



# SCHLAFSTÖRUNGEN DURCH NERVISCHE ÜBERLASTUNG

Ein Fall für die Ranunculaceen

Autorin — Ellen Hemeke

**Im folgenden Fall sind die Schlafstörungen die Folge einer nervlichen Überlastung. Die Patientin gerät immer wieder in akute Krisen, die ihr Nervensystem derart überstrapazieren, dass sie keine Ruhe findet und damit auch keinen erholsamen Schlaf. Begleitend kommt es zu heftigen Schweißausbrüchen, auch diese nervlich bedingt. Ein Fall für die Pflanzenfamilie der Ranunculaceae.**

## Fallbeispiel

Karina (geb. 1965) ist seit 2004 bei mir in Behandlung. Bis 2016 bekam sie sechs verschiedene homöopathische Mittel verordnet. Ihre Hauptbeschwerde war damals übermäßiges Schwitzen, unter welchem sie seit der Pubertät litt. Hinzukamen ein Fersensporn, Unterleibskrämpfe und ausgeprägte Magenbeschwerden. Nach zweijähriger Pause nahm Karina im Januar 2018 erneut Kontakt zu mir auf.

## Anamnese, Januar 2018

Die Patientin berichtete, sie habe vor einem guten Monat einen grippalen Infekt durchgemacht und das Verlangen gehabt, ihn „rauszuschwitzen“. Von heute auf morgen habe sie eine Hitze gefühlt: ein Brennen am Oberkörper und an beiden Armen. Diese Empfindung habe sie seither etwa dreimal pro Nacht, wodurch sie sehr schlecht schlafe. Das Brennen beschreibt Karina so: „Wie wenn man Fieber hat, nicht wie ein Lodern, und es folgt auch kein Schweißausbruch wie ein Wasserfall.“ Sie spüre eine trockene Hitze von innen heraus. Diese Hitze habe sie auch nach beiden Entbindungen verspürt – sie hat zwei erwachsene Kinder. Sie habe dann das Bedürfnis nach einer frischen, kühlen Dusche. Momentan decke sie sich alle fünf Minuten auf und ab. Hin und wieder würden die Stirn und der Bereich des Dekolletés feucht, allerdings nicht ausgeprägt. Ferner erzählte Karina: „Es reißt mich aus dem Schlaf, und ich brauche länger, bis ich wieder einschlafen kann. Ich denke, die Hitze weckt mich auf, und dann geht das Kopfkino los. Ich versuche, wieder in den Schlaf zu kommen.“ Ihre Aufwachzeiten waren um 1 Uhr sowie zwischen 5.00 und 5.15 Uhr, manchmal auch um 3.00 Uhr nachts. Um 1.00 Uhr, so die Patientin, gehe es noch mit dem Einschlafen, aber um 5.00 Uhr sei die

Nacht meistens vorbei, weil dann der kommende Tag in ihrem Kopf herumschwirre. An ihren freien Tagen schlafe sie gegen Morgen noch einmal ein, wenn sie jedoch arbeiten müsse, klappe das nicht. Sie habe sowieso ein hohes Schlafbedürfnis. Am besten für sie wären neun bis zehn Stunden. Bekomme sie dagegen nur sieben Stunden Schlaf, sei alles schwer oder schwerfällig, die Augen würden brennen und sie könne sich nicht konzentrieren.

Da die Periode bereits seit einem Jahr unregelmäßig war und das Thema Wechseljahre im Raum stand, hatte Karina damit begonnen, Remifemin®<sup>1</sup> einzunehmen, was allerdings nicht bei den hitzebedingten Schlafproblemen half. Zudem habe sie schon seit vielen Jahren Schwierigkeiten mit der Regulation ihrer Körpertemperatur. Vor allem leide sie stark unter schwitzigen Händen und Füßen. Ihre Hände klebten teilweise am Papier und hinterließen überall feuchte Flecken. Daher vermeide sie es, Menschen die Hand zu geben. Ihr Verlangen nach Kälte und frischer Luft beschrieb Karina als sehr ausgeprägt. Ein Fenster müsse immer gekippt sein. Sie liebe den Winter, und die Sommer dürften gerne „englisch sein“: 24 Grad wären gut, alles, was darüber hinaus ginge, mache sie lethargisch. Allerdings müsse sie sich im Winter warm anziehen, da sitze sie im Büro mit einem Fleeceschal und mehreren Lagen Kleidung. Oben drüber brauche sie etwas Wollenes und darunter Baumwolle. Ihr Kopf müsse kühl sein, der Körper schön warm eingepackt. Außerdem liebe sie Wasser, das sei ihr Element. Es dürfe gerne kühl sein. Sie gehe regelmäßig ins Schwimmbad und ziehe dort ihre Bahnen, das brauche sie jetzt mehr denn je. Danach gehe es ihr insgesamt sehr viel besser.

<sup>1</sup> Pflanzliches Präparat auf der Basis von Cimicifuga

Ihre berufliche Situation hat Karina immer wieder verändert. Wenn es in einem Job schlecht lief, und sie sich in dem beruflichen Umfeld unwohl fühlte, rebellierte ihr Körper mit schwitzigen Händen, Unterleibskrämpfen oder Magenbeschwerden. Derzeit fühle sie sich jedoch sehr sicher in ihrem Job, bekomme Anerkennung und habe das Gefühl, in sich zu ruhen. Sie traue sich sogar, anderen Menschen ihre nicht schweißnasse Hand zu geben. In den Phasen der Arbeitslosigkeit habe sie vor allem die finanzielle Unsicherheit gestresst. Sie wolle und müsse etwas zum Familienunterhalt beitragen, z.B. wenn ein gemeinsamer Urlaub anstehe. Aber auch die Chemie in der Arbeit müsse stimmen. Momentan laufe alles rund. Das Wissen darum, auch allein über die Runden zu kommen, bedeute eine gewisse Unabhängigkeit für sie. Karina bezeichnete sich als „Planer“. Sie takte jeden Tag und meistens auch den Folgetag komplett durch.

Ihre Essensmodalitäten passten zu ihrem Verlangen nach Frische und Abkühlung. Sie berichtete von einer Vorliebe für Gemüse und Salat, es müsse immer etwas Frisches auf dem Teller sein, z.B. Tomate und Mozzarella. Obst mag sie weniger und Alkohol steht sie sehr kritisch gegenüber. Gekühlte alkoholische Getränke wie Bier, Sekt oder Mischgetränke vertrage sie besser als Wein. Vor allem schweren Rotwein oder Glühwein müsse sie meiden.

Die Schlafstörungen, so Karina, wolle sie nicht länger hinnehmen, weswegen sie sich gleich das Phytotherapeutikum besorgt habe. Ihre Einstellung dazu: „Ich stelle mich der Sache und will da durchkommen. Wieso soll ich leiden?“ Da das Phytotherapeutikum nicht geholfen hat, suchte sie Hilfe durch die Homöopathie.

#### Fallanalyse und Verordnung

Nach Eingabe der Symptome zeigte sich erwartungsgemäß Sulphur an erster Stelle. Es gab einen Infekt, der bereits etwas länger zurücklag und der Auslöser ihrer Schlafprobleme gewesen sein könnte. Der andere Aspekt, der sich durchzieht, war das übermäßige Schwitzen. Während der bisherigen Behandlungszeit hatte sich das Problem weitestgehend normalisiert,

brach allerdings immer wieder auf, sobald die Patientin Stress in ihrem Job hatte. Was nun aber völlig ungewohnt war, das war ihr Hitzeempfinden, weswegen sie mehrmals in der Nacht aufwachte, und die für ihre Verhältnisse trockene Hitze.

Erfahrungsgemäß schieben viele Frauen um die 50 Jahre derartige Probleme auf die Wechseljahre. Ich habe jedoch auch Männer in der Praxis, die über eine nächtliche gestörte Temperaturregulation klagen und deswegen nicht gut schlafen. Und so lasse ich die Wechseljahre außen vor. Ich berücksichtigte jedoch die Tatsache, dass sie vorher einen grippalen Infekt durchgemacht hatte.

**Repertorisation** (nach Radar 10) siehe rechte Seite

**Verordnung:** Sulphur C30 (pur), einmal wöchentlich, insgesamt 4-mal

#### Weiterer Verlauf

Daraufhin hörte ich bis Anfang Juni nichts mehr von Karina. Im Juni 2018 gab es eine Hitzeperiode, und sie bat erneut um Hilfe wegen ihrer „Schwitz-Thematik“. Ihr Schlaf hatte sich nach Sulphur C30 stark gebessert und war nach wie vor zufriedenstellend. Da das verstärkte Schwitzen jedoch immer wieder auftrat, dachte ich über ein passenderes Mittel nach. Bislang hatte ich ihr fast ausschließlich mineralische Mittel verordnet.

In den vergangenen Jahren hatte Karina unter Magenbeschwerden gelitten, ausgelöst durch ihre berufliche Situation. Eine neue Kollegin machte ihr und einer anderen Kollegin das Leben schwer. Es sei so weit gegangen, dass die neue Kollegin versucht habe, ihre Kollegin, mit der sie immer sehr gut ausgekommen sei, aus der Firma zu mobben. Außerdem habe die neue Kollegin Karina ständig das Gefühl gegeben, für den Job nicht ausreichend qualifiziert zu sein. Erschwerend sei noch hinzugekommen, dass Karina aus finanziellen Gründen glaubte, an dem Job festhalten zu müssen. Stattdessen habe sie versucht, ihre Ernährung zu optimieren, auch hinsichtlich ihrer Schweißneigung. Anfang 2016 hatte sie dann aber doch eine neue Stelle

#### Repertorisation (nach Radar 10)

1	SCHLAF - ERWACHEN - nachts - Mitternacht - nach - 5 h	46
2	SCHLAF - ERWACHEN - nachts - Mitternacht - nach - 1 h	30
3	SCHLAF - ERWACHEN - nachts - Mitternacht - nach	221
4	EXTREMITÄTEN - HITZE - Arme - Hitzewallungen	4
5	SCHLAF - SCHLAFBEDÜRFNIS - groß	25
6	ALLGEMEINES - ABKÜHLUNG, KALTWERDEN - amel.	100
7	BRUST - HITZE - brennend	21
8	EXTREMITÄTEN - HITZE - Arme - Gefühl von	68
9	AUSDRÜCKE – Allgemeines. Influenza. Beschwerden seit	21

	Sulph.	Carb-v.	Caust.	Lyc.	Phos.	Sil.	Spong.	Staph.
	7	4	4	5	5	5	4	4
	13	7	7	8	8	7	6	6
1	2	-	-	1	-	-	-	-
2	-	-	-	-	1	-	-	-
3	1	1	2	2	1	2	3	1
4	-	-	-	-	-	1	-	-
5	2	-	2	-	-	2	-	2
6	2	1	1	3	1	1	1	1
7	2	2	-	1	2	-	1	-
8	3	3	2	1	3	1	1	2
9	1	-	-	-	-	-	-	-

angenommen, die sich schnell als noch größere Katastrophe herausstellte. Diesmal zog Karina die Konsequenzen und kündigte nach ein paar Wochen. Sie bekam ein anderes Angebot, das sie auch annahm.

Als sich Karina 2018 nach längerer Pause bei mir meldete, ging es ihr beruflich gut und sie hatte das Gefühl, in sich zu ruhen. Da es in den geschilderten Situationen stets die äußeren Umstände waren, die sie belasteten und zu deutlichen Reaktionen ihres Nervensystems mit starkem Schwitzen und Schlafstörungen führten, entschied ich, das Naturreich zu wechseln und ein passendes pflanzliches Mittel zu suchen. Nach Sankaran ist das Pflanzenreich angezeigt, wenn ein Patient empfindlich auf Einflüsse von außen reagiert und diese nicht kompensieren kann. Aufgrund ihrer dünnen Haut und der starken nervlichen Reaktion in Stresssituationen fiel

meine Wahl auf die Familie der Ranunculaceen (Hahnenfußgewächse). Aufregung, Anspannung, Zeitdruck, unterdrückte Gefühle wie Wut und Ärger hatten Karina so zugesetzt, dass sie akut erkrankte (Magen) oder sich ihre chronische Thematik, das Schwitzen, massiv verstärkte. Sie beschrieb sich in diesen Situationen zwar nach außen ruhig wirkend, doch in ihrem Inneren fühlte sie sich „zappelig“. Sie sagte: „Der Schweiß ist wie eine Entladung, die sich vorher nervositätsbedingt aufgebaut hat.“

Ich entschied mich für Ranunculus bulbosus aus dem Malaria-Miasma. Dieses setzt sich zusammen aus einem akuten und einem sykotischen Anteil. Für das Akut-Miasma spricht die Art und Weise, wie die Patientin von ihren Beschwerden heimgesucht wird: „von heute auf morgen“, „es reißt mich aus dem Schlaf“,

d.h. die Schweißattacken treten plötzlich auf, ohne Vorwarnung. Als sykotisch interpretierte ich ihre Haltung zu den Beschwerden. Karina erzählte, sie vermeide Nahrungsmittel, die ihre Magenschmerzen verstärkten oder ihre Schweißneigung beförderten. Auch war es ihr ganz wichtig, dass andere Menschen nichts von ihrer Schweißneigung mitbekämen.

Der potenzierte Knollige Hasenfuß weist Beschwerden bei Hitze und Kälte auf. Die Betroffenen sind empfindlich gegen Kälte und kühle, frische Luft, und das Mittel hat Bezug zu Gastritis und starken Bauchschmerzen. Insgesamt erfolgte die Verschreibung vorrangig nach den Pflanzenempfindungen Sankarans.



Ranunculus bulbosus, der Knollige Hasenfuß, ist ein bewährtes Mittel bei Neuralgien, die immer wieder akut aufflackern, dabei aber chronifizieren.

**Verordnung:** *Ranunculus bulbosus* C30, 3 Globuli, aufgelöst in Wasser, im Rhythmus abends – morgens – abends, jeweils einen Schluck

#### Weiterer Verlauf

Elf Tage später bekam ich die Rückmeldung, Hitze- und Schweißschübe hätten sich seit der Einnahme immer mehr aufgebaut und auf einem hohen Niveau eingependelt. Zu der Hitze sei starkes Schwitzen am Rumpf hinzugekommen, sodass sie sich umziehen musste. Die Nächte seien auch wieder schlechter geworden, da sie seit der Mitteleinnahme auch nachts unter Hitzeschüben leide. Mein erster Gedanke war: Das Mittel ist falsch. Dennoch bat ich die Patientin, ein paar Tage abzuwar-

ten, da es das erste Mal war, dass nach einer Mitteleinnahme „gegen das Schwitzen“, die Schweißneigung verstärkt auftrat. Das wiederum hat mich dazu bewogen, dem Mittel noch etwas Zeit zu geben. Weitere fünf Tage später trat die positive Mittelwirkung deutlich zu Tage. Karina schlief tief und erholsam, die Hitzeschübe hatten sich langsam reduziert und waren nun ganz weg.

Am 7. August 2018 meldete sich Karina erneut wegen akuter Schlafstörungen. Sie beschrieb diese als „totale Blockade“. Nach der Mitteleinnahme sei alles super gelaufen, sie sei um 22.15 Uhr ins Bett gegangen und habe gut geschlafen. Jetzt, im Hochsommer, sei es wieder sehr warm und so könne sie nicht zur gewohnten Zeit ins Bett gehen. Obwohl sie erst um 23.00 Uhr schlafen ginge, fände sie nicht in den Tiefschlaf. Sie gehe am Stock.

**Verordnung:** *Ranunculus bulbosus* C30, 3 Globuli, aufgelöst in Wasser, davon über drei Tage abends 1 TL

Am 22. Oktober 2018 erhielt ich eine kurze Nachricht, in der Karina den Wunsch äußerte, das Mittel zu wiederholen. Sie hätte wieder Schlafstörungen, wache jeden Morgen gegen fünf Uhr auf und schwitze vermehrt an Händen und Füßen. Ich erfuhr noch, dass sie vor kurzem aus dem Urlaub zurückkam, den sie organisiert hatte: Eltern, Schwester mit Familie und die eigene Familie – alle unter einem Dach in einem Ferienhaus auf einer Insel. Das sei sehr anstrengend gewesen: zu viele unterschiedliche Charaktere, Wünsche und Altersstufen. Sie habe es allen recht machen wollen und sich als Organisatorin für das gute Gelingen verantwortlich gefühlt. Ihr abschließendes Fazit: „*Das mache ich nicht noch einmal.*“

Da ihr *Ranunculus bulbosus* jedes Mal gutgetan hatte, die Wirkung jedoch nicht nachhaltig anhielt, wechselte ich die Potenz.

**Verordnung:** *Ranunculus bulbosus* C200, 3 Globuli, aufgelöst in Wasser, an zwei Tagen hintereinander jeweils einen Schluck

Eine Woche später, am 29. 10. 2018, führten wir eine längere Fallaufnahme durch, da sich die Situation zugespitzt hatte. Karina musste sich krankschreiben lassen. Und so schilderte sie mir den Urlaub etwas genauer. Sie war der Ansicht, die missglückte Heimreise habe ein Trauma bei ihr ausgelöst. Der Urlaub sei der pure Stress gewesen, ihr Mann und ihr Schwager seien „total gegensätzlich“ und sie habe gefühlt zwischen den Stühlen gesessen. Von Tag zu Tag sei es ihr schlechter gegangen, die ganze Situation habe ihr stark zugesetzt. Drei Tage vor dem Abflug starb der älteste Bruder ihres Vaters, das sei alles sehr belastend gewesen. Zudem wurde der Heimflug vom Nachmittag auf den frühen Morgen verlegt, eine entsprechende Mail hatte sie aber nicht erhalten. Als die Familie zur geplanten Zeit am Flughafen ankam, war das Flugzeug bereits weg. Ihre Eltern saßen am Flughafen und wollten nur noch heim. Ihr Mann sei in einer solchen Situation ein „Totalausfall“, und sie habe sich verantwortlich und einfach nur furchtbar gefühlt. Nun musste schnellstens die Heimreise neu organisiert werden. Da es an diesem Tag keinen weite-

ren Flug nach Deutschland gab, musste eine Übernachtung gesucht werden. Das Quartier entsprach nicht den allgemeinen Vorstellungen und so sei viel „gemosert“ worden. Am nächsten Tag konnten sie die Heimreise zwar antreten, jedoch nicht zu dem eigentlichen Ziel-flughafen. Es mussten zwei Mietwagen gebucht werden, und es folgte eine dreistündige Heimreise mit dem Auto. Durch das angebliche Eigenverschulden blieben sie auf den zusätzlichen Kosten sitzen und Karina fühlte sich schuldig „an dem ganzen Theater“.

Nach der Ankunft zu Hause habe alles brach gelegen, sie sei „total fertig“ gewesen, habe sogar die Wäsche liegengelassen, um sich halbwegs zu erholen. Am Dienstag musste sie wieder zur Arbeit und dort habe „Chaos pur“ geherrscht. Was sie an ihrem Arbeitsplatz vorfand, habe ihr den Boden unter den Füßen weggezogen. Und das sei von Tag zu Tag schlimmer geworden – alles sei „drunter und drüber gegangen“. Während ihres Urlaubs wurde ein Teil der Büro-tätigkeiten ausgelagert und so wurde sie mit Aufgaben konfrontiert, die sie nie machen wollte, und die man ihr nun „aufs Auge drückte“. Sie dachte, sie bekomme einen „Herzkasper“, hatte hohen Blutdruck, fühlte sich „total aufgewühlt“ und stand neben sich, wie sie sagte. Schließlich ging sie zu ihrem Hausarzt, der sie krank-schrieb und Schlaftabletten verordnete, damit sie zur Ruhe komme. Die letzte Nacht sei schon viel besser gewesen, sie habe sich um 21.00 Uhr hingelegt und mit Neurexan®<sup>2</sup> sowie einer halben Schlaftablette bis 4.30 Uhr geschlafen. Dann sei das Kopfkarussell zwar wieder losgegangen, aber sie habe sich nicht mehr so gefühlt, als stehe sie neben sich. Ihre Kollegin habe sie unterstützt und gesagt, sie solle zu Hause bleiben, sie bekäme zu viel aufgeladen, das könne so nicht weitergehen. Was sie nach ihrem Urlaub so nebenher auch erfahren hatte, war, dass ihre Büroräume bereits gekündigt waren und sie bis April ausgezogen sein mussten. Keiner wusste wohin. Daraufhin sei sie „ausgeflipt“, weil sie einfach nicht mehr konnte. Der Hausarzt wollte ihr zusätzlich ein Psychopharmakon verschreiben, was sie jedoch vehement ablehnte.

<sup>2</sup> Homöopathisches Komplexmittel gegen Schlafstörungen und innere Unruhe

Wir vereinbarten, dass sie das Schlafmittel zunächst weiter einnimmt, wobei ich hoffte, dass sie durch bessere Nächte wieder Boden unter den Füßen bekommen würde. Außerdem stand am nächsten Wochenende der Auszug ihrer Tochter bevor, an dem sie tatkräftig mithelfen wollte. Karina nahm sich vor, die Auszeit während der Krankschreibung dafür zu nutzen, sich zu entspannen und ihre Tätigkeit in der Arbeit zu überdenken. Ich riet ihr, regelmäßig an die frische Luft zu gehen und sich ausreichend Bewegung zu verschaffen. Gleichzeitig machte ich mich auf die Suche nach einem passenderen homöopathischen Mittel. Ranunculus bulbosus C200 hatte nach dem traumatischen Urlaubserlebnis und dem Chaos in ihrem Job nach der Heimkehr nicht viel gebracht.

Die Themen der Ranunculaceen sind: Beschwerden durch Entrüstung, Empörung, Kränkung, Demütigung, Ärger und Zorn mit stillem Kummer. Die aktiven Reaktionen darauf sind: Grübeln, Brüten, unterdrückte Wut und stiller Kummer, Schuldgefühle, Schock, blank liegende und überempfindliche Nerven, aber auch Platzen und Überkochen vor Wut. Die Betroffenen reagieren überempfindlich und mit innerer, nervöser Anspannung auf Kleinigkeiten. Die passive Reaktion ist Abgestumpftheit.

#### Was war hier geschehen?

Karina fühlte sich verantwortlich für den verpassten Flug, da ihr die Mail mit der geänderten Abflugzeit entgangen war. Ihren Ärger darüber und die Wut auf sich selbst konnte sie nicht rauslassen. Kaum erholt, erlebte sie im Büro eine empörende Situation: Die Arbeit hatte sich angestaut, zusätzlich sollte sie noch weitere Tätigkeiten übernehmen, und wo sie in Zukunft arbeiten sollte, stand in den Sternen. Alles erfolgte über ihren Kopf hinweg, ohne Absprache. Sie erlebte diese Situation als Trauma, wie sie selbst sagte, und reagierte mit überempfindlichen Nerven. Schließlich rastete sie im Büro aus und war innerlich so angespannt, dass sie keine Ruhe mehr fand.

Aus meiner Sicht passte ihr Reaktionsmuster nach wie vor zu den Ranunculaceen. Was jedoch nicht stimmte,

war das Miasma. Es gab immer wieder Phasen der Ruhe, unterbrochen durch akute Schübe, in denen sie sich in ihrem Job Schikanen und Überforderung ausgesetzt sah. Dies erzeugte bei ihr ein Gefühl von Kränkung und unterdrückter Wut, was zu vermehrtem Schwitzen oder einer schmerzhaften Gastritis führte. Nun nahm ich deutlich das Typhus-Miasma wahr, bestehend aus einem akuten und einem psorischen Anteil. Das Typhus-Miasma ist gekennzeichnet durch wiederkehrende intensive, bedrohliche Zustände – akute Krisen – im Wechsel mit Phasen der Ruhe und Zuversicht. In der akuten Krise war Karina extrem verzweifelt und konnte nicht schlafen. Dennoch versuchte sie alles Mögliche, um wieder Boden unter den Füßen zu bekommen, griff sogar zu Schlaftabletten, die sie eigentlich nicht nehmen wollte. Das Mittel aus der Familie der Ranunculaceae, das dem Typhus-Miasma zugeordnet wird, ist Helleborus niger, die Schwarze Nieswurz. Dazu einige treffende Symptome zu Helleborus aus dem Seideneder: Zustand von Benommenheit, Schläfrigkeit bis Schlaflosigkeit durch Gedanken, Hin- und Herwerfen im Bett, Reaktionsmangel und große Schwäche, fühlt sich wohler in freier Luft.

Am 1. November 2018 telefonierte wir noch einmal miteinander, es ging Karina sehr schlecht. Sie fühlte sich elend, sagte, sie habe ein übergroßes Schlafbedürfnis. Seit zehn Tagen habe sie keine Nacht mehr erholt geschlafen. Das Schlafmittel mache sie benommen und vernebelt. Sie habe am vorletzten Abend eine ganze Tablette genommen, weil sie hoffte, damit besser schlafen zu können, stattdessen erlebte sie das Gegenteil. Sie schlief zwar ein, aber um vier Uhr war Schluss – von da an habe sie sich nur herumgewälzt, gedöst und wirres Zeug geträumt. Sie sei nicht mehr sie selbst, das Elend würde immer schlimmer, statt besser. „Mir zieht es überall den Boden weg, es schnürt mir die Kehle zu“, so ihre Worte. Das Chaos im Haus, was durch den bevorstehenden Umzug herrschte, stresste sie zusätzlich. „Ich räume allen hinterher. Ich bin die ganze Zeit aktiv, muss ständig etwas machen, aber eigentlich bin ich zu nichts zu gebrauchen. Frische Luft tut mir gut. Ich rege mich viel mehr und früher auf als sonst. Ich muss aus dieser Situation rauskommen,

aber ich weiß nicht wie, und wie ich überhaupt damit umgehen soll. Ich bin so furchtbar müde, das ist eine bleierne Müdigkeit. Wenn ich mich hinlege, geht das Gedankenkarussell los, dass ich das alles nicht mehr schaffe. Wann kann ich wieder arbeiten? Ich habe Zukunftssorgen und eine totale innere Unruhe. Das hat mich völlig aus der Bahn geworfen.“ Karina war nicht belastbar und fühlte sich wie gelähmt.

**Verordnung:** *Helleborus niger* C30, 3 Globuli, aufgelöst in Wasser, davon 2 TL im Laufe des Tages

Nach der ersten Nacht bekam ich folgende Rückmeldung: „Ich habe von 21.30 bis 5.15 Uhr tief und gut geschlafen, dann etwas wachgelegen, bin dann aber wieder eingeschlafen und habe bis 8.15 Uhr geschlafen. Ich fühle mich besser und stabiler.“

**Verordnung:** *Helleborus niger* C30, 3 Globuli, aufgelöst in Wasser, davon abends 1 TL

Am übernächsten Tag erfolgte der Umzug der Tochter in eine andere Stadt. Am 4. November bekam ich die Nachricht von Karina, der Umzug sei geschafft. Sie sei zwar hinterher ziemlich „platt“ gewesen und habe noch lange nicht wieder aufgetankt seit dem Tiefgang der letzten zwei Wochen. Gestern habe sie das Mittel um 21.30 Uhr genommen, danach sei sie für zwei Stunden richtig aufgewühlt gewesen. Doch dann hätte sie bis sechs Uhr geschlafen. Das Mittel hätte eine enorme Energie.

Damit sie das Mittel nicht zu sehr aufputscht, verordnete ich es in der zweiten Verdünnung und verlegte die Einnahme zeitlich nach vorne. Zweite Verdünnung heißt: Von der Lösung (3 Globuli in Wasser) 1 TL entnehmen, diesen wiederum in etwas Wasser geben und erst davon 1 TL einnehmen. Nach deutlicher Besserung des Schlafes das Mittel reduzieren und nur noch jeden zweiten Abend bzw. bei Bedarf einnehmen. Weitere zwei Wochen später bekam ich die Rückmeldung, es gehe ihr wieder gut.

Bis Mai 2020 war keine weitere Behandlung nötig.

#### Fazit

In diesem Fall war es hilfreich, die Suche nach dem passenden Mittel auf das Pflanzenreich auszudehnen. Vielfach werden mineralische Mittel bei der Reperforisation nach vorne gespült, da sie in den Rubriken zahlreicher vertreten sind. Außerdem ist es oft schwierig, die Naturreiche klar voneinander abzugrenzen. Bei der Wahl des Miasmas musste ich mich korrigieren. Ich erkannte erst im hochakuten Zustand, dass bei diesem Fall das Typhus-Miasma angezeigt war. Dass es sich um ein „zusammengesetztes Miasma“, bestehend aus einem akuten und einem weiteren Anteil handelt, wurde schnell deutlich. Aber war es wirklich das Malaria-Miasma, das hier angezeigt war? Was für mich zunächst als Vermeidung und ein sich Fügen in das Unvermeidbare aussah, was für die Sykose gesprochen hätte, entpuppte sich während der weiteren Behandlung als aktives Bemühen um eine Lösung der anstehenden Probleme. Das ist der psorische Anteil des Typhus-Miasmas. Die Patientin reagierte nicht passiv auf ein Problem, sondern ging in die Aktion. Damit war ihr Heilmittel nicht Ranunculus bulbosus, sondern Helleborus niger.



**Ellen Hemeke**, Heilpraktikerin, Ausbildung zur Klassischen Homöopathie an der Akademie für Klassische Homöopathie in Gauting. Eigene Praxistätigkeit seit 2002 mit Schwerpunkt Klassische Homöopathie und medizinische Hypnose. Aktives Mitglied bei „Homöopathen ohne Grenzen“ (HOG) im Projekt Sierra Leone.

HP/Dipl.-Ing. (FH)  
Ellen Hemeke  
Steinhofener Str. 12-14  
72406 Bisingen  
www.ellen-hemeke.de