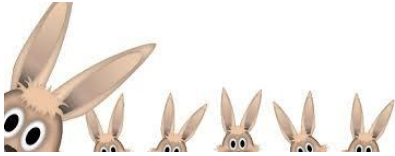




Ostern nähert sich, die Natur erwacht wieder zu neuem Leben und überall blühen kleine zarte Heilpflanzen. Dies ist die Zeit zum sammeln, trocknen und Tinkturen anlegen. Achtet hierbei auf die Mondstellung.



Entzündung; wenn das Gewebe Feuer fängt

Gelenkbeschwerden gehören zum Beschwerdekatalog der Menschheit, seit wir den aufrechten Gang erfunden haben. Besonders die Hüften und Beine sind belastet, da wir nicht mehr auf allen Vieren laufen. Trotzdem sind Gelenkprobleme je nach Signatur/Geburtsherrscher vollkommen unterschiedlich. Die unter Mars Geborenen leiden zunächst unter der Überlastung aus Sport- u. Bewegungsintensiven jungen Jahren. Mit zunehmender Verantwortung tritt der „Rückenschmerz“ auf, wobei es nur wenige Erklärungen dazu gibt, weshalb gerade Mars mit Rückenleiden kämpft (zu viel aufgeladen?).

Bei der „Sonne“ ist das Thema ein „Arthritis“ Problem. Es gibt verschiedene Problempunkte, einerseits Intoleranz bei Lebensmitteln die entzündungsmodulierenden Einfluss haben, sowie rasche Überstimulierung der Immunität, so dass es unter Belastung zum Autoimmunsyndrom kommt. Hier findet der typische „Überlebenskampf: Ich gegen den Rest der Welt“ im eigenen Körper statt.

Bei Merkur bauen sich Stress, Anspannung und hektische Betriebsamkeit zu einem Komplex auf, in dem freie Radikale Collagen oxidieren (wie Sonne auch), aber ausserdem Widerstände in den Muskelgruppen auftreten und die eigenen „Blockaden“ durch noch mehr Anspannung und „Gewalt“ in der Bewegung durchgesetzt werden. Das Ergebnis ist eine brutale Gelenküberlastung „von innen heraus“.

Jede dieser Strategien hat einen anderen Weg zur Heilung, und nicht jede verträgt die Entzündungsmedikation (besonders „Sonne“ nicht). Deshalb heute ein Beispiel für Merkur.

Unser besonderer Tipp: statt Chondroitin und Glucosamin aus China: die gute alte Schweinshaxe, Knorpelgewebe vom Schwein (jaja, ich weiss schon: Schweinefleisch aus Massentierhaltung meiden, also einen Biobauern suchen...)

Arcana gegen Entzündungen



Arnica ist eine typische Sonnenpflanze. Man erkennt dies an dem gelben Strahlenkranz, der wie die Corona der Sonne leuchtet.

Die Pflanze kann äusserlich angewendet werden, als Alkoholtinktur, Öl oder Creme. Besonders wirksam ist sie aber als Homöopatikum bei allen Arten von traumatischer Verletzung, wobei hier sowohl die physische als auch die mentale Ebene gemeint ist. Für symptomatische Verletzungen sind niedrige Potenzen (D3-D6) angezeigt, für psychische Traumata hohe bis Hochpotenzen (D30-200K). Arnika wirkt bei fast allen Archäetypem ausser Mond und Saturn.



Praxis Rundschau Feb 2015

Gesundheit und Harmonie durch Paracelsus

Nr.31



Die Tauerweide ist eine Mondbaum, typischerweise nahe am Wasser gebaut. Das Holz ist weich und flexibel wie Silber.

Weidenrindenextrakt ist ein Schmerzmittel besonders bei chronischen Leiden der Mondgeborenen. Bei äusserer Anwendung ist es besonders für Kopfhaut und Haarwurzeln geeignet, nicht allerdings bei offenen Wunden. Innerlich angewandt hilft es sowohl bei Akutschmerz als auch bei chronischen Schmerzen, besonders bei Migräne. Salix alba in Hochpotenz ist ein gutes Homöopatikum für emotionale Verletzungen.



Die Eiche ist ein klassischer Marsbaum, widerstandsfähig, hart und mit grossen Regenerationskräften ausgestattet. Eichen sind einsame Wölfe, sie stehen am liebsten allein in der Landschaft.

Eichenrindenextrakt ist ebenfalls ein Schmerzmittel, allerdings am besten geeignet für Wunden, Verstauchungen, Sehnen- und Muskelzerrungen. Er wird hauptsächlich äusserlich angewandt.

Quercus rubrum als Homöopatikum kann ein gutes Mittel für Sportverletzungen sein. Auf der psychischen Ebene ist er am geeignetesten als Bachblüte „Oak“

Balsam für die Gelenke

Schweinepfötchen auf spanische Art

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Knoblauchzehe, 2 Zwiebeln, Klein gehackt
- 2-3 Schweinepfötchen, in Viertel geteilt
- 4-5 Karotten in Scheibchen Suppengemüse nach Wahl
- 1 l Fleischbrühe oder Wasser, Süsswein
- Salz, schwarzer Pfeffer, Lorbeerblatt, Süsser Paprika und gemahlene Ñora
- 50 ml kalt gepresstes Olivenöl oder Schmalz



In einem Topf werden die Schweinepfötchen in einem Liter Salzwasser etwa 1/2 Stunde vorgekocht. Parallel dazu wird in einer hohen Pfanne etwas Öl (oder Schmalz) erhitzt, kleingeschnittene Zwiebel, Knoblauch und Karotten (bzw Suppengemüse dazu) gedünstet, mit Pfeffer und süsser Paprika würzen, Lorbeerblatt und Gewürze nach Wahl zugegeben, wir zerkochen 2 Tomaten. Wenn fast fertig etwas Likör-/Süsswein und mit Salz abschmecken. Dann kommt die fertige Mischung zu den kochenden Schweinepfötchen und das Ganze wird weitere 1 ½ Stdn eingekocht. Vor dem Servieren abschmecken. Fertig

Neue Sektion: Krankengeschichte des Monats

Merkur : Gelenkbeschwerden i S „Polyarthritis“

Männl Patient von 51 Jahren, Geburtsherrscher Merkur. Klagt über Beschwerden in den Sprunggelenken, im Wechsel mit Ellbogen, manchmal Hüfte, oft Kniegelenke „knacken“ und schmerzhaftes Ausstrecken. Vorgeschichte: „Allergiker“ als Kind/Jugendlicher, Asthma- Kind. Oft allopathische Behandlung. Schwierige Jugend, wenig Ruhepunkte. Beginn der



Praxis Rundschau Feb 2015

Gesundheit und Harmonie durch Paracelsus

Nr.31

Bewegungsproblematik ab 45, nach stressiger Zeit in der Politik. Diagns Polyarthritits, Tendinitis, Lumbalgie. Therapie mit Antiploghistica. Übersäuerung, Magenbeschwerden.

Fam Anamn: Mutter mit multiplen Gesundheitsproblemen, mehrfach operiert, ansonsten ohne klare Diagnose. Vater mit häufigen Themen zu Lumbalgie, Ischias, pensioniert, ansonsten gesund. Keine Geschwister. Mag alles, Isst am liebsten Reis, trinkt am liebsten Rotwein, mag keine Innereien, keine Milch, keine kohlenensäurehaltigen Getränke. Ist Selbstständig in einem Handwerkschaftlichen Betrieb.

Beurteilung: Pax ist Merkur. Auffällig: wiederholte Gelenkbeschwerden und Vorgeschichte als „pseudo-Allergiker“

1: Übersäuerung, somit Neigung zu Harnsäure, Tendinitis, Entzündungen aller Art. 2.: kleine Gelenke ebenso wie grosse Gelenke, aber die Untersuchung legt den Schwerpunkt auf die kleine Gelenke und Sehnen. Thema: „Bewegung“, in Bewegung bleiben, Bewegung übertreiben: Angst vor „schlechten Zeiten“, innere Unruhe, ständige Angespantheit. „Der Druck, die Zugpunkte der Gelenke sind überlastet“

Vorschlag: Nahrung umstellen: auf Schweinefleisch- und Fett verzichten, keine entzündungsförderliche Nahrung wie Milchprodukte (Milch, Butter, frische Käse), keine Paprika und Tomatenhäute. Mehr ungesättigte Fettsäuren (Omega 3 UND 6!!) mehr vegetarische Gerichte, mehr Fisch und fetten/Kaltwasser Fisch.

Spannung abbauen: kontrollierte ruhige Bewegung ohne Stress, spazieren, Meeresausflüge, segeln, wandern. Psychisch: Tryptophan, Selen-Mangan-Zink-Kupfer. Austesten auf pflanzliche Beruhigung, Vorschlag: Bachblüten (Impatiens, Mimulus) und Passiflora.

Entzündung abbauen: Arnika und Ruta und Rhus tox., Öle: Omega 3 & 6, Q-10 hochdosiert 3 Monate Konstitutionell: Mercurius vivus, Bellis perennis hochpotenziert, bei brennender Gelenkentzündung auch: Capsicum anuum niedrig potenziert