



Informationen zur Erstverschlimmerung und einschleichenden Dosierung

- Alle homöopathischen Mittel können Erstverschlimmerungen hervorrufen. Diese sind abhängig von der **Konstitution** und der **Art der Erkrankung** des **Patienten**. Dieser Effekt sagt immer aus, dass das **richtige Medikament** gefunden wurde, aber die **Dosierung** angepasst werden muss. Robuste Menschen haben weniger Grund sich darüber zu beklagen als sensible Menschen. Aufgrund des gezielten Resonanzeffektes können auch alte vergangene Beschwerden wieder auftreten. Um solche Erstverschlimmerungen möglichst unbeschwert ablaufen zu lassen, können auch folgende Verfahren praktiziert werden:
- **Einflaschenmethode**: Tropfen Sie die Tagesdosis des Medikaments in eine 1,5 l-Flasche stilles Wasser oder abgekochtes und abgekühltes Leitungswasser und trinken Sie dieses Wasser über den Tag verteilt. **Unkompliziert und äußerst bewährt!**
- Alternativ hat sich auch bewährt, um Erstreaktionen zu vermeiden, in folgender Weise vorzugehen: Beginnen Sie mit ca. 25 % der angegebenen Höchstdosierung und steigern Sie am 4. Tag auf ca. 50 Prozent, am 8. Tag auf ca. 75% und am 12.Tag bis zur Durchschnitts- bzw. Höchstdosis. Falls Sie das Gefühl haben, dass Ihr Körper zu stark reagiert, könnte schon bei einer niedrigen Dosis eine ausreichende Wirkung gegeben sein. Halten Sie im Zweifelsfall telefonisch Rücksprache.
- Manche Homöopathika können anfangs (bis zu 1 Woche lang) in die Haut der Ellenbeuge oder des Unterbauches eingerieben werden.
- Falls Sie die Tropfenanzahl des ersten Medikamentes, die individuell verträglich ist oder die Höchstdosis erreicht haben, können sie das zweite Medikament dazunehmen, in gleicher Weise mit 25% anfangen und steigern.
- Falls Erstverschlimmerung auftritt, empfiehlt es sich, 1 – 2 Tage das Mittel abzusetzen und dann mit geringerer Dosierung wieder zu beginnen, z. B. Tropfenanzahl von 5 auf 3 reduzieren.
- Oder: Nur einmal, am besten morgens, die Tropfen einnehmen
- Die Einnahmehäufigkeit kann auch noch weiter reduziert werden, z. B. anstelle von täglich nur jeden 2. oder 3. Tag einnehmen.
- Falls keine störenden Reaktionen auftreten, kann die Dosierung erhöht werden.
- Die Einnahme sollte nach individueller Empfehlung erfolgen. Meist ist eine Einnahme für mindestens 4 – 6 Wochen lang angezeigt, nach Rückgang der Beschwerden sollte die Einnahme mindestens noch zwei Wochen lang fortgesetzt werden.

PS: Am besten behalten Sie einen Überblick über die eingenommene Dosierung, wenn Sie Datum, Uhrzeit und Anzahl der Tropfen notieren, dazu auch aufschreiben, wann und welche Symptome auftreten. Dies wäre immer eine optimale Grundlage für die Planung der weiteren Therapie.

Bearbeitung: Dr. N. Guggenbichler (Quellen: Dr. Dr. Helmut W. Schimmel (1991): Funktionelle Medizin, Teil 1, Haug-Verlag, Heidelberg, S. 296-299, u. a.)