



# Luzerner Homöopathie Zeitung

Lesen Sie,

- **Kinderkrankheiten im Überblick** Seite 4-7
- **Spannende Vorträge** Seite 8-10

**Liebe Homöopathie Begeisterte,**

Mit dieser Ausgabe der Luzerner Homöopathie-Zeitung sind die Kinderkrankheiten abgeschlossen. Ich hoffe, dass Sie einen Einblick in die verschiedenen Krankheiten bekommen haben. Auf Seite 4 und 5 folgt ein kurzer Überblick mit Hinweis auf die Art der Erreger, Inkubationszeit, Ansteckungszeit, Schutz nach natürlichem Durchmachen der Erkrankung, typischen Beschwerden und Tipps. Ausserdem wurde jede einzelne Kinderkrankheit vorgängig in einer Zeitung beschrieben. Unter sonstigen Tipps können Sie sehen in welcher Ausgabe Sie die entsprechende Krankheit nachlesen können. Sie können die einzelnen Kinderkrankheiten natürlich auch jederzeit auf der Homepage [www.luzern-homoeopathie.ch](http://www.luzern-homoeopathie.ch) unter der Rubrik Tipps nachlesen.

In der letzten Zeitung habe ich angekündigt, versuchsweise drei Wochen auf Zucker zu verzichten. Gesagt, getan... Es war ehrlich gesagt ganz schön happig.

Wer hat's ausprobiert und geschafft? Wie erging es Ihnen? Freue mich über Ihre Rückmeldung.

Also ich hatte die ersten drei, vier Tage Kopfschmerzen und miese Laune. Und nach acht Tagen habe ich aus Versehen ein Stück Schokolade an einem Geburtstagsfest genossen. 😊 Aber ich muss gestehen, dass ich nach anfänglichen Schwierigkeiten sehr überrascht war wie gut ich auf diese Süssigkeiten verzichten konnte. Ausserdem hat sich der Geschmackssinn in dieser kurzen Zeit verändert und es war eine tolle Erfahrung.

Auf Seite 8 finden Sie die aktuellen Daten des homöopathischen Hausapotheke-Kurses. Es freut mich, wenn Sie teilnehmen.

Ich wünsche Ihnen viel Spass beim Lesen und einen farbenfrohen Frühling

mit freundlichen Grüssen



Manuela Stimming



# Kinderkrankheiten im Überblick

Krankheit	Erreger	Inkubationszeit	Ansteckungszeit	Schutz nach Erkrankung	Typische Beschwerden	Sonstige Tipps
<b>3 Tage-Fieber</b>	Herpes-Viren	5-15 Tage	3-4 Tage vor dem Fieber bis zum Auftreten des Ausschlages	Lebenslang	Kinder zwischen 6 Monaten bis 3 jährig erkranken am häufigsten Hohes Fieber für 3-5 Tage	Trinken, Schwitzen und Verdauung fördern  Lesen Sie mehr in der Zeitung Nr. 12
<b>Hand-Mund-Fuss-Krankheit</b>	Virus	Meistens 3-6 Tage aber auch noch bis zu 35 Tagen mögliche Ansteckung	Solange der Hautausschlag besteht	Lebenslang	Hände, Füsse und Mundbereich sind mit kleinen Bläschen überseht Kann auch in der Mundschleimhaut vorkommen und starke Schmerzen verursachen	Bei Schleimhautbeteiligung Osa Zahngel grün (pflanzlich) oder rot (enthält Lidocain zur Lokalbetäubung)  Lesen Sie mehr in der Zeitung Nr. 12
<b>Masern</b>	Masern virus	8-14 Tage	4 Tage vor Beginn und 4 Tage nach Abklingen des Ausschlages	lebenslang	In der Regel stark leidende Kinder in reduziertem Allgemeinzustand, Lichtempfindlich, zusammenfliessender Ausschlag im Gesicht, Rücken, Bauch, Arme und Beine Koplik'sche Flecken an der Mundschleimhaut, hohes Fieber	Viel Ruhe, Dunkelheit, Lichtreize, TV und PC meiden, viel Trinken, Basenbad  Lesen Sie mehr in der Zeitung Nr. 13
<b>Mumps</b>	Mumps virus	12-25 Tage	Bis zu 7 Tage vor Krankheitsausbruch und 9 Tage nach Abschwellen der Drüsen	Lebenslang	Leichtes Fieber, Appetitlosigkeit, Kopf- und Gliederschmerzen, ein oder beidseitige Schwellung der Ohrspeicheldrüse (Hamsterbacken)	Viel Ruhe Auf die geschwollenen Backen können je nach Wunsch des Kindes warme oder kalte Wickel gemacht werden. Leichte Kost, Breie, Suppen, Püriertes Saure Speisen meiden  Lesen Sie mehr in der Zeitung Nr. 14
<b>Keuchhusten</b>	Bakterien, welche ein Gift ausscheiden, welches wiederum Husten anfälle auslöst	7-21 Tage	In der ersten Phase sehr ansteckend, d.h. ab den ersten „banalen“ Erkältungssymptomen bis zu 6 Wochen	Gibt unterschiedliche Meinungen. Mind. 20 Jahre bis lebenslang	Wochenlanger anfallartiger Husten mit erschwelter Einatmung  meistens Verschlechterung in der Nacht	Höhenluft über 2000m kann die Hustenanfälle erleichtern. häufige kleine Mahlzeiten keine Hustenmedikamente evtl. hilft ein feuchtes Raumklima  Lesen Sie mehr in der Zeitung Nr. 15

Krankheit	Erreger	Inkubationszeit	Ansteckungszeit	Schutz nach Erkrankung	typische Beschwerden	Sonstige Tipps
<b>Kinderlähmung</b>	<b>Poliomyelitis-Virus Typ I,II und III</b>	3-14 Tage	Bis zu 8 Wochen	Lebenslang gegen den jeweiligen Typ	Im Anfangsstadium gleicht Polio einer Grippe Später kann es zu starken Kopfschmerzen, Lichtempfindlichkeit und Nackenstarre kommen Selten kommt es zum Vollbild mit schlaffen Lähmungen der Muskulatur, v.a. der Oberschenkel	Polio ist in Europa seit 2002 ausgerottet.  Lesen Sie mehr in der Zeitung Nr. 16
<b>Röteln</b>	<b>Rötelnvirus</b>	2-3 Wochen	Bis zu 1 Woche vor und 1 Woche nach dem Rötelausschlag	Lebenslang	Meist mild verlaufende Kinderkrankheit mit gutem Allgemeinzustand Beginn mit grippalen Beschwerden Eher blasser Ausschlag beginnt im Gesicht geht über den Stamm zu den Extremitäten. Kleine leicht erhabene Flecken evtl. Bindehautentzündung und Gelenkschmerzen	Bei Augenbeschwerden mit Augentrost, Schwarztee oder Kamille pflotschen.  Lesen Sie mehr in der Zeitung Nr.17
<b>Ringelröteln</b>	<b>Parovirus</b>	4-14 Tage	In den ersten 4-10 Tagen sehr ansteckend bis der Ausschlag erscheint	lebenslang	Verläuft meist unbemerkt oder ohne grosse Beschwerden Grippeähnliche Beschwerden mit schmetterlingsförmigem Ausschlag im Gesicht	Kann in der Frühschwangerschaft zu einer Fehlgeburt führen, wenn jedoch die Krankheit überstanden ist, ist nicht mit Missbildungen des Babys zu rechnen. (im Gegensatz zu den Röteln)  Lesen Sie mehr in der Zeitung Nr. 17
<b>Scharlach</b>	<b>Bakterien</b>  <b>Verschiedene Typen von Streptokokken</b>	2-4 Tage	1 Tag vor Krankheitsausbruch und bis zu 6 Wochen danach	Beim „echten“ Scharlach lebenslang gegen das entsprechende Bakterium	Hohes Fieber, Halsschmerzen, Erdbeerzunge Ausschlag bevorzugt an Achseln und Leisten, manchmal auch der ganze Körper mit Aussparung um den Mund- und Kinnbereich Schuppung des Ausschlages nach ca. 2 Wochen	Streptokokken-Angina, wird häufig mit Scharlach verwechselt, ist aber kein „Echtes“ Trotzdem können diese, sehr hartnäckigen Angina gut mit dem richtigen homöopathischen Konstitutionsmittel behandelt werden.  Lesen Sie mehr in der Zeitung Nr. 18
<b>Windpocken</b>	<b>Varizellen-Zoster-Virus</b>	10-21 Tage	1 Tag vor Beginn des Ausschlages, bis die Bläschen ausgetrocknet sind	Lebenslang	Meist guter Allgemeinzustand, leichtes Fieber Bläschen können im Gesicht, in der Kopf- und Schleimhaut erscheinen Bläschen erscheinen in verschiedenen Stadien, die einen sind bereits trocken, wenn die anderen gerade erst entstehen oder mit einer Flüssigkeit gefüllt sind	Wer auf eine Zink-Tinktur verzichten möchte kann auf das anthroposophische Weleda-Produkt Wecetin ausweichen  Lavendelöl zum Beruhigen des Ausschlages bei Juckreiz  Lesen Sie mehr in der Zeitung Nr. 18

## Sinn von Kinderkrankheiten

Kinderkrankheiten gehörten früher zum natürlichen Entwicklungs- und Reifeprozess dazu. Sie dienen dazu, das Abwehrsystem und den Organismus zu stärken. Wir brauchen zur gesunden Entwicklung den Kontakt mit Krankheitserregern und Krankheit. Wenn dies nicht zu Beginn des Lebens gelernt werden kann, kann es später nur schwer nachgeholt werden.

Durchgemachte Kinderkrankheiten bieten Schutz gegen chronische Krankheiten, wie Allergien, Autoimmunerkrankungen und Krebs. Nicht zuletzt kann anhand von Kinderkrankheiten ein gewisses Mass an Leid zu ertragen gelernt werden. Die Erfahrung, es aus eigener Kraft geschafft zu haben, ist hilfreich für das weitere Leben und gibt Vertrauen in den Körper und seine Kräfte. Dies ist der Grund, dass Kinder nach einer durchgemachten Kinderkrankheit häufig einen Entwicklungsschub machen. Das Kind entwickelt Persönlichkeit und das Selbstbewusstsein wächst. Es bringt also nichts, das Kind vor diesen Erfahrungen beschützen zu wollen, im Gegenteil.

**Kinderkrankheiten aus medizinischer Sicht** *Definition:* Infektionskrankheiten mit hoher Durchseuchungsrate und Übertragungsfähigkeit, die typischerweise eine lebenslange Immunität(Schutz) hinterlässt und daher überwiegend im Kindesalter auftritt. Aus medizinischer Sicht sind Kinderkrankheiten gefährlich. Die Komplikationen der verschiedenen Kinderkrankheiten lassen Eltern und Ärzte in Angst und Schrecken versetzen. Immer häufiger wird die Erkrankung mit den möglichen Komplikationen gleichgestellt. Fieber und Hautausschläge werden behandelt und somit unterdrückt. Kurzfristig mag dies für Eltern und Kind eine Erleichterung sein, doch wer langfristige Gesundheit erreichen möchte, lässt die Finger von Fiebersenkern, Salben und Puder.

Nicht jedes Kind erkrankt an jeder Kinderkrankheit. Der Boden (die Empfänglichkeit /das Miasma) entscheidet, welche Krankheit für den Einzelnen wichtig ist. Das Durchmachen einer Kinderkrankheit gibt dem Kind die Möglichkeit, das jeweilige Miasma (tieferliegende Schwächen) zu entlasten. So kann es sein, dass eine chronische Krankheit wie z.B. Heuschnupfen nach durchgemachten Masern in der nächsten Saison nicht auftritt, oder deutlich schwächer zum Vorschein kommt. Dies gilt allerdings nur, wenn der Verlauf einer Kinderkrankheit möglichst ohne äussere Eingriffe durchgemacht werden kann. Es sollten möglichst keine fiebersenkenden, ausschlagunterdrückenden Medikamente, Salben oder Puder zum Einsatz kommen. Fieber steigert den Stoffwechsel und somit den Abbau von Bakterien und Viren. Die Haut ist ein sehr wichtiges Ausscheidungsorgan. **Wenn jedoch Fieber und Ausschlag behandelt werden besteht die Gefahr, dass die Krankheit nach innen schlägt und es zu Komplikationen kommen kann.** Wenn die Kinderkrankheit richtig behandelt und verstanden wird, sind keine Komplikationen zu erwarten.

Aber was heisst denn nun richtig behandelt? Wenn ein Kind sehr leidet und seine Lebenskraft die Situation nicht aus eigener Kraft überwinden kann, so sollte es durch eine homöopathische Behandlung unterstützt werden. Mit dem richtigen homöopathischen Mittel wird immer der ganze, individuelle Mensch erreicht, dies fördert den natürlichen Heilungsprozess.

Wenn wir Kinderkrankheiten miasmatisch betrachten, steht das psorische Miasma bei den meisten im Vordergrund. Die Kinder bekommen hohes Fieber und ein Ausschlag erscheint. Es juckt, brennt, beisst und reizt. Vielleicht kommt noch Durchfall dazu. Das alles sind psorische Reaktionen, welche helfen, dass die Erkrankung besser über die Runden geht. **Wir sollten also den Sinn hinter der Krankheit suchen und verstehen und diesen als Hilfe und Wegweiser betrachten. Welche Rolle spielen die Impfungen?** Die Impfungen werden als grosser Erfolg und Fortschritt gefeiert, doch leider hat dies massive Schattenseiten. Zwar sind die Kinderkrankheiten im Vergleich zu früher deutlich weniger geworden, aber statt vor Gesundheit strotzende Kinder zu haben, sind die heutigen Kinder immer kränker. Sprechen Sie mal mit Ihren Eltern, Grosseltern, wie es früher in der Schule war und wie oft diese krank waren. Früher machten die Kinder vielleicht 1- 2 Mal im Jahr eine Kinderkrankheit / Erkältung durch. Heute sind die Kinderkrankheiten kaum mehr anzutreffen, aber viele Kinder sind ständig erkältet und am „kränkeln“. Mit den Impfungen werden Krankheiten tiefer in den Organismus gedrückt. Es wird versucht mittels Impfungen die Kinderkrankheiten auszurotten. Dies ist ein unnatürlicher Eingriff in das Verhältnis zwischen Mensch und Krankheitserreger. Wird der Virus zurückgedrängt, kommen neuere Viren zum Vorschein.

Sich für oder gegen das Impfen zu entscheiden, ist ein sehr persönlicher Entschluss. Wie auch immer Sie sich entscheiden, es lohnt sich, für diesen wichtigen Entscheid genügend Zeit zu nehmen und verschiedene Meinungen einzuholen.

## 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, Ohrenschmerzen, usw.

**Kurs 2: Montag: 01./ 08. und 15. September jeweils von 18.00 bis ca. 21.30 Uhr**

**Kurs 3: Ganztageskurs Samstag: 18. Oktober 2014 von 09.00 bis ca. 17.00 Uhr**

**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)



## Menschentypen in der Homöopathie

Mit Dr. Mohinder Singh Jus und Frau Martine Cachin Jus

In der Homöopathie wird jeder Mensch ganzheitlich erfasst. Basierend auf der Summe seiner körperlichen, geistigen und seelischen Eigenschaften wird dann das homöopathische Konstitutionsmittel gewählt, das seinem jeweiligen Gesundheitszustand am besten entspricht. Der erfahrene Homöopath Dr. Mohinder Singh Jus hat die einmalige Gabe aus den verschiedenen Konstitutionsmitteln lebendige Bilder auszumalen und Menschentypen entstehen zu lassen. Daraus entspringt ein unvergessliches Arzneimittelbild, das ein vertieftes Verständnis der menschlichen Natur erlaubt.

Möchten Sie wissen was Sie für ein Typ sind? Dann melden Sie sich an und sichern Sie sich einen Platz für diesen spannenden Vortrag.

**Datum:** Donnerstag 22. Mai 2014, 19.00 -21:30 Uhr

**Kosten:** Fr. 40.-

**Anmeldung:** Tel. 041 748 21 77

**Ort:** SHI Haus der Homöopathie, Steinhauserstr. 51, 6300 Zug

## Mit dem Herzen kommunizieren

**Mit Frau Simone Anliker**, lic. iur., zertifizierte Trainerin Gewaltfreie Kommunikation (CNVC)  
iEMDR-Coach, Living Compassion-Coach, Beratungsteam vom Rhynauerhof

Der Prozess der Gewaltfreien Kommunikation ermöglicht uns, Situationen mit gegenseitigem Respekt und Achtung für einander zu klären. Das bedeutet, auch in Konfliktsituationen fair bleiben und einen kühlen Kopf bewahren, Aussagen nicht persönlich nehmen, richtig verstanden werden, aber auch zuhören können.

Hinter all unserem Denken, Fühlen und Handeln stehen erfüllte oder unerfüllte Bedürfnisse. Diese Sichtweise macht es möglich, selbst in schwierigen Situationen eine respektvolle Verbindung mit uns selbst und anderen herzustellen und Konflikte ohne Schuldzuweisung oder Verletzung friedlich zu lösen. Ärger wird in Bedürfnisse übersetzt und einführendes Zuhören als wertvolles Geschenk erkannt.

- Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation
- Wie kann ich mitteilen, was mir wichtig ist, ohne andere zu verletzen?
- Wie kann ich zuhören, ohne die Dinge persönlich zu nehmen?
- Ärger und Depression - die zwei Seiten der Medaille - Konstruktiver Umgang damit
- Erkennen der eigenen Bedürfnisse - verschiedene Techniken
- Selbsteinführung und Empathie

**Datum:** 7. und 8. Juni 2014 Samstag von 10:00-18:00 und Sonntag von 10:00-16:00 Uhr

**Kosten:** Fr. 340.-

**Anmeldung:** bis am 30. Mai unter Tel. 041 310 76 43

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