

Nr. 20/September 2021

FOKUS: Grundlagen der Homöopathie

Liebe Leserin, lieber Leser

Die Homöopathie ist im Grundsatz uns allen bekannt; AKTUELL möchte aber in dieser Ausgabe noch etwas tiefer in das Thema eintauchen. Dabei werfen wir einen Blick zurück in die Entstehungsgeschichte der Homöopathie und damit in die Entstehung des sogenannten Repertoriums.

Im zweiten Teil des AKTUELLs kehren wir zurück in die Gegenwart: Wir haben einen praktizierenden Homöopathen befragt, wie er als Therapeut bei einer Anamnese vorgeht. Ausserdem hatten wir die Möglichkeit, mit einem Experten über das Repertorium zu sprechen.

Abschliessend widmen wir uns dem Thema Lebenskraft. Wir zeigen Ihnen auf, was Sie in Ihrem Alltag tun können, um möglichst gesund zu bleiben und gar nicht erst auf eine Therapie angewiesen zu sein.

Für den Herbst haben wir Ihnen zudem einige Veranstaltungstipps zusammengestellt. Einer davon ist das SNE-Symposium mit dem Titel: «Das Innere des Menschen – ein Spiegel der Umwelt?». Es findet am 1. und 2. Oktober 2021 statt – mit dabei sind unter anderem der Bestsellerautor Rolf Dobbelli und Brigitte Burkhalter, Vorstandsmitglied Homöopathie Schweiz. Das vollständige Programm und die Preise finden Sie unter: [www.fondation-sne.ch/de/symposium](http://www.fondation-sne.ch/de/symposium)

Weitere Veranstaltungshinweise finden Sie auf der letzten Seite dieser Ausgabe.

Wir wünschen Ihnen eine lehrreiche Lektüre und grüssen Sie herzlich

Eveline Fuchs und Fabienne Gigandet  
Co-Präsidentinnen  
von Homöopathie Schweiz



Quelle: istockphoto.com / Fat Camera

## Repertorium und Anamnese in der Homöopathie

Die Grundlagen der Homöopathie entstanden im 18. Jahrhundert, als Samuel Hahnemann versuchte, Alternativen zur vorherrschenden Lehre zu finden. Sein Ziel war es, Krankheiten sanft und dauerhaft zu heilen.

VerfasserIn: Celestina Heepen

Zu Lebzeiten Hahnemanns wurde die Ursache für Krankheiten in einem Ungleichgewicht der vier Säfte Blut, Schleim, schwarze Galle und gelbe Galle gesehen. Um das Gleichgewicht zwischen den Säften wieder herzustellen, wurden meist Aderlässe, Brechkuren oder Einläufe verordnet. Die teilweise bereits geschwächten Patientinnen und Patienten starben nicht selten an den verordneten Massnahmen.

Samuel Hahnemann schreckten diese Methoden ab. Er versuchte, neue systematischere Ansätze zu finden, um Krankheiten zu heilen. Durch verschiedene Selbstversuche kam er zur Erkenntnis, dass Malaria durch Chinarinde geheilt werden kann. Diese ruft selbst Malaria-ähnliche Symptome beim gesunden Menschen hervor. Aus diesem Versuch und weiteren Versuchen entstand der Lehrsatz «Similia similibus curentur» (Ähnliches möge durch Ähnliches geheilt werden). Die Resultate der Prüfungen weiterer Substanzen am gesunden Menschen hielt Hahnemann in der *Materia Medica* fest. Später erstellte er daraus ein Symptomenverzeichnis, was die Grundlage der heutigen Repertorien bildet.

Nicht nur in der systematischen Erfassung der Wirkstoffe war Hahnemann prägend, auch in der Therapie brachte er neue Ansätze in die Medizin. So zum Beispiel die homöopathische Anamnese. Zwar war der Begriff nicht neu, aber Hahnemann hat in einem seiner Werke genauer definiert, wie sie durchzuführen ist. Dabei legte er Wert auf einen ganzheitlichen Ansatz unter Berücksichtigung der individuellen Persönlichkeit.

## Anamnese aus der Sicht eines Therapeuten

Viele Patientinnen und Patienten, die sich homöopathisch behandeln lassen, haben schon eine Anamnese erlebt. Wie eine Therapeutin oder ein Therapeut bei einer Anamnese genau vorgeht, wissen wir aber meist nicht. AKTUELL hat den Homöopathen Edmond Berrang befragt, um einen Blick hinter die Kulissen zu werfen.

Interview geführt von: Celestina Heepen  
Das Interview wurde online geführt.

Wie ist der Ablauf einer Anamnese in der Praxis?

*Edmond Berrang:* Wenn die Patientin oder der Patient kommt, frage ich als erstes, wie es ihr oder ihm geht. Während dieser Zeit höre ich gut zu. Fragen stelle ich nur, um die Patientinnen und Patienten in die richtige Richtung zu leiten. Oft haben sie das erste Mal seit vielen Jahren die Möglichkeit, während eineinhalb oder zwei Stunden nur über sich zu reden. Die Anamnese hilft den Betroffenen, Ordnung in ihren Kopf und ihr Leben zu bringen. Der erste Teil der Anamnese hilft mir, die Situation zu erfassen, anschliessend versuche ich die Konstitution herauszufinden, also um welchen Persönlichkeitstypen es sich handelt. Oftmals liegen die Probleme der Patientinnen und Patienten darin, dass sie etwas unterdrücken – dies ist als Causa bekannt. Es ist meine Aufgabe, in der Anamnese herauszufinden, was unterdrückt wird. Der Beginn der Symptome kann meist einen guten Hinweis auf die Causa geben.

Arbeiten Sie mit einem Fragebogen? Wenn ja, können Sie etwas genauer erklären, wie sie dieses Instrument nutzen? Ich arbeite primär mit dem Gesprächsfluss. Das heisst, ich lasse die Patientinnen und Patienten erzählen. Durch meine Gesprächsführung sollte die Person auf die wichtigen Informationen und Erinnerungen stossen. Damit ich nichts vergesse, habe ich mir einen Fragebogen mit Ja- und Nein-Fragen zusammengestellt, bei dem ich die jeweilige Antwort ankreuzen kann. Für mich ist der Augenkontakt in einem Gespräch sehr wichtig. Die Patientin oder der Patient muss das Gefühl haben, dass ich ihr/ihm zuhöre und mir Notizen mache. Die Notizen zeigen auch, dass das, was sie/er sagt, relevant ist und aufgehoben wird.

Nun haben Sie die relevanten Informationen zur Situation und Konstitution erfasst, was ist der nächste Schritt? Wenn das Gespräch richtig geführt wurde, verlässt der Patient oder die Patientin die Praxis lächelnd und erlöst. Dieses Momentum gilt es unbedingt in den weiteren Verlauf der Therapie mitzunehmen. Ich schaue nicht nur, welche Arznei ich mitgeben kann, auch die Lebensumstände und Gewohnheiten sind ein Teil der Lösung. Wenn jemand 20 Tassen Kaffee pro Tag trinkt und an Bluthochdruck leidet, können die Globuli nur wirken, wenn diese Person



### Zur Person:

Jahrgang 1955, verheiratet; neugierig, menschenliebend, lebt gerne und intensiv. Begann seine Karriere als Maschinenbau-Ingenieur, seit 15 Jahren ist er nun als Homöopath tätig, was ihn erfüllt.

auch den Kaffeeconsum stark reduziert. Meine Therapie besteht also neben den Globuli auch aus Ernährungsberatung, psychologischer Beratung und mentaler Hygiene.

Wie gehen Sie vor, um das passende Mittel zu finden? Wenn ich meine Patientinnen und Patienten anschau, habe ich schon ein Gefühl, welche Arzneien in Frage kommen könnten. Während der Anamnese kann ich dann immer mehr ausschliessen. Am Ende bleiben dann noch zwei oder drei übrig. Mit Hilfe einer Differenzialdiagnose kann ich schliesslich bestimmen, welches das passende sein könnte. Dabei folge ich meinem Instinkt und nutze meine Erfahrung. Wenn dennoch mehrere Mittel übrigbleiben, beginne ich mit dem, bei dem ich das bessere Gefühl habe. Ich behalte aber die anderen im Kopf, falls das erste nicht die gewünschte Wirkung erzielt. Nach einigen Tagen erkundige ich mich beim Patienten oder bei der Patientin, ob es gewirkt hat. Ist dies nicht der Fall, probiere ich es mit einem der anderen Mittel, die ich als Option hatte. Aber: Das Mittel sollte auch nicht zu früh gewechselt werden, da die Arznei Zeit braucht, bis sie wirkt.

Zum Abschluss des Interviews möchte AKTUELL noch von Ihnen wissen, wie es für Sie ist, Homöopath zu sein? Es ist wie Sherlock Holmes. Wenn der Patient oder die Patientin reinkommt, weiss ich nicht, was mich erwartet. Während der Anamnese versuche ich eine Beziehung aufzubauen, die Patientinnen und Patienten zu spüren und mehr über sie herauszufinden. Man muss die Menschen gerne haben, sonst wird man nicht Homöopath.

## Aufbau und Nutzung eines Repertoriums

Repertorien sind in der Homöopathie ein unverzichtbares Hilfsmittel. Sie helfen dabei, das richtige homöopathische Mittel zu finden. Im Gespräch mit dem Homöopathen Rémy Schnell hat AKTUELL erfahren, wie die Repertorien aufgebaut und wie sie anzuwenden sind.

VerfasserIn: Homöopathie Schweiz  
Das Interview wurde online geführt.

Wir sind mit den Repertorien im Allgemeinen in unser Gespräch eingestiegen. Rémy Schnell erklärt uns, dass es ein Nachschlagewerk für homöopathische Mittel ist. Es soll dabei helfen, dass Arzneimittel besser und einfacher gefunden werden können. Dafür verwenden die Autorinnen und Autoren unter anderem die Informationen aus der Arzneimittelprüfung und bereiten diese auf, um sie strukturiert in einem Buch festhalten zu können. Die Strukturierung ist in vielen Werken auf J.T. Kent zurückzuführen.

Damit der Gebrauch eines Repertoriums klarer wird, stellt uns Rémy Schnell anhand eines fiktiven Beispiels vor, wie er es als praktizierender Homöopath nutzen würde. Nach einer ausführlichen Anamnese hat Schnell herausgefunden, dass die Patientin stechende Kopfschmerzen am Morgen hat und diese besser werden, wenn sie etwas Kaltes trinkt. Dies ist das Gesamtsymptom, das er behandeln möchte. Um diese Informationen in einem Repertorium finden zu können, muss der Therapeut sie in einzelne Teile zerlegen. Die stechenden Kopfschmerzen könnten ein Teil sein und ein anderer, dass der Schmerz durch kalte Getränke besser wird. Wenn er die einzelnen Symptome nachgeschlagen hat, ergeben sich diverse Arzneien. Um diese Zahl weiter einzuschränken, konzentriert er sich nur auf diejenigen Arzneimittel, die möglichst alle Anzeichen enthalten. In unserem Fall muss das Arzneimittelbild also sowohl stechende Kopfschmerzen am Morgen als auch deren Besserung durch ein kaltes Getränk enthalten. Diese Informationen finden Homöopathinnen und Homöopathen im Verzeichnis der Arzneimittelbilder, der *Materia Medica*. Da auch nach diesem Ausschlussverfahren immer noch mehrere Optionen bestehen, betrachtet Schnell nun die Person als solches genauer. Eine Person, die eine Abneigung gegenüber Milch hat, benötigt unter Umständen eine andere Arznei als eine, die sich dadurch charakterisiert, dass sie Milch über alles liebt. Am Schluss werden somit die auseinander genommenen Symptome und die Charakteristiken einer Person wieder zusammengefügt und ergeben ein Gesamtbild. Dieses muss mit dem Bild des homöopathischen Arzneimittels bestmöglich übereinstimmen.

Schnell betont im Gespräch, dass das Repertorium zwar ein gutes Hilfsmittel sei, es jedoch nicht das Erlernen der

Theorie und des Handwerkes ersetze. Wenn jemand das Handwerk beherrsche, spiele es hingegen keine grosse Rolle mehr, ob ein physisches Buch oder ein Computerprogramm zur Repertorisation verwendet werde.

Falls Sie nun interessiert sind an der Repertorisation, finden Sie bei Homöopathie Schweiz ein Repertorium im Sortiment. Dieses ist eine Ergänzung zum Handbuch und enthält die gleichen 28 Arzneimittel. Das Repertorium ist besonders für Laien geeignet, da es in einer leicht verständlichen Sprache verfasst und der Umfang beschränkt ist. Auch die kurze Anleitung, wie das Nachschlagewerk zu verwenden ist, erleichtert die Anwendung.

Das Repertorium können Sie direkt bei Homöopathie Schweiz bestellen (kostenpflichtig): unter [homoeopathie-schweiz.org/angebot/publikationen](http://homoeopathie-schweiz.org/angebot/publikationen) oder via E-Mail an [info@homoeopathie-schweiz.org](mailto:info@homoeopathie-schweiz.org) (bitte Anzahl und Postadresse angeben).



### Zur Person:

Rémy Schnell ist Naturheilpraktiker mit eidg. Diplom in der Fachrichtung Homöopathie und arbeitet seit 2009 in eigener Praxis in Zürich. Er bietet zusätzlich regelmässig Kurse für Fachpersonen zur Repertorisation mit dem Computer an. Weitere Informationen zu ihm und seinen Tätigkeiten finden sich auf seiner Website: [praklahom.ch](http://praklahom.ch).

## Lebenskraft stärken

In der Homöopathie spielt die Lebenskraft bei der Heilung eine zentrale Rolle. Samuel Hahnemann hat herausgefunden, wie sie gestärkt oder geschwächt werden kann.

VerfasserIn: Homöopathie Schweiz



Der Unterschied zwischen einem toten und einem lebenden Menschen ist nach der homöopathischen Lehre die in jedem Menschen innewohnende immaterielle Lebenskraft. Wenn die Lebenskraft geschwächt ist, wird der Mensch krank. Die Symptome dieser Schwäche sind individuell und werden von der Umgebung beeinflusst, weshalb auch eine individuelle Behandlung nötig ist. Die Lebenskraft kann jedoch wieder gestärkt werden: durch die homöopathische Arznei, welche die Selbstheilung unterstützt. Samuel Hahnemann hat herausgefunden, dass nicht nur das richtige homöopathische Mittel die Selbstheilung verstärken kann, sondern auch eine gute Lebensordnung.

Nach dem Organon der Heilkunst unterstützt die «Entfernung von Genesungs-Hindernissen» den Heilungsprozess: Dies können gewisse Nahrungsmittel sein, oder auch schlechte Luft und Ärgernisse. Es gibt auch Faktoren die sich positiv auf die Lebenskraft auswirken. Gemäss Hahnemann gibt es Faktoren, die als genesungsfördernd angesehen werden, so unter anderem die «Aufheiterung des Geistes und Gemüts», die aktive Bewegung in freier Luft sowie «angemessene, nahrhafte, unarzneiliche Speisen und Getränke». Schliesslich hat auch die Schlafhygiene, also Qualität und Quantität des Schlafes, einen Einfluss auf unsere Widerstandsfähigkeit.

## Webinare von Homöopathie Schweiz

19. Oktober 2021, 19.30 Uhr  
**Homöopathie?!  
 Homöopathie!**

Sie wollten schon immer wissen, was sich hinter den weissen Kügelchen verbirgt? Dann nehmen Sie teil an unserem Webinar, bei dem Ihnen die wichtigsten Informationen rund um die Homöopathie und die Therapie in der homöopathischen Praxis unterhaltsam und verständlich vermittelt werden. Beispiele aus dem Alltag einer Homöopathin runden unser Webinar ab.

Referentin: Fabienne Gigandet

Die Teilnahme am Webinar ist kostenlos. Weitere Informationen sowie die Anmeldung finden Sie unter: [homoeopathie-schweiz.org](http://homoeopathie-schweiz.org)

11. November 2021, 19.30 Uhr  
**Grippalen Infekten  
 mit Homöopathie  
 begegnen**

Sie erfahren, mit welchen Mitteln aus der homöopathischen Hausapotheke Sie welche Beschwerden grippaler Infekte in der Selbstmedikation behandeln können. Die Informationen werden mit Alltagsbeispielen untermalt und mit Tipps und Tricks aus Grossmutter's Schatzkiste ergänzt.

Referentin: Fabienne Gigandet

Die Teilnahme am Webinar ist kostenlos. Weitere Informationen sowie die Anmeldung finden Sie unter: [homoeopathie-schweiz.org](http://homoeopathie-schweiz.org)

## Homöopathie Schweiz

Postfach 817, 3000 Bern 8  
 Telefon: 031 306 20 20  
[www.homoeopathie-schweiz.org](http://www.homoeopathie-schweiz.org)  
[info@homoeopathie-schweiz.org](mailto:info@homoeopathie-schweiz.org)  
 IBAN CH75 0900 0000 3002 4221 7

Homöopathie Schweiz ist die Patientenorganisation für Homöopathie in der Schweiz. Sie informiert transparent, umfassend und in hoher Qualität über die mehr als 200-jährige sanfte Heilmethode und vertritt die Anliegen ihrer Mitglieder gegenüber Öffentlichkeit und Politik.

AKTUELL – Nr. 20/September 2021

Mitgliederzeitschrift Homöopathie Schweiz erscheint halbjährlich (deutsch/französisch) in einer Gesamtauflage von 2900 Exemplaren  
 Redaktion: Vorstand Homöopathie Schweiz  
 Druck: Mastra Druck AG, Urtenen-Schönbühl