

## Merkblatt zur homöopathischen Therapie

Liebe Frau Mustermann,

Sie haben heute von mir ein Rezept für ein homöopathisches Medikament erhalten.  
Für die erfolgreiche homöopathische Therapie ist die Beachtung von ein paar Regeln wichtig.

**Bitte lesen Sie vor der Einnahme das Merkblatt aufmerksam durch!**

### EINNAHMEFORMEN

- Lassen Sie ..... Globuli (Kügelchen) ..... unter Ihrer Zunge zergehen.
- Bitte lösen Sie aus Ihrem Arzneifläschchen ..... Tropfen in ca. 50 ml Wasser (Einwegplastikbecher) auf und nehmen aus diesem Becher..... Teelöffel / Schluck ein.  
**Ganz wichtig: Vor jeder weiteren Einnahme muss das Arzneifläschchen 5-7 mal „geklopft“ werden.**
- Weitere Verdünnungen: Verdünnen Sie einen Teelöffel der Lösung erneut in 50 ml Wasser = 2. Verdünnung. Wenn Sie von dieser zweiten Verdünnung wieder einen Teelöffel abnehmen und diesen mit Wasser auffüllen erhalten Sie die 3. Verdünnung, usw..

Halten Sie bei der Einnahme bitte ca. 15 Minuten Abstand zum Essen oder Zähneputzen ein.

Benutzen Sie grundsätzlich Einwegbecher, um die unkontrollierte Weitergabe von Arzneimittelresten zu vermeiden.

### REAKTIONEN:

Nach der Einnahme des homöopathischen Arzneimittels beginnt Ihr Organismus mit der Reizverarbeitung. Das kann leise und unmerklich oder auch mit spürbaren Reaktionen geschehen.

#### Die wichtigste Regel in dieser Phase lautet:

Eventuell auftretende Reaktionen lassen Sie bitte, wenn irgend möglich, ungestört ablaufen!

Die Unterdrückung etwaiger Erscheinungen, auch mittels pflanzlicher oder homöopathischer Mittel, kann den Behandlungserfolg schmälern oder sogar zunichte machen.

Reaktionen können innerhalb von Stunden, aber auch nach mehreren Tagen auftreten,

- als sogenannte „**Erstverschlimmerung**“, das bedeutet eine kurzzeitige Zunahme der bereits bestehenden Beschwerden (meist ein sehr gutes Zeichen), oder als
- **Ausscheidungsreaktion**, z. B. als Durchfall, Hautausschlag, Schnupfen, grippaler Infekt etc.

### IHRE MITARBEIT:

Während der gesamten Wirkdauer des Arzneimittels können alte, vielleicht sogar vergessene Beschwerden wieder auftreten. Auch diese sollten möglichst **unbehandelt** bleiben, bis sie von selbst wieder vergehen.

Frauen sollten mit dem Beginn der Einnahme eines neu verschriebenen homöopathischen Mittels noch warten, wenn sich in Kürze (etwa eine Woche) ihre Periode ankündigt.

Informieren Sie mich bitte über zusätzliche Therapien (auch Naturheilverfahren), Röntgenuntersuchungen, zahnärztliche Behandlungen sowie jede Medikamenteneinnahme.

Natürlich kann es aber auch vorkommen, dass die erste Mitteldose nicht gleich „sitzt“.

In der Homöopathie ist es in etwa beim Golf spielen. Natürlich ist das Ziel möglichst mit einem Schlag „Einzulochen“. Mitunter ist die Schwierigkeit auf dem Weg dorthin größer, als zunächst angenommen.

Sie und ich haben das Ziel, so schnell wie möglich zu einem gut wirkenden Medikament zu finden. Homöopathische Medikamente wirken nicht direkt gegen Krankheiten, sondern aktivieren die in Ihnen angelegten Selbstheilungskräfte. In diesem sehr viel größeren viel größeren Komplexitätsrahmen bringt eine gewisse Wahrscheinlichkeit mit sich, das homöopathische Arzneimittel immer anpassen zu müssen.

**Bitte nehmen rufen Sie mich an:**

- wenn sich Ihre Beschwerden verstärken
- wenn sich Ihre Beschwerden nach anfänglicher Besserung wieder verstärken
- wenn sich Ihr Symptombild verändert oder Sie sich zunehmend unwohl fühlen
- bei „Zwischenfällen“ (z.B. größeren Verletzungen, akuten Erkrankungen wie Schnupfen, Grippe etc.)
- wenn alte, vor Monaten oder Jahren bestandene Beschwerden wieder auftreten
- wenn völlig neue noch nie da gewesene Beschwerden oder Symptome auftreten
- wenn eine eindeutige und frappierende Besserung schon nach der oder den ersten Gaben einsetzt
- wenn Sie nach anfänglicher Besserung das Gefühl haben, dass es nicht mehr voran geht,
- wenn sich Ihr Beschwerdebild auch nach einiger Zeit der Einnahme (1-2 Wochen) überhaupt nicht verändert.

**BITTE MEIDEN SIE SIE WÄHREND DER THERAPIE BITTE**

- Leider lassen sich viele homöopathische Mittel in ihrer Wirksamkeit stören, wenn Sie mit bestimmten Substanzen über das Essen, Trinken, äußerliche Anwendungen und die Atemluft in Kontakt kommen.

**Bitte meiden Sie** deshalb während der homöopathischen Therapie:

**Produkte mit ätherischen Ölen (Pfefferminz, Menthol, Kampfer etc.) und Kräutern** z.B. Tees, Bonbons, Salben, Badezusätze, Husteneinreibungen, Inhalationen, starke Duftstoffe und Räuchermittel. Bitte bedenken Sie, dass auch in den meisten Zahncremes ätherische Öle enthalten sind und ersetzen Sie Ihre Zahncreme durch ein mentholfreies Produkt (z.B. Elmex mentholfrei homöopathieverträglich).

- Kaffee, auch koffeinfreien, starken schwarzen Tee, Cola, Red Bull etc.
- Zusätzlich meiden Sie bitte .....

**Schützen Sie die homöopathischen Arzneimittel** deshalb vor:

- direkter Sonneneinstrahlung und Hitze
- Handys und Funkgeräten, elektrischen Geräten wie z.B. Radio Fernseher, Monitor, Computer, Boxen, Mikrowelle
- Röntgenstrahlen wie z.B. im Flugzeug, Gepäckdurchleuchtung (benutzen Sie im Flugzeug bitte ein röntgenstrahlenundurchlässiges Behältnis)

**ZULETZT NOCH EINE BITTE IN EIGENER SACHE**

Es liegt in der Natur der Dinge, dass Patienten, deren Beschwerden verschwunden sind, mich nicht mehr aufsuchen.

Über eine kurze Nachricht "Mir geht es gut" würde ich mich in diesen Fällen sehr freuen!!!

Günstiger für Sie ist, die Behandlung in Absprache mit mir zu beenden, da nicht jede Besserung der Beschwerden eine insgesamt größere Gesundheit oder nachhaltigere eine Stabilisierung bedeutet.

Sollten Sie weitere Fragen habe, rufen Sie mich gerne an.

Bitte informieren Sie sich über die Therapiekosten und Terminabsagefristen in den AGB.

Eine gute Besserung wünscht Ihnen von Herzen

Ihr Matthias Kostka

