

# 13 Aus der Praxis für die Praxis – in Frage und Antwort

## Bluthochdruck

*„In meiner Familie kommt immer wieder Bluthochdruck vor, mein Opa, meine Mutter und meine Schwester haben erhöhte Blutdruckwerte und schlucken täglich Pillen. Ich bin 30 Jahre alt, kann ich irgendwie vorbeugen, dass ich nicht auch zum Hypertoniker werde?“*

Ja, da gibt's in der Naturheilkunde Hilfe für Sie. Lutschen Sie täglich 1 Tablette Mucokohl D5 und 1 Tablette Nigersan D6, außerdem sollten 2x täglich je 5 Tropfen sanuvis D2 zum Einsatz kommen. Nach 3 Monaten machen Sie eine Pause von 2 Wochen, dann beginnen Sie wieder von vorn.

Und 1x pro Jahr empfehle ich Ihnen eine HOT (hämatogene Oxidationstherapie), welche am besten im Frühjahr zur Anwendung kommen sollte, dann, wenn der Stoffwechsel sich zu dieser Jahreszeit umstellt. Es sind 6–8 Sitzungen (siehe Kapitel 9 Seite 63).

Wenn Sie einen Heilpraktiker oder Naturarzt in der Umgebung wissen, dann bitten Sie um einen Aderlass, jeweils im Frühjahr und Herbst. Der Aderlass hilft am besten, wenn nicht zu viel Blut entnommen wird, sonst wird dies zu schnell wieder nachgebildet, ich empfehle ca. 100 ml–150 ml zu entnehmen, je nach Konstitution. Der Aderlass kann in diesen Umbruchszeiten mehrfach wiederholt werden, wöchentlich oder 2-wöchentlich.

Sollten Sie dennoch irgendwann leicht erhöhte Werte messen, dann essen Sie ganz salzarm und lassen eventuelle Störfelder ausschalten, z. B. entzündete Narben, chronisch entzündete Nebenhöhlen und vereiterte Zähne. Ein Neuraltherapeut ist der Ansprechpartner (siehe Kapitel 12 Seite 71).

Eine Umstimmungstherapie kommt dann auch in Frage, d. h. eine Eigenbluttherapie (siehe Seite 66). Dies ist eine Reiztherapie, die Selbstheilung wird angestoßen. Dem Eigenblut wird 2x pro Woche 1 Ampulle Mucokohl D6 zugesetzt.

## Blutdruckkrisen

*„Ich leide immer wieder unter Blutdruckkrisen. Spitzenwerte von 250/120 mmHg. Was kann ich in dieser Situation tun? Mein Vater erlitt einen Schlaganfall und lag 3 Jahre gelähmt im Bett. Ich habe Zukunftsangst.“*

Angst bringt gar nichts, nur Verspannung im ganzen Körper, in den Gefäßen, Muskeln, Sehnen usw. Sie brauchen zum ersten eine Bachblütentherapie. Die Angstblüten Aspen, Mimulus, Rock Rose und Sweet Chestnut kommen auf jeden Fall in Frage. Ein Bachblütentherapeut sollte Ihnen unbedingt Ihre persönliche Bachblütenmischung bestimmen. Wenn Sie im Moment keinen in Ihrer näheren Umgebung wissen, dann nehmen Sie vorübergehend aus der Stock Bottle Mimulus morgens und abends je 1 Tropfen auf die Zunge, wenn die Angst zielgerichtet ist, wie es scheint.

Wenn die Angst in Panikattacken ausartet, dann nehmen Sie aus der Stock Bottle Rock Rose 2x pro Tag je 1 Tropfen auf die Zunge. Und die Bachblüte Aspen kommt bei vagen undefinierbaren Ängsten zur Anwendung. Vielleicht müssen Sie auch alle 3 Blüten zur Anwendung bringen. Ein Bachblütentherapeut findet es heraus. Die vierte Angstblüte Sweet Chestnut kommt nur ganz selten zum Einsatz.

Gegen die Blutdruckkrisen gibt es eine homöopathische Arznei, welche keinerlei Nebenwirkung hat. Wenn der Wert über 200 mmHg liegt, dann geben Sie 4 Tropfen Rescue Remedy (Notfallmittel nach Dr. Bach) auf die Zunge, zusätzlich nach 5 Minuten etwa, 15 Tropfen Glonoinum D3. Warten Sie einige wenige Minuten, bei einem Wert

über 160 mmHg geben Sie weitere 5 Tropfen Glonoinum auf die Zunge. Wenn Sie über 70 Jahre alt sind oder Ihr Allgemeinzustand nicht mehr gut ist, dann beginnen Sie mit 10 Tropfen statt 15 Tropfen und geben bei Bedarf nochmals 10 Tropfen auf die Zunge.

Vorbeugend könnte Ihnen eine Bachblütenbehandlung helfen, damit es nicht mehr zu solchen Spitzenwerten kommt. Zusätzlich sollte auf jeden Fall Ihr homöopathisches Konstitutionsmittel gesucht werden und die zugehörige Erbnosode. Dies bringt die größte Hilfe.

## Rauchen und Gewichtsprobleme

*„Ich bin 84 Jahre alt und war Jahrzehnte eine schlimme Raucherin, 4x war ich im Krankenhaus wegen drohendem Gefäßverschluss im rechten Bein. Dann habe ich endlich das Rauchen aufgegeben. Eine Sucht nach Schokolade entwickelte sich, auch andere Süßigkeiten dürfen nicht in meiner Nähe sein, dann meldet sich ein Reizmagen mit Sodbrennen, welches mich auch nachts plagt. Ich bekomme diese Sucht, hauptsächlich nach Schokolade, nicht in den Griff, ich habe 15 kg zugenommen, ich bin bald ein Mops. Wie soll ich mich weiterhin verhalten?“*

Vielleicht ist es Ihnen möglich, das Rauchen auf 8 Zigaretten pro Tag zu beschränken und nur wenig Süßes zu sich zu nehmen. Das hat bei meinen Patienten schon oft geklappt. Versuchen Sie es!

Eine Bachblüentherapie hilft in diesem Fall sicher. Suchen Sie über das Internet einen Bachblüentherapeuten in Ihrer Umgebung.

Von der Firma sanum gibt es eine Arznei, Mucedokehl D5 in Tropfenform. An Tagen, wenn Sie die sogenannte Sucht nicht in den Griff bekommen, nehmen Sie 1x 8 Tropfen ein oder reiben diese in die Ellenbeuge.

Apfelsinen und Milchprodukte jeder Art helfen gegen Süchte.

Das Notfallmittel Rescue Remedy von Dr. Bach ist auch in solchen Situationen sehr geeignet, geben Sie 4 Tropfen auf die Innenseite der Unterlippe und wiederholen diesen Vorgang nach 10 Minuten nochmals.