

## Grippaler Infekt - Homöopathische Behandlung

Eine der häufigsten Erkrankungen bei uns ist der grippale Infekt. Er tritt gehäuft in der kalten Jahreszeit auf, kann uns aber auch im Sommer erwischen ("Sommergrippe"). Ein grippaler Infekt ist keine echte Grippe, sondern eine akute Krankheit, die mit unterschiedlichen Symptomen einhergehen kann, wie Erkältungssymptome (Husten, Schnupfen, Halsschmerzen), aber auch nur mit Kopfschmerzen und Abgeschlagenheit. In schwereren Fällen können auch Fieber und Gliederschmerzen auftreten.

Gehen Sie bitte zum Arzt, wenn

- das Fieber länger als 3 Tage, bei kleinen Kindern länger als einen Tag anhält.
- starke Schmerzen bestehen.
- Muskelkrämpfe, Bewusstseinstörung oder Ohnmacht auftreten.
- die gesamte Krankheit länger als eine Woche dauert oder nach wenigen Tagen oder Wochen wieder erscheint.
- die Krankheit sehr rasch beginnt und schnell einen schweren Verlauf annimmt.

Je nach dem welche Beschwerden bei Ihrer Grippe im Vordergrund stehen und wie stark diese ausgeprägt sind, sind ganz unterschiedliche homöopathische Mittel angezeigt.

### Die wichtigsten Mittel zur homöopathischen Selbstbehandlung:

Aconitum			
Symptome	Bei Fieber	Besser	schlechter
<ul style="list-style-type: none"> <li>• durch heftige Unterkühlung (eiskalter Wind, eiskaltes Wasser, eisiger, trockener Wind, Frostkälte im Winter)</li> <li>• Beginn ist plötzlich und heftig</li> <li>• sofortige Einnahme bei Beginn eines Infekts</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plötzlich hohes Fieber</li> <li>• rotes Gesicht</li> <li>• trockene, heiße Haut ohne Schweiß</li> <li>• Unruhe + Ängstlichkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ruhe</li> <li>• frische Luft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegung</li> <li>• Berührung (will nicht angefasst werden)</li> <li>• nachts</li> </ul>
Arsenicum album			
Symptome	Bei Fieber	Besser	schlechter
<ul style="list-style-type: none"> <li>• erkältet sich ständig</li> <li>• Niesen bei jedem Wetterwechsel</li> <li>• große Schwäche und Kraftlosigkeit mit innerer Unruhe</li> <li>• Infekt mit Magen-Darm-Grippe</li> <li>• großer Durst auf warmes Wasser, trinkt aber nur schluckweise</li> <li>• Rekonvaleszenz: friert, ängstlich, ruhelos, erschöpft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• äußerlich kalt, innen brennend heiß</li> <li>• Übelkeit</li> <li>• innere Hitze/Brennen, will trotzdem Wärmflasche haben</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wärme, Hitze</li> <li>• warme Anwendungen o. Getränke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• feuchtkaltes Wetter</li> <li>• nach Mitternacht</li> </ul>

<b>Belladonna</b>			
<b>Symptome</b>	<b>Bei Fieber</b>	<b>Besser</b>	<b>schlechter</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• durch Kaltwerden oder Nasswerden des Kopfes (Haarschneiden)</li> <li>• plötzliches Einsetzen</li> <li>• trockene Schleimhäute</li> <li>• heftige Kopfschmerzen</li> <li>• empfindlich gegen Licht, Lärm, Berührung</li> <li>• Verlangen nach Zitronen o. Limonade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• plötzlich sehr hohes Fieber</li> <li>• heißer, roter Kopf, kalte Hände und Füße</li> <li>• Hitze, Brennen, dampfend</li> <li>• Fieberphantasien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ruhe</li> <li>• im dunklen liegen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Licht, Lärm, Berührung</li> <li>• Erschütterung</li> </ul>
<b>Bryonia</b>			
<b>Symptome</b>	<b>Bei Fieber</b>	<b>Besser</b>	<b>schlechter</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sympt entwickeln sich langsam</li> <li>• bei Wetterwechsel, v.a. von kalt nach warm)</li> <li>• durch trockenen, kalten Wind</li> <li>• Erkältung beginnt in der Nase mit Schmerz v. Kopf, Nase, Augen, wandert dann nach unten (Kehlkopf, Bronchien)</li> <li>• vermeidet Bewegung</li> <li>• sehr reizbar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• großer Durst auf große Mengen kalten Wassers</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Druck (Kopfschmerzen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• geringste Bewegung</li> </ul>
<b>Causticum</b>			
<b>Symptome</b>	<b>Bei Fieber</b>	<b>Besser</b>	<b>schlechter</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• große Empfindlichkeit gegen Zugluft und Kälte</li> <li>• Zerschlagenheitsgefühl im ganzen Körper</li> <li>• vor allem bei Husten und Atemwegsproblemen</li> <li>• "Rachengrippe" mit Heiserkeit, tiefe Stimme. Schleimhäute trocken,</li> <li>• brennend, wie wund und roh im Kehlkopf und in der Luftröhre</li> <li>• Alle Schleimhäute angegriffen, wenig Sekret.</li> <li>• kann Schleim beim Husten nicht auswerfen, muss ihn herunterschlucken</li> <li>• Husten abends</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• trinken von kaltem Wasser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>

<b>Dulcamara</b>			
<b>Symptome</b>	<b>Bei Fieber</b>	<b>Besser</b>	<b>schlechter</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Folgen von Wetterwechsel von warm zu kalt, heiße Tage, kalte Nächte (<b>Spätsommer, Herbst</b>)</li> <li>• Folge von Durchnässung, Unterkühlung nach vorherigem Schwitzen</li> <li>• vermehrte Absonderungen der Schleimhäute</li> <li>• Röte und Wundheit der Augen, Niesen, wässriger Schnupfen, Duchfall</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frösteln und Kälte, selbst im warmen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wärme</li> <li>• Bewegung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ruhe</li> <li>• Still liegen bei Kopfschmerz</li> <li>• Kälte, Durchnässung</li> </ul>
<b>Eupatorium perfolatum</b>			
<b>Symptome</b>	<b>Bei Fieber</b>	<b>Besser</b>	<b>schlechter</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• "<b>Gliederschmerzgrippe</b>"</li> <li>• große Zerschlagenheit und Schmerzen am ganzen Körper</li> <li>• Knochenschmerzen (Rücken, Kopf, Brust, Glieder, Handgelenke)</li> <li>• Heiserkeit und Husten, mit Schmerzen von Kehlkopf, Brust, Kopf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Übelkeit beim Anblick und Geruch von Speisen</li> <li>• Gliederschmerzen</li> <li>• starker Durst während des Froststadiums</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schwitzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegung, kann aber nicht stillhalten</li> </ul>
<b>Ferrum phosphoricum</b>			
<b>Symptome</b>	<b>Bei Fieber</b>	<b>Besser</b>	<b>schlechter</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>hohes Fieber oft mit Entkräftung und Entzündung, ohne weitere Symptome</b></li> <li>• Reizhusten, Fließschnupfen</li> <li>• evtl Nasenbluten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• hoch ansteigend</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>

<b>Gelsemium</b>			
<b>Symptome</b>	<b>Bei Fieber</b>	<b>Besser</b>	<b>schlechter</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• "Kopfgrippe" mit Kopfschmerzen</li> <li>• KS beginnen im Nacken, steigen der Kopf hoch</li> <li>• Krankheit entwickelt sich langsam, schleichend</li> <li>• oft bei mildem, feuchtem Wetter, "Frühjahrs-, Sommergrippe"</li> <li>• tiefe Müdigkeit und Schwere des Körpers, schwere Augenlider</li> <li>• Patient will seine Ruhe haben</li> <li>• zittern, Durstlosigkeit, Frösteln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schüttelfrost, zittert am ganzen Körper</li> <li>• Fieber ohne Durst</li> <li>• Schwindel</li> <li>• hohes Fieber mit Schwere und Müdigkeit</li> <li>• Frostschauder laufen den Rücken hoch und herunter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwitzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sonnenhitze</li> </ul>
<b>Hepar sulfuris</b>			
<b>Symptome</b>	<b>Bei Fieber</b>	<b>Besser</b>	<b>schlechter</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erkältung durch Entblößen des Kopfes</li> <li>• will sich warm einhüllen</li> <li>• Husten, sobald er das Bett verlässt</li> <li>• trockener, bellender Husten mit Heiserkeit</li> <li>• stechende Halsschmerzen, wie Splitter, besser durch heiße Getränke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frösteln, sobald er nur die Hand aus dem Bett streckt</li> <li>• verträgt keinerlei Entblößung</li> <li>• brennende Hitze mit großem Durst</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wärme</li> <li>• heiße Getränke</li> <li>• Einhüllen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kälte</li> <li>• geringster Luftzug</li> </ul>
<b>Nux vomica</b>			
<b>Symptome</b>	<b>Bei Fieber</b>	<b>Besser</b>	<b>schlechter</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• sehr gereizt, ungeduldig und hypochondrisch</li> <li>• überempfindlich</li> <li>• erkältet beim geringsten Luftzug, durch kaltwerden der Füße, sitzen auf kalten Steinen, durch trockenekaltes Wetter</li> <li>• tagsüber Fleißschnupfen, verstopfte Nase nachts und im freien</li> <li>• besser durch Wärme, aber Schnupfen in Zimmerwärme schlechter</li> <li>• friert heftig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frösteln, wird auch am Ofen nicht warm</li> <li>• extremer Schüttelfrost bei glühender Gesichtshitze</li> <li>• Frostschaudern beim Bewegen oder durch Abdecken oder Luftbewegung unter der Decke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wärme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zugluft</li> <li>• abdecken</li> </ul>

Phytolacca			
Symptome	Bei Fieber	Besser	schlechter
<ul style="list-style-type: none"> <li>• "Halsgrippe"</li> <li>• Beginnt mit Halsschmerzen, die beim Schlucken ins Ohr ausstrahlen</li> <li>• Trockener Husten, Räuspern, starke Gliederschmerzen, danach Schnupfen, Kopfschmerzen</li> <li>• Weiß belegte Zunge mit roter, brennender Spitze</li> <li>• Schlimmer bei feucht-kaltem Wetter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Heißer Kopf und kalter Körper</li> <li>• Kann nicht im Bett liegen, aber Bewegung erleichtert nicht.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kalte Getränke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• heiße Getränke</li> <li>• Bewegung (Aufstehen)</li> </ul>
Pulsatilla			
Symptome	Bei Fieber	Besser	schlechter
<ul style="list-style-type: none"> <li>• weinerlich</li> <li>• wechselnde Beschwerden</li> <li>• durstlos</li> <li>• verstopfte Nase, besser im freien und bei Bewegung</li> <li>• dicker, gelber Nasenschleim</li> <li>• oft Ohrenschmerzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kein Durst</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• im freien</li> <li>• kühle Luft</li> <li>• kalte Getränke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• warme Luft, im Zimmer</li> </ul>
Rhus toxicodendron			
Symptome	Bei Fieber	Besser	schlechter
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auslöser ist meist <b>Durchnässung</b> oder Auskühlung</li> <li>• Ruhelos, kann nicht stillsitzen, <b>muss sich immer bewegen</b></li> <li>• starke Gliederschmerzen, schlechter zu Beginn der Bewegung, besser bei fortgesetzte Bewegung</li> <li>• Fieberbläschen, geschwollene Lymphdrüsen</li> <li>• Rötung von Nasenspitze, Zungenspitze</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mäßiges bis hohes Fieber durch Verkühlung</li> <li>• Frostschauer durch Zugluft</li> <li>• findet in keiner Lage Ruhe</li> <li>• Rascher Wechsel von glühender Hitze und Kälteschauern</li> <li>• leichtes Delirium mit leisem vor-sich-hin-murmeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegung</li> <li>• Wärme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kälte</li> </ul>

## **Vorbeugung**

### **Camphora**

- Vorbeugend jeden Morgen einen Tropfen Kampfer Urtinktur auf ein Stück Zucker. Oder in Wasser auflösen, immer wieder verkleppern, schluckweise trinken. An Camphora D30 öfter Riechen lassen für Kinder.
- ganz am Anfang des Infekts beim ersten Frösteln und Unwohlsein
- Die Patienten frieren, große Kälte der Körperoberfläche, werden nicht warm

### **Influenzinum**

- Vorbeugend, wenn Grippe in der Familie, 1x tgl C30.
- Zum Erholen nach einem grippalen Infekt

### **Oscillococcinum**

oder "Anas barbariae"

- wird aus Herz und Leber der Ente hergestellt
- hat sich in etlichen randomisierten Studien als hervorragendes Medikament gegen grippale Infekte und Influenza hervorgetan
- hilfreich bei jeder beginnenden Grippe oder beginnendem grippalem Infekt

## Quellen:

Michael Leisten: Homöopathie Hausapothekenbuch

Dr. med Roger Morrison: Handbuch der Pathologie zur homöopathischen Differentialdiagnose

Aleksandar Stefanovic: Didaktische Materia medica

Erika Scheiwiller-Muralt: Homöopathie bei akuten Erkrankungen und Notfällen

Sandra Perko: Therapieleitfaden Homöopathie

Dr. Wolfgang Mettler: Homöopathische Hausapotheke

Othon-André Julian: Materia medica der Nosoden