



# Luzerner Homöopathie Zeitung

Lesen Sie,

- **Scharlach** Seite 3-4
- **Varizellen / Windpocken** Seite 5-6
- **Für Sie gelesen** Seite 7
- **Spannende Vorträge** Seite 8-9

**Liebe Homöopathie Begeisterte,**

zuerst möchte ich Ihnen einen guten Start in ein neues, tolles Jahr wünschen.  
Auf ein Jahr, in dem Sie Ihre Wünsche, Träume und Ziele erreichen und immer genügend Energie haben um Dinge zu tun, die Spass machen und Freude bringen.

**Investieren wir viel in das Innere, so brauchen wir wenig für das Äussere.**

Ein herzliches Dankeschön an alle Patienten für Ihr Vertrauen in die Homöopathie und in mich. Ich schätze es sehr, dank Ihnen diesen tollen Beruf ausüben zu können. Jeder Praxistag ist einmalig und spannend. Sie kennen zu lernen und Ihre Lebensgeschichte zu hören, zu verstehen und daraus das passende Mittel zu finden ist immer wieder eine wunderbare Aufgabe und erfüllt mich mit grosser Zufriedenheit.

In dieser Ausgabe erfahren Sie mehr zum Thema Scharlach und Windpocken. Auf Seite 3 gehts los. Auf Seite 5 finden Sie die Kursdaten vom Hausapotheke-Kurs fürs 2014. Sie können sich online oder telefonisch anmelden, es hat noch viele freie Plätze.

Ab Seite 8 finden Sie verschiedene spannende Kursangebote.

Ich wünsche Ihnen viel Spass beim Lesen

mit freundlichen Grüssen



Manuela Stimming

## Scharlach

### Erreger:

Die Erreger bei Scharlach sind Bakterien, so genannte Streptokokken. Es gibt über 100 verschiedene Typen. Von diesen verschiedenen Typen vermögen jedoch nur 3 Arten das „echte“ Scharlach auszulösen. Die Ansteckung ist hoch und erfolgt über Schmierinfektion. Es kann sein, dass sich ein sogenannter Ping-Pong Effekt einstellt, d.h. dass das Kind kurz hintereinander immer wieder erkrankt.

### Beschwerden:

Die Krankheit beginnt typischerweise plötzlich mit hohem Fieber, Schüttelfrost, Erbrechen und einer Rachenentzündung. Scharlach kann aber auch mal von Bauch- oder Kopfschmerzen begleitet sein. Der Rachen ist typischerweise tiefrot und die Gaumenmandeln sind geschwollen, manchmal kommt starker Mundgeruch dazu. Im Verlauf treten fleckige weissliche Beläge auf. Es kommt zu Schluckschmerzen und Schwellung der Lymphknoten. Die Zunge ist zunächst weiss belegt, später lösen sich die Beläge, und die Zunge erscheint glänzend rot mit hervorstehenden Geschmacksknospen (Erdbeerzunge).

Nach einem bis vier Tagen zeigt sich der charakteristische Ausschlag mit dicht beieinanderstehenden, stecknadelkopfgroßen, intensiv rotgefärbten leicht erhabenen Flecken. Bevorzugte Stellen sind die Achseln und die Leisten, es kann aber auch der ganze Körper befallen sein, allerdings bleibt das Mund-Kinn-Dreieck frei.

Etwa 14 Tage nach Beginn kommt es typischerweise zu einer Schuppung der Haut an den Finger- und Zehenkuppen oder auch an den gesamten Handflächen und Fußsohlen.

Der Verlauf dieser Krankheit kann sowohl schwer, also mit starken Schmerzen, hohem Fieber und deutlichen Ausschlägen, als auch leicht ausfallen. wobei lediglich leichte Halsschmerzen auftreten. Scharlach kann ohne Fieber, rote Zunge und Ausschlag auftreten, sodass es nicht immer als Scharlach erkannt wird. Immer ist jedoch eine Mandelentzündung oder Rachenentzündung vorhanden.

**Inkubationszeit:** (die Zeit von der Ansteckung bis zum Ausbruch der Krankheit)  
ca. 2-4 Tage

### Wie lange ist ein an Scharlach erkrankter Mensch ansteckend?

1 Tag vor Krankheitsausbruch und bis zu 6 Wochen nach den ersten Symptomen.

### Schutz nach durchgemachtem Scharlach:

Die Infektion hinterlässt eine Immunität gegen das gehabte Bakterium, da es jedoch 3 verschiedene gibt, ist es grundsätzlich möglich 3 mal am „echten“ Scharlach zu erkranken. Eine Streptokokken-Angina ohne Ausschlag ist jedoch viel häufiger anzutreffen und es gibt über 100 verschiedene Arten davon.

**Typische Merkmale bei Scharlach:**

Der schmetterlingsförmige Ausschlag im Gesicht, d.h. mit Aussparung des Mund- und Kinnbereichs. Der Ausschlag ist fleckig und neigt dazu, zusammenzufließen. Typisch ist auch die Erdbeersprache und natürlich Halsschmerzen.

**Medizinische Behandlung**

Vom Arzt wird ein Abstrich gemacht, wenn dieser positiv ausfällt, so wird Penicillin verabreicht. Bei Penicillin-Allergie kann auf ein anderes Antibiotikum ausgewichen werden. Eine Impfung existiert nicht.  
Bei Fieber werden fiebersenkende Mittel eingesetzt.  
Gegen Schluckschmerzen werden Lutschtabletten oder Schmerzmittel verabreicht.

**Homöopathische Behandlung**

In der homöopathischen Praxis ist zu beobachten, dass die Beschwerden, sofern nötig, mit dem richtigen Akutmittel rasch gelindert werden können. Allen Menschen, welche zu wiederholten Anginen neigen ist unbedingt eine Konstitutionstherapie zu empfehlen. Dank dieser kann die Neigung zu Rezidiven. (Rückfall von Streptokokken durch Wiederansteckung) deutlich verringert werden. Wichtig ist, dass der Ausschlag, wenn vorhanden, nicht behandelt wird. Die Haut kann mittels Basenbad und natürlichem Öl / Fett genährt werden. Fiebersenker sind zu meiden, da das Fieber hilft die Krankheit möglichst rasch und auf einfachstem Wege loszuwerden.

**Wann braucht es ein homöopathisches Mittel**

Wenn der Mensch unter Schmerzen leidet, der Allgemeinzustand beeinträchtigt ist oder wenn Gelenksbeschwerden hinzukommen, sollte ein passendes homöopathisches Mittel verabreicht werden.

**Wie können Sie Ihr Kind unterstützen:**

Bei Fieber ist Bettruhe am Besten.  
Bei Halsschmerzen mit Salbeitee / Basensalz oder Meersalz gurgeln.  
Bei hohem Fieber unterstützt Lindenblütentee die Schweißbildung, somit wird das Fieber erträglicher.  
Wenn Kälte lindert, kann ein Quarkwickel, auf den Hals gelegt, gut tun. Bei Wärme kann ein Kartoffel- oder warmer Zwiebelwickel hilfreich sein.

# Windpocken / Varizellen

## **Erreger:**

Erreger der Varizellen ist das Varizellen-Zoster-Virus, welches von Mensch zu Mensch hochansteckend ist. Die Ansteckung erfolgt als Tröpfcheninfektion.

98% der Menschen haben Windpocken bis zum 14. Lebensjahr durchgemacht.

## **Beschwerden:**

Meistens beginnen die Windpocken mit wenig Fieber und allgemeinem, leichten Krankheitsgefühl. Am zweiten Tag erscheinen dann die ersten Bläschen. Die Bläschen verbreiten sich in der Regel zuerst im Gesicht und später über den Rumpf, es können aber auch Bläschen in der Kopfhaut und in den Schleimhäuten entstehen. Diese Bläschen sind in verschiedenen Stadien anzutreffen, während die einen noch ganz klein sind und gerade zu wachsen beginnen, sind andere schon Linsengross und mit einer Flüssigkeit gefüllt und letztere sind bereits im eingetrockneten Zustand anzutreffen. Der Ausschlag kann mehr oder weniger ausgeprägt sein und auch mehr oder weniger jucken.

In der Regel dauert es drei bis fünf Tage bis die Bläschen abheilen.

Etwa 20 % der Menschen, die Windpocken durchgemacht haben, erkranken (mindestens einmal) an einer Gürtelrose. Da die Viren nach der Erkrankung an Windpocken im Körper verbleiben, können diese bei einem geschwächten Immunsystem, wieder aktiviert werden und dann eine Gürtelrose (Herpes Zoster) verursachen.

Patienten mit Gürtelrose können theoretisch Windpocken auf Menschen übertragen, welche bisher noch keinen Kontakt damit hatten. Die Gürtelrose kann jedoch nicht direkt übertragen werden.

**Inkubationszeit:** (Zeit von Ansteckung / Kontakt bis zum Ausbruch der Krankheit)

10 bis 21 Tage

## **Wie lange ist ein an Varizellen erkranktes Kind ansteckend?**

Einen Tag bevor der Ausschlag sich bildet und bis die Bläschen ausgetrocknet sind, sind die Varizellen hochansteckend.

## **Schutz nach durchgemachten Varizellen:**

Das Durchmachen von Windpocken bietet einen lebenslangen Schutz.

## **Typische Merkmale bei Varizellen:**

Das Erscheinungsbild des Ausschlages ist sehr typisch. Die Diagnose der Windpocken kann somit als Blickdiagnose gestellt werden.

**Medizinische Behandlung:**

Gegen den Juckreiz wird häufig eine Lotion oder Pulver auf Zinkbasis eingesetzt. Fiebersenkung, Schmerzbekämpfung mittels Paracetamol oder Ibuprofen. In seltenen Fällen werden virushemmende Medikamente eingesetzt.

Eine Impfung ist vorhanden (MMRV- Masern- Mumps- Röteln- **Varizellen**) und wird in der Regel nur in oben genannter 4-fach-Kombination geimpft.

**Homöopathische Behandlung:**

Die Varizellen verlaufen in aller Regel mild und unproblematisch. Wie bei allen anderen Kinderkrankheiten sollte auch hier unbedingt auf fiebersenkende Mittel verzichtet werden. Kleinen Kindern kann man zum Schutz Stoffhandschuhe anziehen, um das aufkratzen zu verhindern. Der Ausschlag sollte gefördert und auf keinen Fall vorzeitig unterdrückt werden. Wenn nötig, kann ein auf den Gesamtzustand passendes homöopathisches Mittel zur Unterstützung verabreicht werden. In der Regel braucht ein an Windpocken erkranktes Kind kein homöopathisches Mittel, es genügen unten aufgeführte Massnahmen zu berücksichtigen (Siehe; Wie können Sie ihr Kind unterstützen).

**Wann braucht es ein homöopathisches Mittel?**

Wenn der Mensch sich in einem allgemein schlechten Zustand befindet oder gewisse Beschwerden wie Kopf- oder Gliederschmerzen überhand nehmen, so kann mit dem richtigen Mittel Unterstützung geboten werden.

**Wie können Sie Ihr Kind unterstützen:**

Windpocken sind in der Regel, sehr lästig jedoch sind die Erkrankten dabei meist recht fit. Wichtig, ist sicher, die Nägel kurz zu schneiden, um das Kratzen zu vermeiden. Evtl. können Baumwollhandschuhe angezogen werden.

Leichte, eher weite Baumwollkleider anziehen.

Wer auf eine Zink-Tinktur verzichten möchte (da diese unterdrückend wirkt) kann auf das anthroposophische Weleda-Produkt Namens Wecetin ausweichen.

Ein paar Tropfen Lavendelöl auf einen Liter lauwarmes Wasser geben und mit einem Waschlappen die betroffene Haut abtupfen oder ein Baumwolltuch in dieser Flüssigkeit tränken und einen Moment einwirken lassen- kann den Juckreiz ebenfalls beruhigen.

Ein Basenbad plus ein paar Tropfen Lavendelöl kann ebenfalls beruhigen. Das Baden kann den Zustand verbessern aber auch verschlimmern- deswegen nicht zu lange baden lassen.

Zum Desinfizieren kann verdünnte(1 : 10) Calendula-Tinktur verwendet werden.

Auf die vertrockneten Bläschen kann ein gutes Kokosöl oder Olivenöl aufgetragen werden.

## Für Sie gelesen

ein sehr, sehr spannender Artikel zum Thema Zuckersucht.  
Ich bin gespannt, ob Sie das Experiment 3 Wochen ohne Zucker zu leben ausprobieren. Freue mich von Ihren Erfahrungen, Hochs und Tiefs zu lesen oder zu hören. Ich werde es auch ausprobieren, aber zuerst wird noch der ganze feine Schokoladevorrat ausgiebig genossen...

<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/zuckersucht-ausstieg-ia.html>

## Homöopathische Hausapotheke-Kurse 2014



mit Manuela Stimming,  
dipl. Homöopathin SHI / hfnh

### Erfahren Sie im Kurs...

...die **Grundlagen** der klassischen Homöopathie.

...wie eine **natürliche Tetanusprophylaxe** durchzuführen ist.

...warum **Fieber** sinnvoll ist, wann Sie zuwarten und wann Sie reagieren sollten.

...welche **Verletzungen** Sie selber behandeln können und wann ein Arztbesuch notwendig ist.

...mindestens **30 wichtige homöopathische Notfallmittel** und ihre Anwendung bei Verletzungen, Verbrennungen, Prüfungsangst, Erkältungen, Fieber, Husten, Ohrenscherzen, usw.

<b>Kurs 1:</b>	<b>Freitag:</b>	<b>07./ 14. und 21. Februar jeweils von 18.00 bis ca. 21.30 Uhr</b>
<b>Kurs 2:</b>	<b>Montag:</b>	<b>01./ 08. und 15. September jeweils von 18.00 bis ca. 21.30 Uhr</b>
<b>Kurs 3:</b>	<b>Ganztageskurs Samstag:</b>	<b>18. Oktober 2014 von 09.00 bis ca. 17.00 Uhr</b>

**Wo:** Praxis für klassische Homöopathie, Unterdorfstrasse 9a, 6033 Buchrain

**Kosten:** 100 Fr. inkl. ausführlichen Kursunterlagen und Getränken.  
Bitte Betrag passend an den Kurs mitbringen.

Es sind keine Vorkenntnisse für diesen Kurs notwendig.

**Anmeldung** unter 079 309 76 07, [info@luzern-homoeopathie.ch](mailto:info@luzern-homoeopathie.ch) oder über die Homepage [www.luzern-homoeopathie.ch](http://www.luzern-homoeopathie.ch)

**Manuela Stimming** dipl. Homöopathin hfnh/SHI Tschannhof Unterdorfstr. 9A 6033 Buchrain  
Tel. 079 309 76 07 [www.luzern-homoeopathie.ch](http://www.luzern-homoeopathie.ch) [info@luzern-homoeopathie.ch](mailto:info@luzern-homoeopathie.ch)



## Impfentscheid erleichtern / Das kleinere Risiko wählen

Mit **Dr. med. Peter Mattmann-Allamand** Facharzt FMH Allgemeinmedizin, FA Homöopathie

Als Eltern werden Sie schon bald nach der Geburt Ihres Kindes mit der Frage des Impfens konfrontiert.

Auf der einen Seite steht die Ansicht, dass durch Impfungen Ihr Kind vor Kinderkrankheiten geschützt werden kann. Auf der anderen Seite hört man aber immer wieder von Komplikationen, Behinderungen bis hin zu Todesfällen nach Impfungen. Beides löst Angst aus, was für eine Entscheidung nicht hilfreich ist.

Die Informationen, die Sie an diesem Abend erhalten, unterstützen Sie dabei, Ihren Impfentscheid ohne Angst zu fällen und das kleinste Risiko für Ihr Kind zu finden.

Dr. med. Peter Mattmann ist Arzt und Homöopath und kennt beide Sichtweisen - sie profitieren von seiner jahrelangen Erfahrung.

Im ersten Teil dieses Vortrags wird die problematische Sicherheits-Situation bei den Kinder-Arzneimitteln und Impfstoffen dargelegt.

Im zweiten Teil wird das aktuelle Risiko für jede einzelne empfohlene Impfung erläutert.

**Datum:** Montag, 10. März, 19:30-21:30 Uhr

**Kosten:** Fr. 15.-/ Paare Fr. 25.-

**Anmeldung:** nicht erforderlich

**Wo:** Rhynauerhof, Obergrundstrasse 97, 6005 Luzern

## Abenteuer Kindererziehung

Mit **Susanne Dittli-Clavadetscher**, Sekundarlehrerin phil.I, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation i.A., Mutter in einer Patchworkfamilie

### Entschärfung von Konfliktsituationen mit Gewaltfreier Kommunikation

Ihr 4-jähriger Sohn weint und tobt im Einkaufszentrum, weil Sie ihm das ferngesteuerte silbrige Rennauto nicht kaufen wollen. Ihre 10-jährige Tochter beschliesst an den gemeinsamen Familienausflügen am Sonntag nicht mehr teilzunehmen. Der Streit ist vorprogrammiert, und Sie sitzen da und fragen sich: "Was machen wir jetzt?"

Die Methode von Marshall B. Rosenberg, Gewaltfreie Kommunikation, stellt die Erfüllung der Bedürfnisse jedes einzelnen Menschen in den Mittelpunkt und eignet sich deshalb ausgezeichnet, familiäre Konfliktsituationen zu lösen. Alle Menschen - egal ob Erwachsene oder Kinder - versuchen sich ihre Bedürfnisse zu erfüllen. Geschieht dies in der Haltung eines achtsamen Miteinanders, vertieft sich die Beziehung und "Erziehung" wird einfacher.

Inhalt:

- Welche Bedürfnisse haben Sie, welche Ihre Kinder?
- Wie gehe ich mit schwierigen Gefühlsausbrüchen um? Bei den Kindern, bei mir?
- Was ist der Unterschied zwischen einer Bitte und einer Forderung und deren Wirkungen?
- Was hilft die Beziehung zu unseren Kindern zu stärken?
- Brauchen Kinder Grenzen? Strafen?

Die Methode der Gewaltfreien Kommunikation eignet sich für alle Altersgruppen und unterstützt Sie als Eltern, wo immer Sie mit Ihren Kindern gerade stehen. Auch Grosseltern oder andere Betreuungspersonen sind herzlich eingeladen.

**Datum:** Mittwoch, 19. März, 19:30-21:30 Uhr

**Kosten:** Fr. 15.-

**Anmeldung:** nicht erforderlich

**Wo:** Rhynauerhof, Obergrundstrasse 97, 6005 Luzern