschweifender Lebenswandel v.a. epigastrische Beschwerden wie Sodbrennen oder Magendruck wie von einem Stein³
 - Verstopfung mit ständigem, ergebnislosem Stuhldrang¹
 - Verstopfung im Wechsel mit Durchfall³
 - Kopfschmerzen häufig in Verbindung mit gastrischen, hepatischen, abdominalen und hämorrhoidalen Affektionen³
 - Rückenschmerzen im Bett muss sich zum umdrehen aufrichten.¹ Der Schmerz sitzt hauptsächlich in Kreuzbein bzw. Lenden³
 - Große Sensibilität gegenüber Stimulation - Licht, Lärm, Gerüche usw.¹
-
- **Schlimmer:** nach dem Essen, kalte Luft,³ Genussmittel, geschäftlicher Ärger und Sorgen, geistige Anstrengung⁷
 - + **Besser:** Wärme, abends⁷



¹ Morisson R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

² Keller K, Greiner S, Stockbrand P. Homöopathische Arzneimittel Materialien zur Bewertung. Frankfurt/Main: Govi Verlag; 1995

³ Nash E. Leitsymptome in der homöopathischen Therapie. 3. Unveränderte Auflage. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag; 2015

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

NUX VOMICA

Brechnuss

Erfahrungen der Therapeutin:

- Übelkeit und saures Erbrechen
- Folge von Alkoholmissbrauch
- Schlimmer morgens nach dem Aufwachen, durch Reizmittel
- Besser durch Ruhe, kurzer Schlaf



Schmerzqualität:

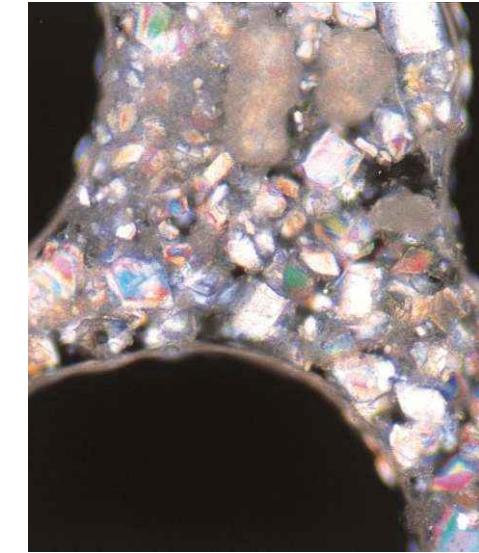
- Kongestive Kopfschmerzen, besonders morgens
- „Katerkopfschmerzen“
- Schmerzen über den Augen als ob ein Nagel durch den Kopf getrieben wird
- Dabei Schwindel, saures Erbrechen, Sinnesüberempfindlichkeit

MAGNESIUM PHOSPHORICUM

Magnesiumhydrogenphosphat

Aus dem Arzneimittelbild:

- Großes Krampf- und Neuralgiemittel⁷
 - Typisch: heftige, krampfartige Schmerzen, wie mit einem Messer⁷
 - Schmerzen treten plötzlich, blitz- oder anfallartig auf und können minuten- oder stundenlang anhalten⁷
 - Kolikartige Schmerzen an allen Hohlorganen⁷
 - Dysmenorrhoe: besser durch Wärme, besser durch Druck¹
 - Krämpfe beim Schreiben oder Spielen von Musikinstrumenten⁷
 - Neuralgische Schmerzen: z.B. Gesichts-, Zahn und Ovarialneuralgien; Ischias⁷
-
- **Schlimmer:** Berührung, Kälte⁷
 - + **Besser:** Wärme, Druck, Zusammenkrümmen, Reiben



¹ Morrisson R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

² Keller K, Greiner S, Stockbrand P. Homöopathische Arzneimittel Materialien zur Bewertung. Frankfurt/Main: Govi Verlag; 1995

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

MAGNESIUM PHOSPHORICUM

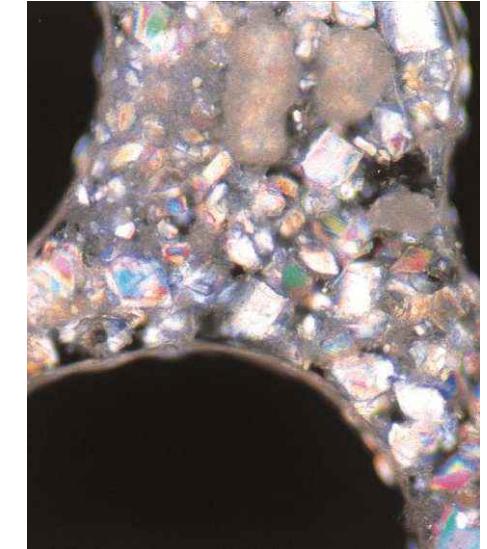
Magnesiumhydrogenphosphat

Erfahrungen der Therapeutin:

- Kopfschmerzen nach geistiger Anstrengung (Schulkopfschmerz)
- Funkensehen oder Akkomodationsstörungen während des Kopfschmerzes
- Trigeminusneuralgie mit Muskelkrämpfen (Oberkiefer, Zähne)
- Ischialgie als Neuralgie im Oberschenkel/ Schienbein rechts
- Schlimmer durch Kälte und Nachts
- Besser durch Wärme, harter Druck, Zusammenkrümmen und Reiben

Schmerzqualität:

- Stechend oder reißend
- Schmerz ist plötzlich, krampfartig, blitzartig einschießend, meist rechts (wichtigstes Mittel bei Menstruationsschmerzen)
- Krampfartige Schmerzen aufgrund von Überanstrengung
- Kolikartige Bauchkrämpfe

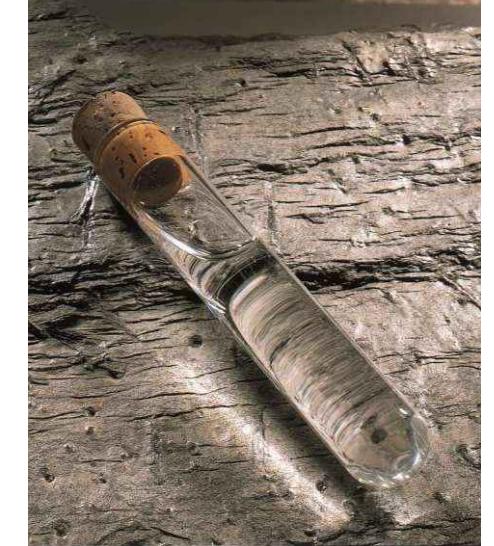


GLONOINUM

Nitroglycerinum

Aus dem Arzneimittelbild:

- Pulsierende, berstende Kopfschmerzen¹
- Kopfschmerzen mit injizierten Skleren, gerötetem und erhitztem Gesicht sowie prallgefüllten pulsierenden Karotiden¹
- Kopfschmerzen, schlimmer durch Sonne¹, Sonnenstich⁷
- Verwirrung darüber, wo er sich befindet; „verirrt sich an wohlbekannten Orten“¹
- Heftiges Herzklopfen, mit dem Gefühl von Pulsieren im ganzen Körper⁷
- Hitzewallungen, aufsteigende Hitze während der Menopause⁷
- Essentielle und arteriosklerotische Hypertonie⁷



-
- **Schlimmer:** Wärme, besonders Sonne, Bewegung, Wein⁷
 - + **Besser:** im Freien⁷

¹ Morrisson R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

² Keller K, Greiner S, Stockbrand P. Homöopathische Arzneimittel Materialien zur Bewertung. Frankfurt/Main: Govi Verlag; 1995

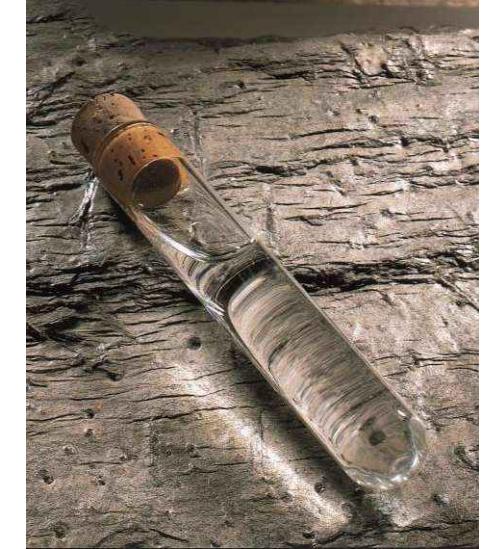
⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

GLONOINUM

Nitroglycerinum

Erfahrungen der Therapeutin:

- Blutandrang zum Kopf
- Folge von Sonneneinwirkung und überheizten Zimmern
- Gesicht im Anfall abwechselnd rot und heiß, dann wieder blass und kalt
- Beschwerden hauptsächlich linksseitig
- Reizbare Stimmung des Patienten
- Schlimmer in der Sonne, Bücken, Hinlegen
- Besser durch frische Luft



Schmerzqualität:

- Pulsierender Schmerz, aufsteigend und abnehmend mit der Sonne
- Gefühl als ob das Gehirn für den Schädel zu groß sei
- Schmerzexplosionen

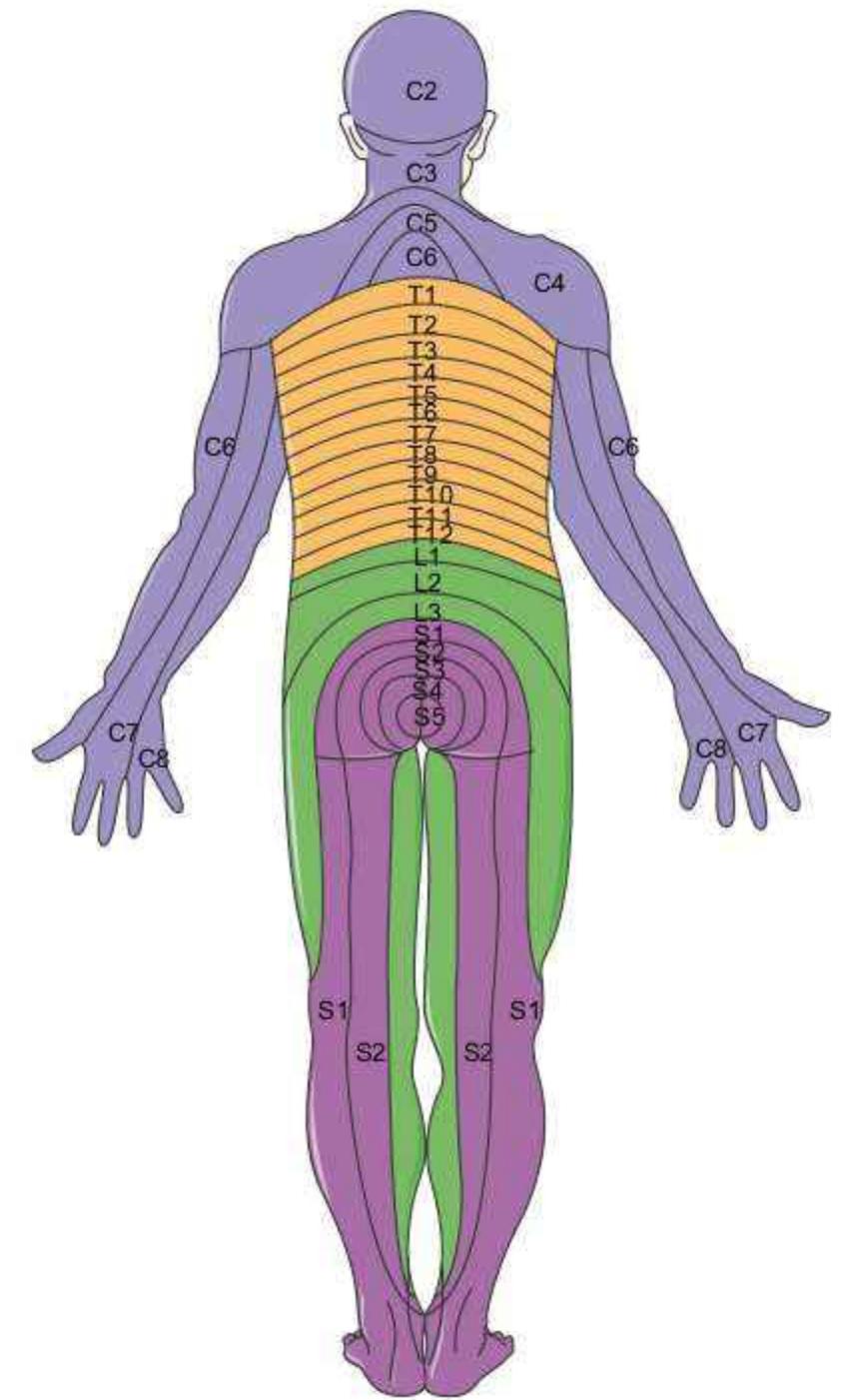
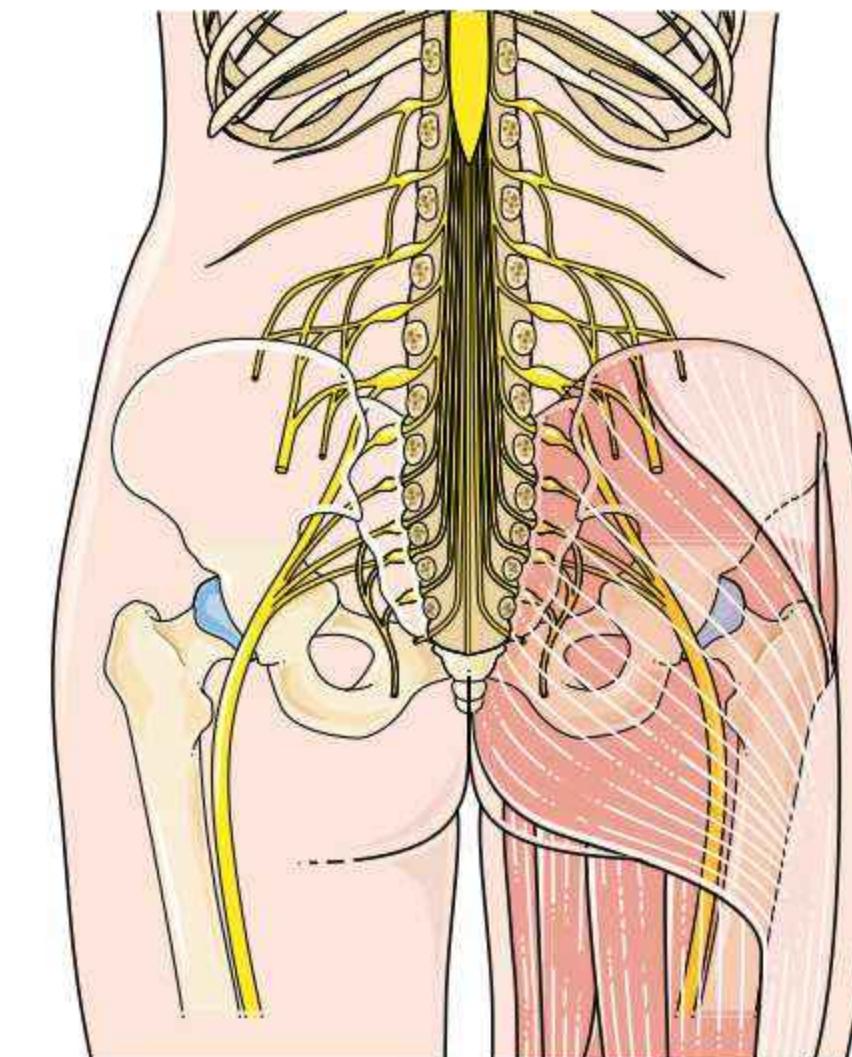
04 Bewegungsapparat

Therapieempfehlungen

Lumboischialgie

Hintergrundwissen

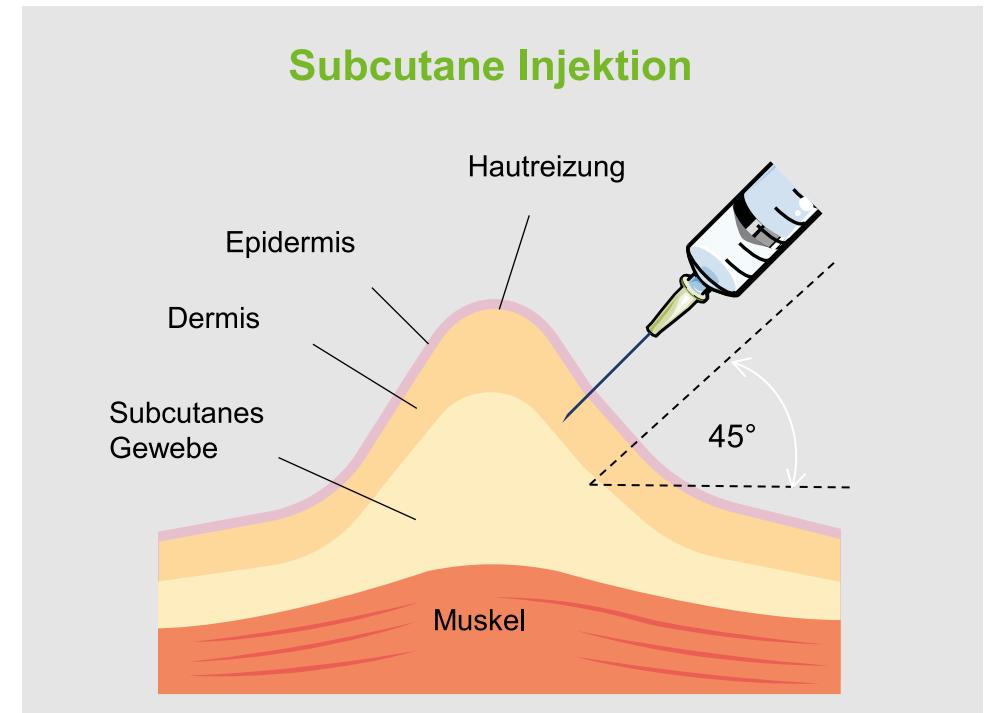
- Lumbale Wurzelreizung mit radikulärer Schmerzsymptomatik im Versorgungsbereich des N. ischiadicus
- Evtl. dermatomabhängige Sensibilitätsstörung
- Evtl. Abschwächung der Muskeleigenreflexe
- Evtl. Muskelhartspann
- Evtl. Lähmungerscheinungen



Erkrankungen des Bewegungsapparates: Formidium D6/D12® Amp.

Umstimmungstherapie

- Wirkung im Sinne einer Reiztherapie, die durch eine Umstimmung der Reaktionslage die Selbstheilungskraft des Körpers fördert:
- **Formidium D6 oder D12**
- 2-3-mal wöchentlich 1-2ml sc.
- Je nach Reaktionslage des Patienten können die Intervalle zwischen den einzelnen Injektionen verlängert werden





Ischialgie

- **Verordnung nach Verletzung, Fall, Prellung, Stauchung:**
- Beginn der Verordnung mit Traumamitteln:
- Arnica D12
- Hypericum D12
- Ruta graveolens D12
- Danach Verordnung entsprechend der verbliebenen Symptomatik

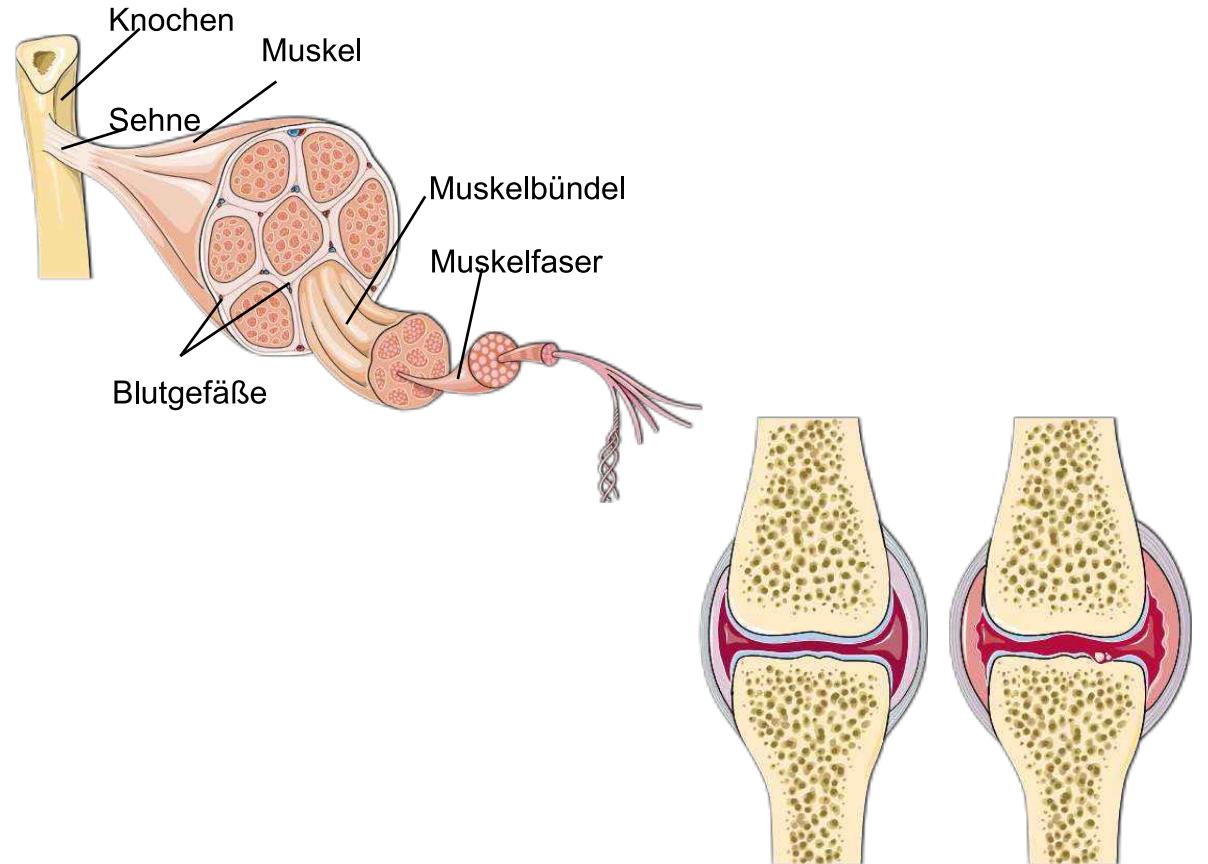


Therapieempfehlungen

Rheumatische Beschwerden des Bewegungsapparates

Hintergrundwissen

- Schmerz und Funktionsstörung des Bewegungsapparates
- Betroffen können sein: Gelenke, Sehnen, Bänder, Muskeln, Nerven, Gefäße, Knochen



BELLADONNA

Tollkirsche

Aus dem Arzneimittelbild:

- Plötzlich und äußerst heftig auftretende,⁷ akute Erkrankungen und Fieberzustände,¹ dabei ausgeprägte Kopfsymptome mit Schmerzen, rotem aufgedunsenem Gesicht, klopfenden Karotiden und Delirium, Muskelzuckungen und Krämpfen; Gliedmaßen eiskalt³
 - Plötzliche entstehende Entzündungen mit raschem Verlauf, hochrot, schmerhaft insbesondere klopfend v.a. Otitis media, akute eitrige Tonsillitis, Pharyngitis¹
 - Sehr trockener Mund und Rachen, rot, ständiges Verlangen zu schlucken um das Trockenheitsgefühl zu lindern³
 - Kongestive und neuralgische Kopfschmerzen, klopfend, die sich im Liegen oder beim Vorüberneigen verschlimmern³
-
- **Schlimmer:** durch Kälte, Lärm, Licht, durch Bewegung Erschütterung¹, Berührung⁷
 - + **Besser:** durch Zudecken und Hochlagern des Kopfes,³ Ruhe⁷



¹ Morisson R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

³ Nash E. Leitsymptome in der homöopathischen Therapie. 3. Unveränderte Auflage. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag; 2015

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

BELLADONNA

Tollkirsche

Schmerzqualität:

- Plötzlich auftretender, sehr heftiger Schmerz
- Klopfender, pochender Schmerz an der betroffenen Stelle (Entzündung)
- Gelenke sind rot, glänzend, geschwollen und berührungsempfindlich
- Plötzliches Kommen und Gehen der Schmerzen



BRYONIA

Rotbeerrige Zaunrübe

Aus dem Arzneimittelbild:

- Akute Beschwerden mit hohem Fieber das sich langsam entwickelt¹
- Extreme Trockenheit der Schleimhäute, heftiger Durst,³ Verlangen nach großen Mengen Wasser¹ v.a. harter trockener Husten mit wenig oder keinem Auswurf sowie Wundheitsgefühl und Schmerzen in der Brust bei jedem Hustenstoß³
- Typische stechende Schmerzen bei Entzündungen der seriösen Häute v.a. Pleuritis, Perikarditis, Meningitis, Peritonitis³
- Akuter Gelenkrheumatismus mit blassrot geschwollenen, glänzenden, steifen Gelenken und stechenden Schmerzen bei der geringsten Bewegung³
- Dumpfer, drückender Stirn- und Schläfenkopfschmerz⁷
- Verletzungen mit Schmerzen bei geringster Bewegung¹
- Im akuten Bryonia Zustand reizbar, will in Ruhe gelassen werden¹
- **Schlimmer:** jegliche Bewegung³
- + **Besser:** durch Druck auf die schmerzende Stelle; durch Ruhe³



¹ Morrisson R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

³ Nash E. Leitsymptome in der homöopathischen Therapie. 3. Unveränderte Auflage. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag; 2015

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

BRYONIA

Rotbeerrige Zaunrübe

Schmerzqualität:

- Heiße Entzündung mit roten, geschwollenen Gelenken
- Heftige, stechende oder reißende Schmerzen
- Besonders betroffen: Knie und Füße
- „Läuferknie“
- Kleinstes Bewegen ist schlecht
- Folge von Unterkühlung





Gesundheit erfahren.



APIS MELLIFICA

Honigbiene

Aus dem Arzneimittelbild:

- Entzündungen, Erkrankungen und Allergien mit Flüssigkeitsansammlungen in Geweben und Körperhöhlen² mit Brennen, Stechen, Röte und Schwellung¹ v.a. Beschwerden, die denen eines Bienenstichs ähneln⁷
 - Insektenstiche, Insektenstichallergie⁷
 - Urtikaria mit brennenden Schmerzen¹
 - Ödeme der Extremitäten z.B. Gelenkentzündungen mit Röte¹
 - Ovarialzyste, besonders auf der rechten Seite¹
 - Pharyngitis mit sackartiger Schwellung des Zäpfchens¹
 - äußerer Ohr rot, entzündet und wund, stechende Schmerzen¹⁰
-
- **Schlimmer:** durch jegliche Wärme, in warmen Räumen³
 - + **Besser:** Kälte,⁷ kalte Anwendungen³



¹ Morrisson R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

² Keller K, Greiner S, Stockbrand P. Homöopathische Arzneimittel Materialien zur Bewertung. Frankfurt/Main: Govi Verlag; 1995

³ Nash E. Leitsymptome in der homöopathischen Therapie. 3. Unveränderte Auflage. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag; 2015

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

¹⁰ Boericke W. Handbuch der homöopathischen Materica medica. 2. erweiterte Auflage. Heidelberg: Haug Verlag; 1996

APIS MELLIFICA

Honigbiene

Schmerzqualität:

- Brennende, stechende Schmerzen
- Hellrosa, ödematöse Schwellung mit heißem Wundgebiet
- Seröse Ergüsse
- Extreme Berührungsempfindlichkeit



RHUS TOXICODENDRON

Giftsumach

Aus dem Arzneimittelbild:

- Rheumatische Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln²
- Reißen, Ziehen und Steifheit in allen Gliedern⁷
- Überanstrengung von Muskeln und Sehnen⁷
- Juckende Hautkrankheiten² z.B. Fieberbläschen um die Lippen, Gürtelrose, Ekzem mit kleinen Blasen¹
- Trockener, ermüdender Kitzelhusten während des Fieberfrostes³
- rote Zungenspitze oder rotes Dreieck auf der Zunge¹ bei Fieberkrankheiten³



-
- **Schlimmer:** Nasskaltes Wetter,¹ erste Bewegung nach Ruhepause (Morgens, Aufstehen)³, Nasswerden, Ruhe⁷
 - + **Besser:** Fortgesetzte Bewegung,³ Wärme, Reiben⁷

¹ Morrisson R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

² Keller K, Greiner S, Stockbrand P. Homöopathische Arzneimittel Materialien zur Bewertung. Frankfurt/Main: Govi Verlag; 1995

³ Nash E. Leitsymptome in der homöopathischen Therapie. 3. Unveränderte Auflage. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag; 2015

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

RHUS TOXICODENDRON

Giftsumach

Erfahrungen der Therapeutin:

- Akut auftretende Gelenkschmerzen als Folge von Abkühlung, Durchnässung
- Schmerzen verstärken sich in Ruhe und durch Kälte
- Gelenksteifigkeit besonders morgens, nach Ruhe, bei feuchtkaltem Wetter
- Steifigkeit lässt nach mit zunehmender Bewegung

Charakteristisch:

- Es besteht große Ruhelosigkeit, Tag und Nacht mit fortwährendem Bewegungsdrang
- Mittel bei vielen rheumatischen Beschwerden, die sich bei fortgesetzter Bewegung bessern
- Schmerzen sind ziehend, einschießend, stechend, brennend
- Betroffene Körperteile fühlen sich wie wund, zerschlagen oder steif an.



RHUS TOXICODENDRON

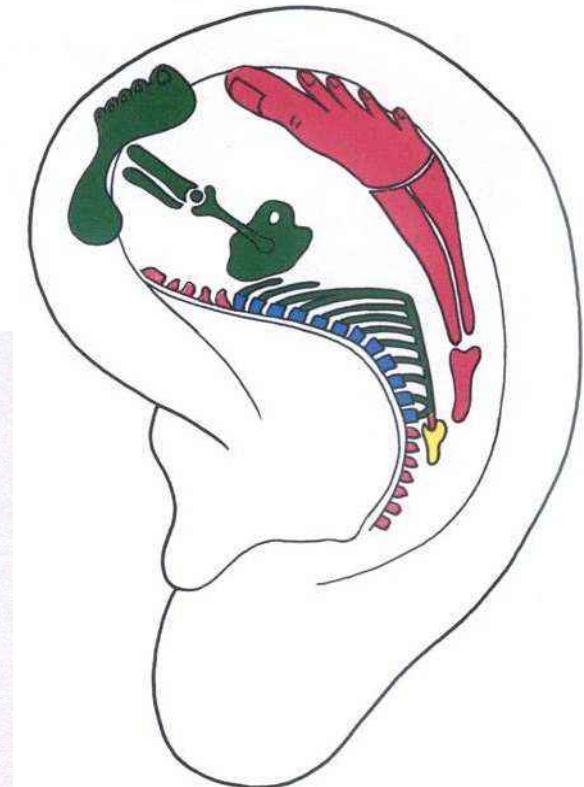
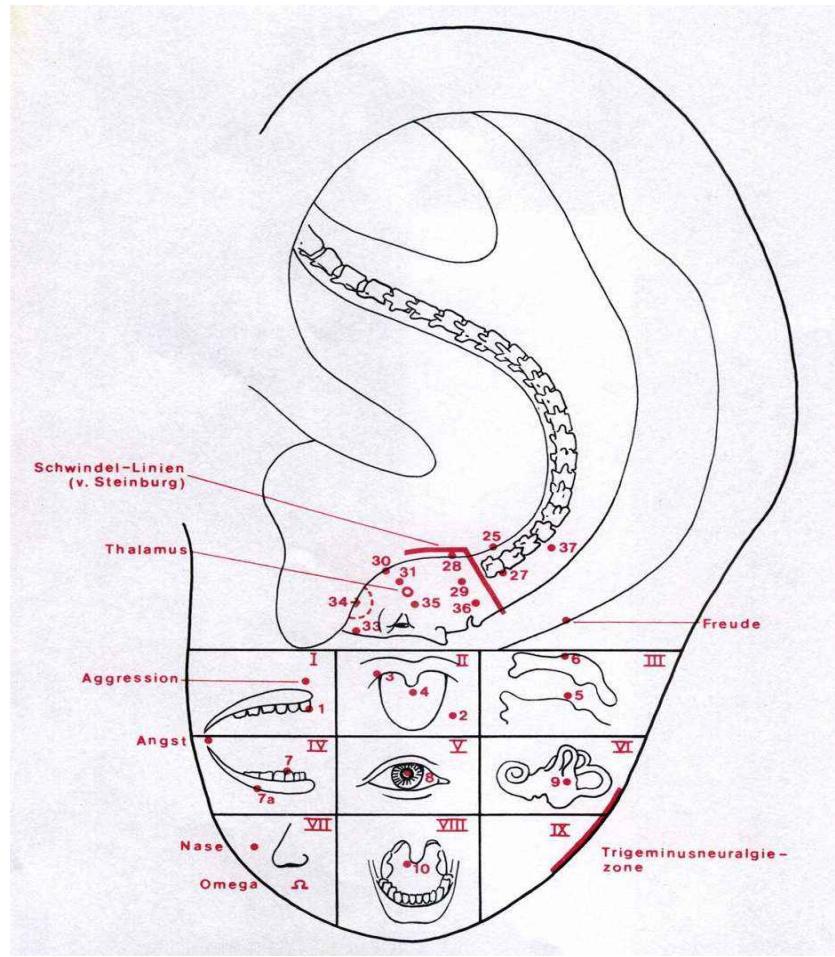
Giftsumach

Schmerzqualität:

- Ziehender, reißender Schmerz längs des Nervs mit Taubheitsgefühlen und Ameisenlaufen
- Folge von Nässe, Überanstrengung, Zerrung oder Verheben
- Überanstrengung von Muskeln und Sehnen
- Schmerzen sind schlimmer in Ruhe und durch Kälte

**Causa:**

- Körperliche Überanstrengung
- Zugluft
- Nasswerden bei Schwitzen oder Überhitzung
- Durchnässung





Therapieempfehlungen

Rheumatische Gelenkschmerzen: DHU Rhus comp. Gel®

Homöopathisches Komplexmittel mit einer Kombination homöopathischer Einzelmittel.



**Rhus
toxicodendron
externum**
Giftsumach



**Ledum palustre
externum**
Sumpfporst



**Symphytum officinale
externum**
Gemeiner Beinwell



Anwendung:

1-2-mal täglich einen bis zu 15 cm langen Gelstrang
auf die schmerzhaften Bereiche auftragen.





05 Schulter-Nacken-Schmerzen

ACONITUM

Blauer Eisenhut, Sturmhut

Aus dem Arzneimittelbild:

- Akute Zustände und Entzündungen, die sich rasch entwickeln, mit ausgeprägter Furcht vor dem Tod, verursacht durch Schock oder kaltem trockenem Wind¹
- Chronische psychische Erkrankungen v.a. tief sitzende Phobien, Panikzustände, Angstneurosen;¹ stets vorhandene, undefinierbare, nicht nachvollziehbare Angst³
- Unerträgliche Schmerzen von reißendem oder schneidendem Charakter¹ v.a. Nervenerkrankungen²
- Hauptmittel für die Frühstadien von Krupp-Husten, Lungenentzündung¹



-
- **Schlimmer:** durch kalten, trockenen Wind,¹ nachts, im warmen Zimmer⁷
 - + **Besser:** im Freien⁷

1 Morrison R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

2 Keller K, Greiner S, Stockbrand P. Homöopathische Arzneimittel Materialien zur Bewertung. Frankfurt/Main: Govi Verlag; 1995

3 Nash E. Leitsymptome in der homöopathischen Therapie. 3. Unveränderte Auflage. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag; 2015

7 Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

ACONITUM

Blauer Eisenhut, Sturmhut

Erfahrungen der Therapeutin:

- Neuralgien nach kaltem, trocknem Wind
- Linksseitig, plötzlich, heftig
- Kribbeln, Taubheitsgefühl, Ruhelosigkeit
- Rotes, heißes, trockenes Gesicht
- Schlimmer durch Schreck und Schock, Zugluft, Kälte, nachts
- Besser durch frische Luft, nach Schwitzen

Schmerzqualität:

- Steifer Nacken mit heftigen Schmerzen
- „Schiefhals“
- Jede Bewegung verschlimmert den Schmerz
- Ursache: Zugluft
- Dabei kalte Hände und Füße



CIMICIFUGA

Traubensilberkerze, Wanzenkraut

Aus dem Arzneimittelbild:

- Regel-, Schwangerschaft- und Wechseljahrsbeschwerden²
- Hochgradige Dysmenorrhoe, Krampfschmerz im Bereich der weiblichen Geschlechtsorgane (krampfartig schießende Schmerzen durch das Becken in die Oberschenkel)¹
- nervöse Erregungs- und depressive Verstimmungszustände² v.a. Stimmungsschwankungen¹
- Starke Kopfschmerzen insbesondere im Scheitel, extreme Steifheit des Nackens¹
- Rheumatischer und wirbelsäulenbedingter Muskelschmerz²



-
- **Schlimmer:** Menstruation, Kälte, Zugluft,¹ Aufregung⁷
 - + **Besser:** lokale Wärme⁷

¹ Morrison R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

² Keller K, Greiner S, Stockbrand P. Homöopathische Arzneimittel Materialien zur Bewertung. Frankfurt/Main: Govi Verlag; 1995

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

CIMICIFUGA

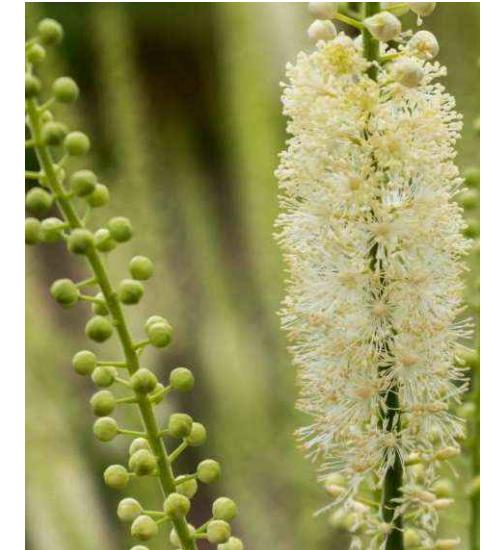
Traubensilberkerze, Wanzenkraut

Erfahrungen der Therapeutin:

- Hysterische Zustände aufgrund hormoneller „Schräglage“ (kalte Lachesis)
- Beschwerden vor der Menses
- Alle seelischen Beschwerden bessern sich mit Einsetzen der Menses
- Traurig, nervös, hastig aber auch völlig gleichgültige Stimmung

Schmerzqualität:

- Krampfartige, einschießende Schmerzen im Schulter-Arm-Bereich
- Zusammenziehendes Gefühl im Nacken
- Verkrampfung bei jeder Bewegung des Kopfes
- Ausstrahlender Schmerz vor allem in den linken Arm
- Dabei große Ruhelosigkeit





NUX VOMICA

Brechnuss

Aus dem Arzneimittelbild:

- Beschwerden durch Nahrungsmittel, Arzneimittel und Genussmittel,² Überarbeitung, ausschweifender Lebenswandel v.a. epigastrische Beschwerden wie Sodbrennen oder Magendruck wie von einem Stein³
- Verstopfung mit ständigem, ergebnislosem Stuhldrang¹
- Verstopfung im Wechsel mit Durchfall³
- Kopfschmerzen häufig in Verbindung mit gastrischen, hepatischen, abdominalen und hämorrhoidalen Affektionen³
- Rückenschmerzen im Bett muss sich zum Umdrehen aufrichten.¹ Der Schmerz sitzt hauptsächlich in Kreuzbein bzw. Lenden³
- Große Sensibilität gegenüber Stimulation - Licht, Lärm, Gerüche usw.¹



-
- **Schlimmer:** nach dem Essen, kalte Luft,³ Genussmittel, geschäftlicher Ärger und Sorgen, geistige Anstrengung⁷
 - + **Besser:** Wärme, abends⁷

¹ Morisson R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

² Keller K, Greiner S, Stockbrand P. Homöopathische Arzneimittel Materialien zur Bewertung. Frankfurt/Main: Govi Verlag; 1995

³ Nash E. Leitsymptome in der homöopathischen Therapie. 3. Unveränderte Auflage. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag; 2015

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

NUX VOMICA

Brechnuss

Schmerzqualität:

- Nackensteifigkeit mit krampfigen Schmerzen
- Anspannungsgefühl im Schulterbereich
- Ziehende Schmerzen im Nacken und in die Arme hinein
- Große innere Anspannung mit nervöser und gehetzter Reizbarkeit



A woman with long dark hair is sitting on a bed, leaning forward with her hands on her lower back. She is wearing a light-colored, short-sleeved top and patterned leggings. The background is a soft, out-of-focus blue.

06 Beschwerden der Menstruation

Dysmenorrhö

Hintergrundwissen

Definition

- **Dysmenorrhö** = starke krampf- oder kolikartige Schmerzen vor, während oder nach der Menstruation.
 - *Primäre* Dysmenorrhö: beginnt meist mit der Menarche, Ursache sind prostaglandinbedingte verstärkte Uteruskontraktionen. Behandelt wird mit NSAR, als Prävention dienen orale Kontrazeptiva.
 - *Sekundäre* Dysmenorrhö: Folge von Erkrankungen wie Endometriose oder Tumoren.

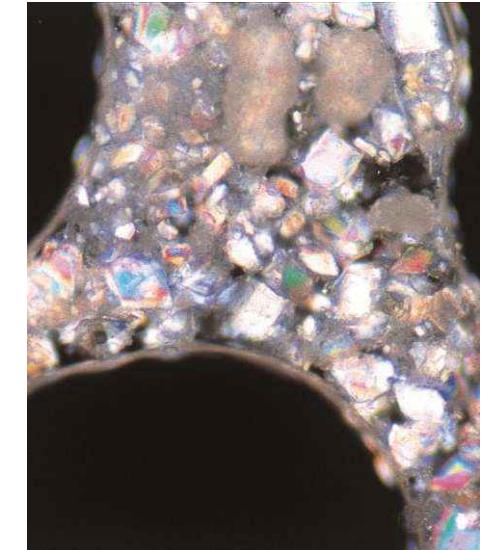


MAGNESIUM PHOSPHORICUM

Magnesiumhydrogenphosphat

Aus dem Arzneimittelbild:

- Großes Krampf- und Neuralgiemittel⁷
- Typisch: heftige, krampfartige Schmerzen, wie mit einem Messer⁷
- Schmerzen treten plötzlich, blitz- oder anfallartig auf und können minuten- oder stundenlang anhalten⁷
- Kolikartige Schmerzen an allen Hohlorganen⁷
- Dysmenorrhoe: besser durch Wärme, besser durch Druck¹
- Krämpfe beim Schreiben oder Spielen von Musikinstrumenten⁷
- Neuralgische Schmerzen: z.B. Gesichts-, Zahn und Ovarialneuralgien; Ischias⁷



-
- **Schlimmer:** Berührung, Kälte⁷
 - + **Besser:** Wärme, Druck, Zusammenkrümmen, Reiben

¹ Morrisson R. Handbuch der homöopathischen Leitsymptome und Bestätigungssymptome. 2. überarbeitete Auflage. Kiel: Kai Kröger Verlag; 1997/2011

² Keller K, Greiner S, Stockbrand P. Homöopathische Arzneimittel Materialien zur Bewertung. Frankfurt/Main: Govi Verlag; 1995

⁷ Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

MAGNESIUM PHOSPHORICUM

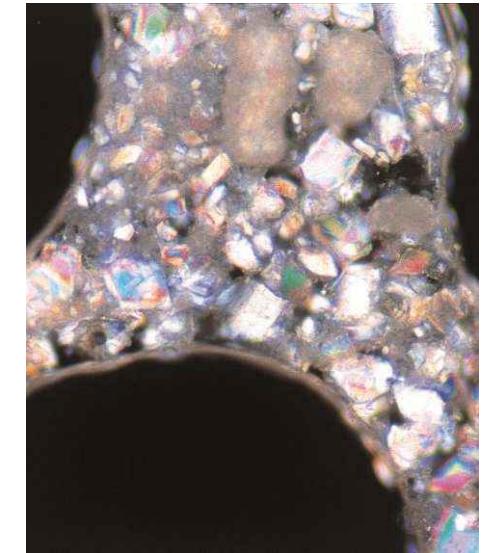
Magnesiumhydrogenphosphat

Erfahrungen der Therapeutin:

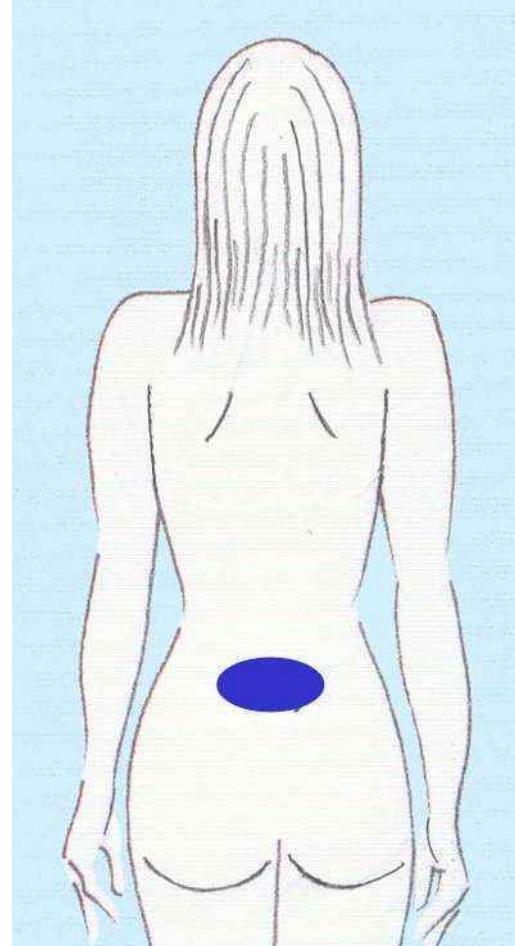
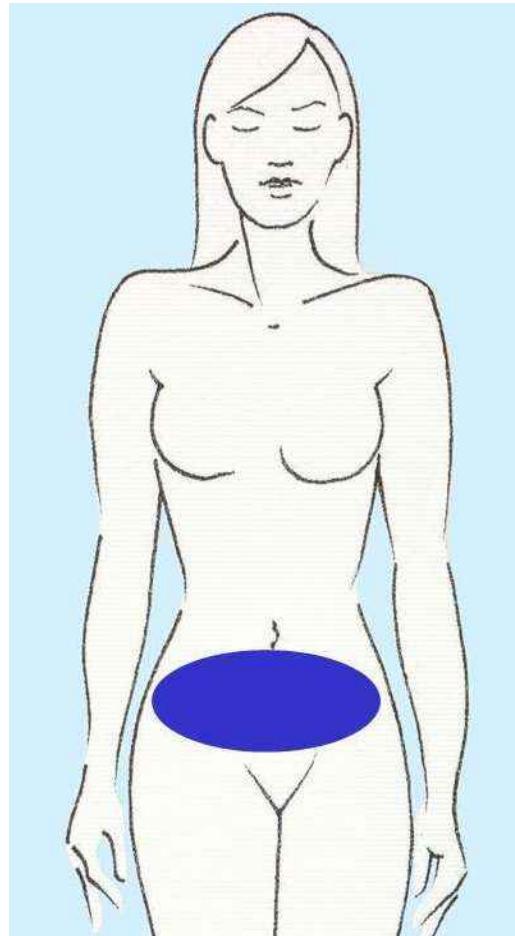
- Krämpfe und Koliken besonders rechts oder quer durch den Bauch, auch nachts
- Blutung zu früh, dunkel und fädig
- Große Schwäche kann kaum mehr gehen
- Krampfartige Schmerzen, die plötzlich kommen und gehen
- Migräne im Anfangsstadium
- Schreibkrampf, „Geigerkrampf“

Schmerzqualität:

- Blitzartig einschießend
- Stechend oder reißend
- Heftige krampfartige Schmerzen (wichtiges Mittel bei Menstruationsschmerzen)
- Krampfartige Schmerzen aufgrund von Überanstrengung
- Kolikartige Bauchkrämpfe



Magnesium phosphoricum Salbe Nr.7



Applikation bei schmerzhafter
Menstruation :
Im Unterbauchbereich
Im Kreuzbeinbereich

CHAMOMILLA

Echte Kamille

Schmerzqualität:

- Hellrote, starke Blutung mit typischen pulsierenden, klopfenden Schmerzen
- Schmerzattacken kommen und gehen
- Schmerzen im Rücken von einer Hüfte zur anderen
- Dabei Überempfindlichkeit der Sinneseindrücke



COLOCYNTHIS

Koloquinte

Schmerzqualität:

- Schneidende oder brennende Schmerzen an den Ovarien
- Nach unten ziehende Krämpfe
- Dabei mögliche Koliken im Bauchraum



Dysmenorrhoe: Magnesium phosphoricum Pentarkan®

Homöopathisches Komplexmittel mit einer Kombination aus fünf homöopathischen Einzelmitteln.

**Magnesium
phosphoricum Trit. D2**
Magnesiummonohydrogen-
phosphat



Chamomilla Trit. D2
Echte Kamille



Colocynthis Trit. D3
Koloquinte



Potentilla anserina
Gänsefingerkraut



Aesculus Trit. D3
Rosskastanie



Anwendung:

Akut bis zum Eintritt einer Besserung: $\frac{1}{2}$ stdl. bis stdl. 1 Tablette bis zu 6 x tgl.
Ansonsten: 1-3-mal tgl. 1 Tablette



Globuli richtig und altersgerecht dosieren

Tiefe Potenzen von D1 über D6 bis D12 sowie C4 und C6	
Erwachsen und Kinder ab 12 Jahren	5 Globuli
Säuglinge im ersten Lebensjahr (nach Rücksprache mit dem Arzt)	1-2 Globuli*
Kleinkinder bis unter 6 Jahren	2-3 Globuli**
Kinder ab 6 bis unter 12 Jahren	3-4 Globuli***
Bei akuten Zuständen erfolgt die Einnahme alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 6- mal täglich	
In chronischen Fällen erfolgt die Einnahme 1- bis 3-mal täglich	
Hohe Potenzen wie C12, D30, C30 oder C200	
Für die Anwendung ist eine individuelle Dosierung durch einen homöopathisch erfahrenen Therapeuten notwendig; bei Selbstmedikation sollte nur eine Einzeldosis eingenommen werden.	

*Das entspricht der Empfehlung in dieser Altersstufe: "nicht mehr als ein Drittel der Erwachsenendosis."

** Das entspricht der Empfehlung in dieser Altersstufe: "nicht mehr als die Hälfte der Erwachsenendosis."

*** Das entspricht der Empfehlung in dieser Altersstufe: "nicht mehr als zwei Drittel der Erwachsenendosis."

Quelle: [1] Kommission D. Neufassung der Dosierungsempfehlungen der Kommission D für homöopathische Arzneimittel (Stand 17.03.2004) [Internet]. Bonn: Bundesanstalt für Arzneimittel und Medizinprodukte 2004

06 Therapiekonzepte

Schmerz: Ursachen und Therapiekonzepte

Bei chronischen Erkrankungen sind konventionelle Arzneimittel oft unverzichtbar.

- Komplementärmedizin kann jedoch ergänzend helfen, Symptome zu lindern und die Lebensqualität zu verbessern.
- Komplementärmedizinische Therapien sind vielfältig und können individuell abgestimmt werden.
- Häufig werden mehrere Methoden kombiniert.

Die Homöopathie eignet sich als alleinige oder ergänzende Therapie

Schmerz: Ursachen und Therapiekonzepte

Therapieziele:

- Symptomlinderung (z.B. Schmerz)
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte
- Langfristige Stoffwechselveränderungen (z.B. durch Fasten)
- Verbesserte Körperwahrnehmung (Achtsamkeit und Bewegung)
- Selbstwirksamkeit: Patienten erfahren, dass sie durch Änderungen ihrer Einstellung und naturheilkundliche Methoden selbst Einfluss auf ihre Symptome nehmen können

Grundsätzlich können alle Schmerzerkrankungen komplementärmedizinisch begleitet werden.

Homöopathie: Eine wertvolle Ergänzung in der Schmerztherapie

➤ Homöopathie ist mit anderen Therapiemethoden kombinierbar:

- **Akupunktur:** Ein bewährtes Therapiesystem für alle chronisch schmerzhaften Erkrankungen.
- **Ausleitende Verfahren:** Dazu gehören blutiges Schröpfen, trockenes Schröpfen und das Baunscheidt-Verfahren, die bei Schmerzen, die von der Wirbelsäule, den inneren Organen oder funktionellen Störungen herrühren, angewendet werden.
- **Manuelle Medizin:** Ein wesentlicher Bestandteil des Gesamtkonzepts der Schmerztherapie.
- **Mind-Body-Medizin:** Ein unterstützendes Angebot bei allen Indikationen, bei denen Änderungen der Lebensstilfaktoren sinnvoll erscheinen.
- **Orthomolekulare Medizin:** Durch optimale Nährstoffzufuhr kann der Körper therapeutische Reize besser annehmen und schädliche Noxen besser kompensieren.
- **Phytotherapie:** Der Einsatz von Phytopharmaka ist eine Domäne in der Behandlung chronisch-funktioneller Erkrankungen.
- **Reflexzonentherapie am Fuß:** Als Umstimmungstherapie kann sie bei zahlreichen Schmerzsymptomen sinnvoll sein.
- **Neuraltherapie:** Kann bei chronischen Schmerzen als Reiz-, Regulations- und Umstimmungstherapie mithilfe von Injektionen helfen.

Selbstwirksamkeit in der Schmerztherapie: Eigenverantwortliche Ansätze

- **Autogenes Training:** Kann Schmerzen beeinflussen oder beseitigen, indem es auf die Gefühlsebene einwirkt (z.B. Reduzierung von Ängsten) oder den Sympathikotonus senkt.
- **Physikalische Therapien:** Besonders wirksam bei Schmerzen ist die Hydro-Thermotherapie, wie z.B. Bäder mit an- oder absteigender Temperatur, heiße oder kalte Wechselwaschungen, Güsse, mechanische Reize (Schöpf-Reibe-Bürstenbad), Sauna, Wickel und Packungen.
- **Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson:** Kann muskulär bedingte Schmerzen durch Abbau von Verspannungen lindern.
- **Bewegung (Yoga, Tai Chi, Qigong):** Gezielte, dosierte Bewegungsabläufe dienen als fördernde und funktionsregulierende Reize, um Schmerzen zu lindern und die Beweglichkeit zu verbessern.
- **Ernährungstherapie:** Eine gesunde Ernährung ist bei allen chronischen Erkrankungen eine wesentliche Grundlage, um der Krankheit mit den Selbstheilungskräften zu begegnen oder direkt zu beeinflussen.
- **Heilfasten:** Viele entzündliche oder degenerative Schmerzzustände können durch Fasten positiv beeinflusst werden.

Passiflora incarnata

Passionsblume

Aus dem Arzneimittelbild:

- Passiflora stabilisiert das Nervensystem, lindert innere Unruhe und fördert einen natürlichen Schlaf¹⁰
 - Schlafstörungen infolge von, nervlicher Erschöpfung, Nervosität, geistiger oder körperlicher Überanstrengung⁷
 - Trotz großer Erschöpfung besteht oft eine innere Unruhe, die das Einschlafen erschwert, insbesondere bei geschwächten Personen, Kindern und Senioren¹⁰
 - Krampfartige Zustände verschiedener Genese⁷ u.a. nächtlicher Husten¹⁰, krampfartige Muskelzuckungen oder Dysmenorrhoe⁷
 - Bei Alkohol- oder Opiatentzug⁷ insbesondere bei Morphinabusus¹⁰
 - Heftige Kopfschmerzen mit dem Gefühl, als würde sich der Schädel abheben, begleitet von einem nach außen gerichteten Augendruck¹⁰
-
- Die Gabe der Urtinktur ist meist mehrfach täglich erforderlich



7 Homöopathisches Repetitorium. J.Fink.2021

10 Boericke W. Handbuch der homöopathischen Materica medica. 2. erweiterte Auflage. Heidelberg: Haug Verlag; 1996

Vielen Dank für Ihr Interesse und Ihre Aufmerksamkeit!



DHU-Fachkreisportal für Heilpraktiker: www.dhu-fachkreise.de

Medizinisch-wissenschaftliche Beratungshotline DHU:

Telefon: 0800 1012289-02; E-Mail: med.wiss.service@dhu.de

Mit freundlicher
Unterstützung von



Gesundheit erfahren.