

Ganzheitlich behandeln

Homöopathie ist Informationsmedizin

von Petra Weiß

Der Trend zur homöopathischen Selbstmedikation bei sogenannten Bagatellbeschwerden, wie Schnupfen und kleinen Prellungen, setzt sich in Deutschland immer weiter durch. Es hat sich herumgesprochen, dass die süßen Kügelchen oder Tropfen schnell und effektiv helfen können.

Die homöopathische Behandlung gibt nicht nur bei akuten Krankheiten, also den oben erwähnten Bagatellbeschwerden, wertvolle Impulse, sondern unterstützt auch den Heilungsprozess chronischer Erkrankungen.

Akut und chronisch. Menschen mit chronischen Erkrankungen können von der homöopathischen Behandlung ebenfalls wertvolle Impulse erhalten. Von Selbstversuchen ist hier im Allgemeinen abzuraten. Die Behandlung von ernsthaften Erkrankungen gehört in die Hände von professionellen Therapeut*innen, die mit Fachkenntnis, Feingefühl und Intuition das richtige Mittel finden.

Symptombezogen oder konstitutionell. Die *symptombezogene* Homöopathie zur Selbstbehandlung mittels Tiefpotenzen und Komplexmitteln, wie sie in Patientenratgebern und Broschüren der Hersteller vermittelt wird, unterscheidet sich ganz wesentlich von der *konstitutionellen* Behandlung. Deren Ziel ist es, das Mittel zu finden, das dem *Wesen des Patienten oder der Patientin* entspricht. Das ist oft Detektivarbeit, immerhin gibt es buchstäblich Tausende von homöopathischen Einzelmitteln. Eine enge Abstimmung zwischen dem Therapeuten und dem Behandelten ist notwendig. Außerdem braucht es Geduld und Vertrauen. Das ist ein Weg, der sich sehr lohnen kann. Mit einer konstitutionellen Therapie spürt man Dysbalancen auf, die den ganzen Menschen betreffen, und kann daher tiefgreifende und nachhaltige Lösungen bewirken.



Wie alles begann...

Der deutsche Arzt Samuel Hahnemann (1755–1843) begründete Anfang des 19. Jahrhunderts eine neue Arzneitherapie, die er Homöopathie (homoios = ähnlich und pathos=Leiden) nannte. Hahnemann war als Arzt niedergelassen, beschäftigte sich aber hauptsächlich mit chemischen Studien. Er veröffentlichte pharmazeutische Fachliteratur und übersetzte medizinische Fachbücher.

Während er einen Text über die heilende Wirkung von Chinarinde bearbeitete, entdeckte Hahnemann zufällig einen Grundsatz der Homöopathie: Ähnliches wird mit Ähnlichem geheilt – Similia similibus curentur. In dem Text war beschrieben, dass Chinarinde Malaria kurieren sollte. Das bezweifelte Hahnemann und unternahm einen Selbstversuch. Dabei stellte er fest, dass die Arznei bei ihm genau jene Beschwerden hervorrief, die er von einer früheren Malaria-Erkrankung kannte. Akribisch dokumentierte er alle Symptome und Befindlichkeiten. Das war die erste homöopathische Arzneimittelprüfung.

Schon bei Hippokrates (460–370 v. Chr.) finden wir konkrete Hinweise zu der Idee, dass Ähnliches mit Ähnlichem geheilt werden kann. Aber erst durch Hahnemanns unermüdlichen Forschergeist sind zahllose Arzneimittelprüfungen dokumentiert worden.

Wenn ein gesunder Mensch eine Arznei einnimmt, dann entwickelt er genau die Symptome, die dieses Mittel bei einem Kranken zu heilen imstande ist. Also gibt man Gesunden ein bestimmtes Medikament und beobachtet, welche Reaktionen es auslöst. Die Ergebnisse einer solchen Prüfung werden systematisch und detailgetreu notiert. Körperliche Symptome, Befindlichkeitsstörungen und seelische Veränderungen werden in ihrem Verlauf genauestens beobachtet. Auch wird dokumentiert, wodurch die Symptome gebessert werden oder wodurch sie sich verschlimmern. Sogar Erscheinungen, die anscheinend ohne Zusammenhang gleichzeitig auftreten, werden erfasst. Durch eine solche Arzneimittelprüfung entsteht ein homöopathisches Arzneimittelbild.

Potenziert und nix mehr drin?

Die Galenik (Herstellungsweise) der homöopathischen Heilmittel hat Hahnemann exakt beschrieben. Vereinfacht gesagt, werden die Ursubstanzen verdünnt und mit Milchzucker verrieben oder mit Alkohol verschüttelt. Durch diese rhythmischen Prozesse werden die Mittel *potenziert*. So entstehen Globuli (Kügelchen) oder Dilutionen (flüssige Arzneien).

Ein Beispiel soll das verdeutlichen: Zur Herstellung eines Homöopathikums aus der Tollkirsche nimmt man einen Teil Tollkirsche und verreibt ihn mit zehn Teilen Milchzucker. So entsteht Belladonna D1. Davon ein Teil mit weiteren zehn Teilen Milchzucker verrieben, führt zu Belladonna D2 und so weiter. Denselben Herstellungsprozess kann man in den Verdünnungsstufen 1:100 durchführen und erhält die Potenzen C1, C2 etc.

In seinen späten Jahren ging Hahnemann vermehrt zur Verwendung noch höherer Potenzen über. Hierfür wird im Verhältnis 1:50000 verdünnt. Es gibt Q- und LM-Potenzen, die sich in der Herstellungsweise und Verabreichung unterscheiden.

Die Homöopathie steht immer wieder im Kreuzfeuer der Kritik, weil die Arzneien teilweise so stark verdünnt sind, dass keine Ursubstanz mehr nachweisbar ist. Jenseits der Potenz D23 (Lochschildt'sche Zahl) kann der Chemiker keine Spur des ursprünglichen Wirkstoffs mehr finden. Die Wirkung der Arznei muss durch andere Art vermittelt werden als durch eine stoffliche.

Die hohe Kunst der Mittelfindung

Es ist nicht meine Absicht, eine Anweisung zum Gebrauch von Homöopathika für medizinische Laien oder gar für Therapeut*innen zu erstellen. Vielmehr will ich ein Grundverständnis für die Komplexität der Methode schaffen.

Ausführliche Befragung. Jeder homöopathischen Verordnung geht eine ausführliche Befragung voraus. Die bei der Arzneimittelpfung beschriebenen Modalitäten werden systematisch erfasst. Wichtig sind außerdem die Gemütsverfassung und die Auswirkung, welche die Erkrankung hat. Die Symptome haben unterschiedliche Wertigkeiten, außergewöhnliche Erscheinungen werden höher gewichtet.

Potenz. Welche Potenz in welchem Fall eingesetzt wird und wie oft, das ist eine Wissenschaft für sich. Hier weichen die verschiedenen Homöopathie-Schulen stark voneinander ab. Generell muss der Verlauf der Symptomentwicklung genau beobachtet werden. Bestehende Beschwerden können sich kurzfristig verschlechtern, alte Symptome können erneut aufflackern. Das ist keineswegs als Versagen der Methode zu verstehen. Je nach der Reihenfolge der Phänomene, die unter der Mittelgabe auftreten, erkennt der Homöopath, ob er mit diesem Mittel oder einem anderen weiterarbeitet, ob die Potenz gewechselt werden sollte oder ob ein Pausieren sinnvoll ist.

Hering'sche Regel. Nach der „Hering'schen Regel“ verläuft der Heilungsprozess im Körper von oben nach unten, von innen nach außen und von den aktuellen zu den früheren Beschwerden. Man kann die Wirkung eines Mittels mit bestimmten anderen Mitteln unterstützen oder aufheben. Es gibt Homöopathika, die sich gegenseitig gut ergänzen, und solche, die keinesfalls direkt nacheinander genommen werden dürfen.

Herkunft der Arzneien. Die Arzneien werden in Mineralien/Metalle, pflanzliche, tierische und Organpräparate unterteilt. Außerdem gibt es die Nosoden, die aus Geweben und Absonderungen hergestellt werden, die von unterschiedlichen Mikroben befallen sind. Hierzu zählen auch die Mittel für die sogenannten Miasmen: In der Homöopathie geht man davon aus, dass jeder eine Vorbelastung mitbringt, eine Anfälligkeit für bestimmte Erkrankungen und eine typische Ausprägung der Symptome.

All das und vieles mehr muss man wissen, um ein geeignetes Konstitutionsmittel zu finden. Und man muss es berücksichtigen, um den Verlauf zu beurteilen und das weitere Vorgehen festzulegen.

Grenzen der Selbstbehandlung

Der medizinische Laie weiß von diesen Zusammenhängen normalerweise nicht viel. Er probiert ein Mittel aus, über das er irgendwo gelesen oder von einer Bekannten gehört hat. Das wirkt dann oder auch nicht. Wenn es wirkt, wird es oft zu lange eingenommen, „weil es so gut geholfen hat“. Dann gehen die Beschwerden von vorne los.

Wenn Sie ein Mittel zu lange nehmen, entwickeln Sie mitunter genau die Symptome, die eigentlich mit dem Mittel behandelt werden können. Das gilt auch für Tiefpotenzen, deren Einnahme oft in Patientenratgebern als unbedenklich dargestellt wird. Ich habe schon mehrere Patient*innen von langwierigen Beschwerden „geheilt“, indem ich ihnen empfohlen habe, ein Schüssler-Salz wegzulassen, das sie seit geraumer Zeit in Eigenregie genommen hatten. Diese Mittel sind ernst zu nehmende Arzneien. Wer sie einsetzt, sollte wissen, was er tut. Oder sich spätestens bei unklaren Beschwerden Rat vom Fachmann oder von der Fachfrau holen.

Es gibt Tausende von Einzelmitteln. Das passende zu finden, erfordert Know-how, Fingerspitzengefühl und Einfühlungsvermögen. Selbst dann ist die Mittelfindung in der Regel ein Prozess, der Geduld verlangt. Manchmal durchläuft der Patient oder die Patientin eine unfreiwillige Arzneimittelprüfung. Dann treten vollkommen neue Symptome zutage. Diese unerwünschte Reaktion kann durch bestimmte Gegenmittel aufgelöst werden (antidotiert). Welches Antidot bei welchem Mittel wirkt und in welcher Potenz es genommen werden muss, auch dafür gibt es Regeln.

Selten sind Patient*innen über den verantwortungsvollen Umgang mit homöopathischen Heilmitteln hinreichend aufgeklärt:

Worauf muss man bei der Auswahl der Arznei achten? Welche Potenz soll man wählen? Warum wirkt das gleiche Mittel nicht bei allen? Wie lange nimmt man das Medikament? Woran erkennt man eine Erstverschlimmerung oder Heilreaktion? Wie unterscheidet man sie von einer „normalen“ Verschlechterung des Zustands? Kann man die Therapie durch andere Maßnahmen unterstützen oder gefährdet das die Wirkung der Homöopathika?

Wirksamkeit belegt, Methode umstritten

Die Homöopathie wird seit über 200 Jahren angewendet. 7000 Ärzt*innen in Deutschland arbeiten homöopathisch. Die Fortbildung ist teuer, langwierig und aufwendig. Die Richtlinien für die Zertifizierung nach SHZ (Stiftung Homöopathie-Zertifikat) für Ärzt*innen und Heilpraktiker*innen sind streng und sichern wie in kaum einem anderen Bereich der Komplementärmedizin die Qualität der Ausbildung. Dennoch wird in den Medien mit beeindruckender Hartnäckigkeit fernab der Fakten immer wieder behauptet, die Wirkung der Homöopathie sei nichts weiter als ein Placebo-Effekt. Und die Homöopath*innen bemühen sich angestrengt um die wissenschaftliche Anerkennung ihres Tuns.

Wirksamkeit. Es gibt zahlreiche Studien, die die Wirksamkeit von homöopathischen Mitteln für bestimmte Indikationen klar belegen. Die Wirkung selbst steht völlig außer Frage. Von der vernichtenden Kritik an der Homöopathie nach der Metastudie von Shang und Mitarbeitern aus dem Jahr 2005 hat sich die Redaktion des anerkannten Wissenschaftsmagazins „The Lancet“ längst distanziert. Auch die Stiftung Warentest will mit der Homöopathie-Verriss von 2005 („Die andere Medizin“) nichts mehr zu tun haben. Nach einem richterlichen Beschluss (die Deutsche Homöopathie-Union hatte geklagt) wurde der Vertrieb des entsprechenden Buches eingestellt.

Wirkweise. Einzig die Wirkweise ist mit den bescheidenen Messverfahren der alten Naturwissenschaften, die wir in der Schule gelernt haben, nicht nachvollziehbar. Erkenntnisse aus der Quantenphysik könnten Hinweise auf die Wirkzusammenhänge in der Homöopathie geben. Möglicherweise handelt es sich um die Auswirkungen „verschränkter Quanten“. Der Weltraumforscher Bernd-Helmut Kröplin (Lesen Sie hier mein [Interview mit Prof. Kröplin](#).) zeigt mit eindrucksvollen Fotos, wie sich die Struktur von Wasser auf signifikante Art und Weise ändert, wenn es mit homöopathischen Mitteln in Berührung kommt. Ich persönlich gehe davon aus, dass nicht die Substanz selbst, sondern die Information aus der Substanz ihre heilsame Wirkung im Patienten entfaltet. Homöopathie ist Informationsmedizin.

Das Organon. Aus Sicht der konstitutionellen Homöopathie ist die Sinnhaftigkeit randomisierter Doppelblindstudien natürlich fraglich. Es geht ja um die ausgesprochen individuelle Therapie, die eben nicht alle über einen Kamm scheren will. Die einzig sinnvolle Standardisierung liegt in der Vorgehensweise. Daher hängen die klassischen Homöopath*innen so an ihrer „heiligen Schrift“, dem Organon. In dem Buch grenzt sich Hahnemann in aller Deutlichkeit gegenüber den damals üblichen Heilweisen ab und urteilt hart über seine Standeskollegen. Die Absolutheit, mit der er seine Methode vertritt, lässt keinen Raum für anderes. Mit derselben Rigorosität wird die Homöopathie bis heute von ihren Gegnern abgelehnt. Mir scheint, dass da Ähnliches von Ähnlichem hervorgerufen wird.

Natürlich muss ein*e Homöopath*in – wie jeder andere verantwortungsbewusste Therapeut – seine oder ihre persönlichen Grenzen und die Grenzen seiner Behandlungsmethode kennen. Das bedeutet auch, dass er andere Therapien einbezieht, wenn das nötig ist. Die moderne Homöopathie sollte weder verteufelt noch glorifiziert werden, sondern in integrativer Weise in ganzheitlich orientierte Behandlungskonzepte einfließen dürfen. (Lesen Sie hier mein [Interview mit Dr. Jens Wurster](#).)

Zur Person



Petra Weiß ist Heilpraktikerin und Traumatherapeutin. Sie ist seit 2006 in eigener Praxis für Ganzheitsmedizin und Psychotherapie (HeilprG) niedergelassen. Parallel arbeitet sie als Fachjournalistin für das Ressort Medizin & Gesundheit. Sie hat zahlreiche [Berichte](#), [Interviews](#), [Kommentare](#) und [Rezensionen](#) sowie [Blogbeiträge](#) und Online-Content veröffentlicht. An mehreren [Buchprojekten](#) hat sie als Fachlektorin und Co-Autorin mitgewirkt. In freier Mitarbeit unterstützt sie verschiedene Non-Profit-Organisationen bei ihrer [Öffentlichkeitsarbeit](#).

Kontakt

Petra Weiß • Peterstraße 9 • 69469 Weinheim

Kreativbüro Schreibkunst • www.schreibkunst.online • text@schreibkunst.online • 06201 4883094

Praxis Lichtblick • www.praxis-lichtblick.eu • gesund@praxis-lichtblick.eu • 06201 4883093