

3. Schnupfen

3.1 Allgemeines

Ein einfacher Schnupfen kann individuell mit recht unterschiedlichen Symptomen verlaufen, z.B. als Fließ- oder Stockschnupfen, mit wässrigem, eitrigem oder gar blutigem Nasensekret, mit viel Niesen oder Kopfschmerzen um nur einige der vielfältigen Möglichkeiten aufzuzählen. Außerdem kann sich beim Betroffenen, wie auch bei allen anderen Krankheitsbeschwerden, die Stimmungslage im Vergleich zu sonst verändern; auch solche Veränderungen sind, wenn sie auffällig sind, mit in die Wahl des geeigneten homöopathischen Mittels einzubeziehen.

Hervorgerufen wird ein Schnupfen zunächst durch Schnupfenviren (Rhinoviren). Die Symptome des einfachen Schnupfens sind beschränkt auf Niesen, vermehrtes Nasensekret, Kratzen im Hals und evtl. Hüsteln.

Kommen Fieber, Halsschmerzen oder Husten hinzu, spricht man bereits von einem grippalen Infekt.

Wird das Nasensekret dick und eitrig, ist zur Virusinfektion eine bakterielle Infektion hinzugekommen (bakterielle Superinfektion).

Reichen die körpereigenen Abwehrkräfte nicht aus und wurde nicht geeignet behandelt, so kann die Infektion sich in die Nasennebenhöhlen hinein ausweiten; Anzeichen hierfür sind Schmerzen im Bereich der Stirn oder im oberen Wangenbereich. Eine solche Nasennebenhöhlenentzündung (= Sinusitis, wenn die Stirnhöhle betroffen ist) ist eine Komplikation des Schnupfens und sollte von Laien nicht selbst behandelt werden.

"Holt sich" jemand immer wieder "einen Schnupfen" oder erkrankt wiederholt an anderen Infekten der Atemwege (sog. rezidivierende Infekte oder erhöhte Infektanfälligkeit), so kann dies i.a. nicht mit den hier angeführten Akutmitteln ausgeheilt werden (vgl. hierzu die Anmerkung im Vorwort). Diese lindern dann lediglich und verkürzen den akuten Verlauf.

Infolge der Vielfalt der möglichen Schnupfenverläufe können hier verständlicherweise nicht alle in Frage kommenden homöopathischen Mittel aufgeführt werden. Die Auswahl beschränkt sich deshalb auf diejenigen, die besonders häufig und v.a. bei den komplikationslosen Verläufen in Frage kommen.

Vorbeugend nach einer Verkühlung, wenn eine Erkältung zu befürchten ist, aber noch keine Krankheitsanzeichen da sind, kann zunächst **Camphora** D1 (=Urtinktur) eingenommen werden; dazu werden 5-10 Tropfen in etwas Wasser gegeben und eine Weile im Mund behalten, danach schlucken oder ausspucken. Camphora darf jedoch nur vor den anderen homöopathischen Mitteln und nicht während einer homöopathischen Konstitutionsbehandlung angewendet werden (vgl. auch Kapitel 14.3)! Auch Kleinkindern unter 6 Jahren sollte kein Kampfer gegeben werden!

3.2 Hilfe zur Differentialdiagnose

Welches Mittel in welcher Situation?

1. bei plötzlichem Beginn:

**Aconitum
Belladonna**

2. im Anfangsstadium des Schnupfens:

**Aconitum
Belladonna
Allium cepa
Dulcamara
Natrium muriaticum
Nux vomica**

3. bei langsamem Beginn:

**Gelsemium
Hepar sulfuris
Pulsatilla
Silicea**

4. bei "festgesetztem" Schnupfen:

**Hepar sulfuris
Kalium bichromicum
Silicea**

5. bei kaltem trockenem Wetter ("Wintermittel"):

**Aconitum
Belladonna
Hepar sulfuris
Nux vomica**

6. bei kaltem feuchtem Wetter:

**Belladonna
Rhus toxicodendron**

Wetterwechsel von Hitze zu feuchter Kälte:

Dulcamara

7. bei mildem Klima:

besonders im Frühjahr oder Herbst:

Bryonia

Wetterwechsel von kalt auf warm-feucht
(Frühling, Sommer, Föhn):

Gelsemium

8. bei Wetterwechsel von kalt auf warm-trocken:

**Natrium muriaticum
Pulsatilla**

9. nach Durchnässung:

Dulcamara
Nux vomica
Pulsatilla
Rhus toxicodendron

10. Fließschnupfen:

bei gleichzeitig verstopfter Nase:

Allium cepa
Euphrasia
Gelsemium
Rhus toxicodendron
Arsenicum album

11. Stockschnupfen:

nach anfänglichem Fließschnupfen:

Aconitum
Belladonna
Dulcamara
Kalium bichromicum
Silicea
Hepar sulfuris oder
Natrium muriaticum

12. Wechsel zwischen laufender und verstopfter Nase:

Nux vomica
Pulsatilla

13. bei starker Augenbeteiligung:

brennendes Nasensekret, milde Tränen:
mildes Nasensekret, scharfer Tränenfluss:

Allium cepa
Euphrasia
Dulcamara

14. bei besonders auffälligem Nasensekret (s. Tabelle):

Allium cepa
Euphrasia
Hepar sulfuris
Kalium bichromicum
Natrium muriaticum
Pulsatilla

15. mit Lippenbläschen (Herpes):

Dulcamara
Natrium muriaticum
Rhus toxicodendron

16. bei insgesamt großer Kälteempfindlichkeit:

Arsenicum album
Dulcamara
Hepar sulfuris
Nux vomica
Silicea
Rhus toxicodendron

3.3 Tabelle

SCHNUPFEN	Aconitum	Allium cepa	Arsenicum album	Belladonna
Ursache/ Auslöser	kalter <u>trockener</u> (Nord-)Wind; sonniges <u>trockenes</u> Winterwetter	kalter, feuchter, durchdringender Wind		kaltes, auch feucht-kaltes Wetter
Beginn	<u>schnell</u> bis <u>stürmisch</u> innerhalb weniger Stunden mit heißer, trockener, verstopfter Nase	mit heftigem Niesen und laufender Nase		<u>schnell</u> innerhalb weniger Stunden mit trockenen, geschwollenen Nasenschleimhäuten und Niesanfällen
Art	heftige Entzündung der Nasenschleimhäute, <u>heiß, trocken</u>	Fließschnupfen	wund machend, wässrig trotz verstopfter Nase	heftige Entzündung der Nasenschleimhäute, <u>heiß, trocken</u>
Sekret (Farbe, Beschaffenheit, Besonderes)	wässrig, scharf	wässrig und klar, <u>brennend</u> , wund machend	wässrig, <u>brennend</u> bis <u>ätzend</u>	wenig bis fehlend; auch bei unterdrücktem Schnupfen
Verschlimmerung	im warmen Raum; abends und <u>nachts</u>	im warmen Raum; abends	in der Kälte; im Freien; nachts; durch kalte Nahrung	nachts; Licht, Geräusch, Berührung, Bewegung
Besserung	im Freien, in kühler Luft	an frischer Luft, im kalten Raum	durch Wärme oder Hitze, durch warme Nahrung und Getränke	durch Ruhe
Wärmehaushalt	heiß, evtl. mit erhöhter Temperatur		<u>sehr fröstelig</u> und kälteempfindlich	heiß, evtl. mit erhöhter Temperatur
Begleitsymptome	<u>Durst</u> ; evtl. starke klopfende Kopfschmerzen, kann nicht schlafen	evtl. Gesicht- und Kopfschmerz; <u>milde Tränensekretion</u>	Durst, trinkt aber nur wenig auf einmal; evtl. Heiserkeit und trockener, kitzelnder Husten; fühlt sich elend und schwach	klopfende Halsschlagadern und Kopfschmerz; <u>kein Durst</u> ; gerötete Augen, erweiterte Pupillen
psychische Situation/ Menschentypus	unruhig, evtl. ängstlich		<u>besorgt</u> um die Gesundheit, unruhig, ängstlich, will nicht allein sein; <u>pedantisch</u>	unruhig, aufgeregt, benommen, überreizte Sinne

SCHNUPFEN	Bryonia	Dulcamara	Euphrasia	Gelsemium
Ursache/ Auslöser	meist mildes Klima (Frühjahr, Herbst); bei finanziellen Sorgen und Ärger	feuchte Kälte; besonders: <u>kalte Nächte und heiße Tage zu Ende des Sommers</u>		<u>feuchtes, mildes Wetter</u> (Frühjahr, Sommer)
Beginn	mit Niesen	mit Nasenverstopfung und dicken Absonderungen	mit Niesen und wässriger Absonderung	sehr langsam
Art	trocken oder fließend	Stockschnupfen, wenig heftig, aber völlig verstopft	Fließschnupfen	Fließschnupfen
Sekret (Farbe, Beschaffenheit, Besonderes)		dicker, gelber Schleim oder blutige Krusten	<u>mild</u> , reichlich; anfangs wässrig, später schleimig-eitrig	wässrig, brennend, wund machend
Verschlimmerung	durch Wärme, Bewegung; morgens	durch Kälte, kalten Regen; <u>Nasenverstopfung schlechter in kalter Luft</u>	an der frischen Luft; bei Kälte und Wind; nachts	durch Hitze
Besserung	durch Ruhe und Kaltes	durch Wärme; <u>Nasenverstopfung besser im warmen Raum</u> und durch Warmwerden bei Bewegung	im Zimmer	an frischer Luft
Wärmehaushalt		kälteempfindlich	kälteempfindlich	kalte Hände und Füße bei heißem Kopf
Begleitsymptome	Kopfschmerz; evtl. Heiserkeit und Husten; <u>großer Durst auf Kaltes</u> ; Verstopfung	Bläschenauschlag der Lippen; gerötete Augen; evtl. Schmerzen in Gliedern und Rücken	<u>Entzündung der Augen mit scharfem Tränenfluss</u>	schwach, kraftlos; <u>lahmes Gefühl</u> im Körper; Frostschauer, kein Durst; meist dumpfer Kopfschmerz; Halsentzündung und Husten
psychische Situation/ Menschen-typus	mürrisch, gereizt, abweisend; <u>will seine Ruhe haben</u>	träge, phlegmatisch; Streitbar, ungehalten; willensstark, dominant in Familie		<u>schläfrig</u> , benommen; evtl. ängstlich

SCHNUPFEN	Hepar sulfuris	Kalium bichromicum	Natrium muriaticum	Nux vomica
Ursache/ Auslöser	kalter trockener <u>Wind</u>	feuchtes, kaltes Wetter; häufig im Frühjahr und Herbst	evtl. Kummer; nach Schwitzen	Wind, Zugluft, Nasswerden, Verkühlung, bes. Füße und Kopf
Beginn	mit Niesen und laufender Nase, zunächst ohne Krankheitsgefühl	mit trockener verstopfter Nase und Druck an der Nasenwurzel	mit heftigem Niesen	mit Niesen, Jucken und Kratzen in der Nase
Art	zunächst Fließ-, aber bald Stock-schnupfen	Stockschnupfen, festsitzend	zunächst Fließ-schnupfen, übergehend in Stock-schnupfen	abwechselnd Fließ- und Stock-schnupfen, evtl. einseitig verstopft
Sekret (Farbe, Beschaffenheit, Besonderes)	dickflüssig, gelblich; <u>riecht nach altem Käse</u>	gelb- bis gelbgrüner zäher Schleim, <u>fadenziehend</u> ; Krusten	reichlich, wässrig, nicht scharf, etwas klebrig <u>wie rohes Eiweiß</u>	<u>meist nur gering</u> , wässrig bis schleimig und mild
Verschlimmerung	Kälte, Zugluft, im Freien	morgens	vormittags; Zimmerwärme	Zugluft; im Zimmer und morgens: verstärkte Nasensekretion; draußen und nachts: verstopfte Nase
Besserung	<u>Wärme</u> , im warmen Zimmer oder Bett	Wärme; durch Abfluss des Nasensekrets	frische Luft	<u>Wärme</u> ; warmes Bett, warme Getränke
Wärmehaushalt	<u>sehr fröstelig</u>	<u>warmblütig</u> , aber <u>leicht durch Abkühlung erkältet</u>	kälteempfindlich, wenig Eigenwärme	<u>sehr fröstelig</u> , leicht erkältet
Begleitsymptome	rauher Hals	<u>Druckgefühl an der Nasenwurzel</u> ; Beteiligung der Nasenneben- und Stirnhöhlen; Geruchsverlust	Fieberbläschen um Mund und Nase (<u>Herpes</u>); Trockenheit; Verlust von Geruchs- und Geschmacksinn	
psychische Situation/ Menschen-typus	niedergeschlagen, <u>vergräbt sich im warmen Bett</u> ; ärgerlich, gereizt	kräftig gebauter Typus mit Erkältungsanfälligkeit	bedrückt, schwermütig, <u>verschlossen</u> ; lehnt Trost und Anteilnahme ab	sehr empfindlich und <u>gereizt</u> ; Arbeitswut, Missbrauch von Stimulantien und Arzneimitteln

SCHNUPFEN	Pulsatilla	Rhus toxicodendron	Silicea
Ursache/ Auslöser	Wechsel von kalt zu warm	nebliges, feuchtkaltes Wetter; plötzlicher Wechsel von warm zu kalt	
Beginn			<u>langsam</u> ; Geruchsverlust und Jucken der Nase
Art	Wechsel von Fließ- und Stockschnupfen	heftiger Fließschnupfen, heiß, wund	Stockschnupfen mit Gefahr, chronisch zu werden
Sekret (Farbe, Beschaffenheit, Besonderes)	dick, <u>mild</u> , gelb bis gelbgrünlich	dick, gelb oder grün	<u>dick eitrig</u> , gelb bis grün
Verschlimmerung	im warmen Raum	(feuchte) Kälte; nachts	<u>Zugluft</u> ; Kälte
Besserung	an frischer Luft, <u>Fenster muss offen sein</u> ; Aufmerksamkeit und Trost	Wärme, Bewegung (Umhergehen)	Wärme, Mütze auf dem Kopf
Wärmehaushalt	z.T. <u>wenig Eigenwärme, verträgt aber keine äußere Wärme</u>	fröstelig	<u>sehr fröstelig</u> , besonders Füße sind eiskalt
Begleitsymptome	<u>kein Durst</u> ; Verlust von Geruchs- und Geschmacksinn	<u>starke Beeinträchtigung des Allgemeinbefindens</u> , Gliederschmerz; Heiserkeit, Kopfschmerz, Herpes an den Lippen; großer Durst	drückender Kopfschmerz; häufig Ausweitung auf die Nasennebenhöhlen
psychische Situation/ Menschen-typus	weinerlich, quengelig, anschiemig; liebt Anteilnahme und Trost	unruhig, besorgt, deprimiert	<u>mutlos</u> , ängstlich, schnell erschöpft; unsicher, unentschlossen

