

AMSE EQUISETUM ARVENSE UND HIEMALE – PRÜFUNGS-METHODE

1. Prüfmittel

Verwendet wurden Equis-a. C30 und Equis-h. C6, C30 und C200 von der Deutschen Homöopathie-Union, Karlsruhe. Beide Mittel werden laut Auskunft der DHU durch Mazeration mit Ethanol hergestellt. Verwendet wurde von Equisetum arvense das frische, im Spätsommer gesammelte Kraut, d.h. also die sterilen Stängel, von Equisetum hiemale das frische Kraut.

Die Urtinktur wurde sodann nach Hahnemann (Mehrglasmethode) potenziert.

Wurde das Prüfmittel aus einer anderen Quelle verwendet, so ist dies besonders angegeben.

2. Prüfer

Der Kreis der Prüfer setzte sich zusammen aus HomöopathInnen, Homöopathie-studentinnen sowie einigen interessierten Laien. Das Alter der Prüfungsteilnehmer lag zwischen 29 und 73 Jahren. Von den ursprünglich 28 Prüfern waren 22 weiblich, 6 männlich, ein zwar nicht ausgewogenes, aber häufiges Verhältnis bei homöopathischen Arzneimittelprüfungen.

Darüber hinaus unternahmen gleichzeitig fünf Prüferinnen eine Kopfkissenprüfung, deren Ergebnisse besonders gekennzeichnet sind.

Die Teilnehmer der Einnahmeprüfung wurden ungefähr hälftig auf zwei Gruppen verteilt, die mit A und B gekennzeichnet waren. Prüfer der Gruppe A erhielten Equis-a., die der Gruppe B Equis-h., ohne dass der einzelne Prüfer von der Existenz dieser beiden Gruppen wusste.

Die Kennzeichnung mit A und B war gewählt worden, um keinerlei Hinweise zu geben. In der späteren Auswertung wird A für „arvense“ beibehalten, statt B wird aber H für „hiemale“ verwendet.

Außer der Prüfungsleiterin hatte keiner der Teilnehmer (und auch niemand sonst) Kenntnis davon, welche Substanz geprüft wurde, noch irgendeine Ahnung, um was es sich handeln könnte.

Auf eine Placebo-Gruppe oder -phase wurde verzichtet (vgl. dazu die Ausführungen von Bernd Schuster zum Kopiereffekt in „Cola – Homöopathische Arzneimittelprüfung von Cola nitida“ unter 2.1 Prüfungsmethoden, S. 31-36), alle Prüfer erhielten also Verum.

Es wurde darauf geachtet, dass die Teilnehmer zum Zeitpunkt der Prüfung nach landläufigen Maßstäben gesund, also zumindest nicht akut oder schwer chronisch krank waren. Außerdem durften sie sich nicht in einer laufenden homöopathischen Behandlung befinden. Andere Ausschlusskriterien wurden nicht angewendet. Die weiteren Vorgaben ergeben sich aus der Prüfungsanleitung (siehe 3.).

Prüfungsübersicht:

Prüfer Nr.	Geschlecht/Alter	Prüfer Nr.	Geschlecht/Alter
A1	w 44 J.	B1 = H1	w 52 J.
A2	w 73 J.	B2 = H2	w 35 J.
A3	w 34 J.	B3 = H3	m 41 J.
A4	m 41 J.	B4 = H4	w 73 J.
A5	w 34 J.	B5 = H5	w 43 J.
A6	w 40 J.	B6 = H6	w 39 J.
A7	w 41 J.	B7 = H7	w 47 J.
A8	w 41 J.	B8 = H8	w 39 J.
A9	w 47 J.	B9 = H9	w 53 J.
A10	w 52 J.	B10	m 41 J. Ausfall
A11	w 32 J.	B11 = H11	w 29 J.
A12	w 41 J.	B12 = H12	w 42 J.
A13	m 57 J.	B13 = H13	m 41 J.
		B14 = H14	m 39 J.
		B15 = H15	w 42 J.

Die Teilnehmer der Kopfkissenprüfung erhielten im Nachhinein folgende Kennzeichnung:

AK1	w 52 J.	(A für arvense, K für Kopfkissen)
HK1	w 58 J.	(H für hiemale, K für Kopfkissen)
HK2	w ?	
HK3	w 52 J.	
HK4	w ?	

3. Prüfungsanleitung

Alle Teilnehmer der Prüfung erhielten die nachfolgende Prüfungsanleitung. Aufgrund der Tatsache, dass einige Erstprüfer und Laien teilnahmen, wurde diese recht ausführlich gehalten.

Anmerkung:

Damals wurde noch überwiegend von Arzneimittelprüfungen gesprochen, inzwischen ist man dazu übergegangen, von (homöopathischen) Arzneimittelselbsterfahrungen zu sprechen, abgekürzt als (h)AMSE – in Abgrenzung von den in der sog. evidenzbasierten Medizin geforderten Prüfungen, deren Anforderungen z.T. nicht sinnvoll auf die Homöopathie übertragbar sind.

ARZNEIMITTELPRÜFUNG (AMP)

1. Vorbemerkungen:

Die homöopathische Arzneimittelprüfung (AMP) ist ein wichtiger Bestandteil der homöopathischen Wissenschaft und dient der Erweiterung des homöopathischen Arzneimittelschatzes und des Wissens über die Heilwirkung der einzelnen homöopathischen Mittel.

Eine solche Prüfung ist nicht vergleichbar mit den Studien über die Wirkung chemischer Substanzen, wie sie die Schulmedizin durchführt. Die homöopathischen Arzneimittel sind weder möglicherweise gesundheitsgefährdend noch können sie bei Einnahme in der vorgegebenen Weise Schäden irgendwelcher Art hervorrufen.

Ein homöopathisches Arzneimittel kann zu vorübergehenden, mehr oder weniger starken Befindensveränderungen im körperlichen, seelischen oder geistigen Bereich führen; daraus erhalten die Homöopathen wichtige Informationen für dessen Heilwirkung.

Die Prüfung wird durchgeführt mit zur Zeit der Prüfung (relativ) gesunden, d.h. zumindest nicht akut kranken Personen. Nach der Erfahrung der Homöopathie kann nämlich ein Mittel die Beschwerden und Symptome, die es bei einem Gesunden erzeugen kann, bei einem Kranken mit den gleichen Beschwerden heilen. Die gesunde Prüfperson zeigt somit für kurze Zeit auf, in welchen Fällen das Mittel bei Kranken heilend wirken wird.

Jeder gesunde Prüfer entwickelt jedoch immer nur einen Teil der zum gesamten Arzneimittelbild des homöopathischen Mittels gehörenden Symptome. Aus diesem Grund ist es notwendig, dass bei jeder AMP immer möglichst viele Prüfpersonen beiderlei Geschlechts teilnehmen.

Bei jeder Prüfung gibt es Prüfer, die kaum etwas oder gar nichts merken, da sie keine Resonanz zum geprüften Mittel haben; andere "erleben" sehr viel, da sie auf gerade dieses Mittel sehr stark ansprechen.

2. Vorbereitung:

Ca. eine Woche lang vor der Einnahme des zu prüfenden Mittels sollte zunächst der eigene Grundzustand beobachtet, für sich selbst bewusst gemacht oder evtl. kurz notiert werden; d.h. es werden die Symptome oder chronischen Beschwerden aufgeschrieben, die z.Zt. da sind oder die man ansonsten von sich kennt. Dies ergibt den "Basiszustand", dem sich die Prüfung überlagert, (im Idealfall = Gesundheit). Wenn man seinen Grundzustand schon aufgrund anderer Arzneimittelprüfungen oder einer homöopathischen Behandlung gut kennt, braucht dies keine ganze Woche in Anspruch zu nehmen.

Während der AMP sollten möglichst keine Veränderungen der Lebensgewohnheiten vorgenommen werden (z.B. bzgl. Ernährung, Aufenthaltsort, andere Medikamente etc.); auch ungewohnte, übermäßige Anstrengungen und "Ausschweifungen" sollten vermieden werden.

3. Prüfung:

1. Mittel einnehmen (3 Kügelchen), auf der sauberen Mundschleimhaut (z.B. unter der Zunge) zergehen lassen;
wichtig: vor und nach der Einnahme einen Abstand von mindestens einer halben Stunde zu Nahrungsaufnahme (Essen oder Trinken) und Zähneputzen einhalten!
2. Vier Tage nichts weiter einnehmen, jedoch genau beobachten und protokollieren; alle Beobachtungen, Träume, wichtige Themen, die auftauchen, etc. aufschreiben (s. u.: "Protokollierung").

Treten während dieser vier Tage Reaktionen auf, dann ohne weitere Einnahme weiter beobachten und protokollieren.

Der Beobachtungszeitraum liegt bei zunächst ca. zwei Wochen, kann sich aber durchaus bis zu vier Wochen erstrecken. Es ist sinnvoll, auch in der "Abklingphase" noch auf Auffälliges zu achten.

Tritt keine Veränderung auf, weiter mit 3.

3. Jeden Morgen eine weitere Dosis (3 Kügelchen) des Mittels einnehmen, maximal vier Tage lang, jedoch mit weiteren Einnahmen aufhören, sobald sich Symptome und Reaktionen zeigen.

In Zweifelsfällen und bei sonstigen Fragen bitte an die Prüfungsleiterin wenden!

4. Protokollierung:

Wann?

Eine tägliche Protokollierung ist unbedingt erforderlich. Erfahrungsgemäß gerät vieles sehr schnell in Vergessenheit – und gerade auf solche schnell vergessenen "Kleinigkeiten" kann es ankommen!

Was?

Im Grunde genommen kann **alles** von Bedeutung sein, was während der Prüfungszeit auftritt, erlebt wird, sich ereignet. Deshalb lieber zuviel als zu wenig aufschreiben.

Selbstverständlich ist es auch von Bedeutung, wenn sich körperliche Beschwerden, der Allgemeinzustand (Energie, Wohlbefinden) oder der psychische Zustand bessern.

Für "Erstprüfer" seien dennoch einige Anhaltspunkte dafür gegeben, was für Homöopathen von Interesse ist:

- alle körperlichen Empfindungen und Symptome, auch alle Reaktionen auf Temperaturen, Wetter, Körperhaltungen u.v.m.;
z.B.: plötzlicher Durchfall um 20.00 Uhr, Schwindelgefühl im Sitzen, ziehender Schmerz im großen Zeh zwischen 11.00 und 11.30 Uhr, Wadenkrampf um 3.00 Uhr, vermehrtes sexuelles Verlangen etc.

- die jeweilige psychische oder geistige Befindlichkeit (= Gefühle und Gedanken, die auftreten), soweit sie auffällig ist;
z.B.: ungewöhnliche Reizbarkeit, Traurigkeit, Fröhlichkeit; falls bekannt, wodurch ausgelöst; vermehrte oder verminderte Konzentrationsfähigkeit u.v.m.
- Träume (sie geben oft wichtige Hinweise auf Themen des Arzneimittelbildes!);
- Qualität von Schlaf und das Schlafverhalten;
- Essverhalten und Nahrungsmittelverlangen;
- auffällige Tagesereignisse;
- die genauen Umstände: wann trat ein Symptom auf, wie lange dauerte es an, was half dagegen, wie war es genau.

Ganz allgemein gilt: alles, was auffällig anders ist als sonst, ist wichtig! Dies bezieht sich auf körperliche Symptome, die Stimmungslage, die geistigen Fähigkeiten, Abneigungen und Gelüste, Schlaf, Sexualität und alle Reaktionen auf äußere Einflüsse.

Unbedingt vermerkt werden müssen die Zeitpunkte der Mitteleinnahme, v.a. ob nur einmal eingenommen wurde bzw. wann weitere Einnahmen erfolgten. In der ersten Spalte sollte immer entweder das Datum angegeben werden, oder es werden die Tage ab erster Einnahme gezählt (1. Tag = Tag der ersten Einnahme etc.).

Treten Empfindungen oder Symptome auf, die man von sich schon kennt, dann soll dies mit "(b)" gekennzeichnet werden.

Gibt es andere mögliche Gründe für eine Beschwerde oder die Besserung eines Symptoms, so sollte auch dies vermerkt werden.

Für die Protokollierung sind anliegende Vordrucke vorgesehen, die bereits eine Prüfervummer enthalten (bei Bedarf bitte weitere Blätter hinzufügen). Alle Angaben bleiben selbstverständlich anonym bzw. Namen sind und bleiben nur der Prüfungsleiterin bekannt. Lediglich die Kenntnis von Alter und Geschlecht sind für die Auswertung erforderlich und sollen deshalb auf der ersten Seite des Protokolls eingetragen werden.

5. weitere Anmerkungen:

Während der Prüfung sollte man sich nicht mit anderen Prüfern über das Erlebte austauschen, um Beeinflussungen und Verfälschungen zu vermeiden. Bei Paaren oder in Familien wird dies natürlich nicht immer möglich sein.

Es ist ratsam, nahestehende Personen über die Teilnahme an der Prüfung zu informieren und darauf hinzuweisen, dass vorübergehende Veränderungen auch im Verhalten auftreten können; z.B. könnte man ein paar Tage aggressiver oder auch einfühlsamer als sonst sein, wenn Themen des Arzneimittelbildes mit Ärger oder Mitgefühl in Zusammenhang stehen.

AMSE EQUISETUM ARVENSE UND HIEMALE – PRÜFUNGSTEXTE

Nachfolgend sind die Protokolltexte der homöopathischen Einnahmeprüfung (Arzneimittelselbsterfahrung = AMSE) von Equisetum arvense (Ackerschachtelhalm) und Equisetum hiemale (Winterschachtelhalm) sowie der Kopfkissenprüfung wiedergegeben. Diese Prüfung wurde im Frühjahr 1999 unter der Leitung von Dr. rer. nat. Juliane Hesse (HP) durchgeführt.

Eine Gesamtdarstellung und Auswertung der Prüfung findet sich in dem Buch „**Die Urweltpflanzen in der Homöopathie**“ von Juliane Hesse, via inventa verlag, Freiburg, ISBN 3-9807915-1-9.

Aus dem Inhalt:

- Die Schachtelhalme (Equisetaceae)
- Die Farne (Polypodiopsida)
- Der Keulenbärlapp (Lycopodium clavatum)
- Hypothese zur zentralen Empfindung der Pteridophyta
- Equisetum in der Praxis

Die nachfolgenden Originalprotokolle wurden nur in wenigen Fällen leicht um Unwesentliches gekürzt. Sie werden hier zur Verfügung gestellt, um ggf. einzelne Zitate im Zusammenhang nachlesen und Symptome im zeitlichen Ablauf verfolgen zu können. Das daraus erstellte Repertorium (siehe weiterer download) ermöglicht sodann, mit Hilfe der dort angegebenen Verschlüsselung jedes Symptom in die Originaltexte und in den ursprünglichen Wortlaut der Prüfer zurückverfolgen zu können.

In wenigen Fällen wurden auch Beobachtungen aus der Zeit vor der eigentlichen Einnahme aufgenommen, wenn bereits ein Kontakt mit dem Prüfmittel bestand und der Prüfer sich schon innerlich mit der Prüfung auseinandersetzte. Dass solche Beobachtungen und Ereignisse mit dem Mittel in Zusammenhang stehen können, hat sich in vielen neueren Arzneimittelprüfungen und -begegnungen gezeigt und wird mit dem Phänomen des morphogenetischen Feldes nach Rupert Sheldrake erklärt.

Prüfung von Equisetum arvense

Prüfer A1 (w., 44 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** Abends 3 Globuli Equis-a. C30

2.-5. Tag: Keine besonderen Beobachtungen.

6. Tag: *Traum:*

Eine Schulkameradin (kein persönlicher Kontakt) putzt meine Wohnung im Auftrag des Vermieters. Sie sei als Putzfrau für alle Wohnungen eingestellt, erklärt sie mir. Ich begegne ihr in einem Raum (entspricht nicht meiner realen Wohnung) und überrasche sie, wie sie ungefragt mein Telefon benutzt. Ich ärgere mich darüber, sage aber nichts. Ich bin verwundert über die Tatsache, eine Putzfrau einfach so aufgedrückt zu bekommen, denke "na gut", finde aber, sie hätte sich vorher ankündigen müssen.

2. Einnahme: Abends 3 Globuli Equis-a. C30

7. Tag: **3. Einnahme:** Abends 3 Globuli Equis-a. C30

8. Tag: *Traum:* vergessen.

- Ab nachmittags (14.00 bis ca. 23.00 Uhr) spüre ich die Eierstöcke bei Bewegung, "ziehender" Schmerz und stärkerer Ausfluss als sonst (es ist Eisprungzeit, (b)).
- 9.-10. Tag: Keine besonderen Beobachtungen.
11. Tag: Ca. 21.30 Uhr ziehender Schmerz im linken Schulter-Nacken-Bereich, klingt nach 20 Minuten wieder ab (hatte ich dort noch nie). Zunehmende innere Anspannung ab 18.00 Uhr, da Lernpensum trotz Termindruck wieder nicht erfüllt (b).
12. Tag: Ca. 20.00 Uhr der gleiche ziehende Schmerz im linken Schulter-Nacken-Bereich, ca. 1/2 Stunde lang, punktuell, strahlt nicht in Kopf oder Arm.
13. Tag: Heute um ca. 22.00 Uhr wieder der ziehende Schmerz wie die Tage vorher, 10 Minuten lang und sehr schwach.
14. Tag: *Traum:*
Ich bin als Patientin in einem Krankenhaus; ich bekomme eine rote Infusion über einen Behälter, der wie eine Wärmflasche aussieht (einen Zusammenhang sehe ich mit zwei Telefonaten mit einer krebserkrankten Klassenkameradin).
- 15.-17. Tag: Keine besonderen Beobachtungen.
18. Tag: *Traum:*
Verabredung mit einem früheren Arbeitskollegen und Freund. Wir schauen in ein Café, Inneneinrichtung in rot-weiß, beschließen dann aber, erst noch etwas zu bummeln.
20. Tag: *Traum:*
Das Jugendzentrum (meine frühere Arbeitsstelle) ist von einem wunderschönen alten Rebstock umrankt, noch ohne Blätter und Trauben. Von außen sieht es real aus, innen anders als in Wirklichkeit. Ich suche die Chefin, finde sie und umarme sie. Sie hat keine Zeit für mich, wie immer. Ich habe aber auch kein spezielles Anliegen. Ich will ihr nur kurz von mir erzählen.
- 28.-30. Tag: "Eisprung-Ziehen" dauert so lange wie noch nie; < beim Hinsetzen; > bei Bewegung.

Prüfer A2 (w, 73 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** Abends 3 Globuli Equis-a. C30
Trotz Müdigkeit erst 22.30 Uhr zu Bett gegangen. Finde keine Ruhe, drehe mich hin und her. Denke an alles Mögliche, auch was ich in nächster Zeit erledigen muss. Unruhe bis nach 3.00 Uhr, dann eingeschlafen. Verkrampfte Kopfhaltung.
Nachts Blähungen.
- 2.-4. Tag: Keine besonderen Beobachtungen.
5. Tag: Morgens nach dem Aufstehen kurzzeitig Ziehen in der linken Brustwarzengegend.
Vormittags Blutdruck nur 106/69. Tagsüber ist es mir ungemütlich kühl, habe kalte Hände und Füße, fröstele am Rücken (kenne ich sonst nicht).
Leichter Kopfschmerz, verspannt im Genick und den Augen (b, es ist Vollmond).
Mein Gemütszustand ist wettermäßig, nicht heiter.
6. Tag: Fest geschlafen bis 4.00 Uhr, dann weiter geschlafen bis 6.30 Uhr.
Mir ist kalt, kalte Hände und Füße, alles ist ungemütlich. Merke, dass mit dem Blutdruck, Kreislauf, Herz etwas durcheinander geht.
Nach dem Essen kein rechtes Sättigungsgefühl, trotz gewohnten Portionen.
"Süchtig" nach Schokolade, Süßem.
Tagsüber Kreislaufschwierigkeiten, d.h. Schwindel, drehend, kurzzeitig bei schnellen Bewegungen, beim plötzlichen Aufstehen und Bücken ((b) sonst im

Sommer, wenn es schwül ist); außerdem kommt mein bekanntes Herzstolpern zurück (war weg).

Abends Blutdruck 136/77, d.h. höher als gewöhnlich.

Gemütszustand wie gestern.

7. Tag: Im Bett munter bis 24.00 Uhr.

Bis dahin sind die Beine bis zum Knie eiskalt, besonders links. Der Fuß liegt im Bett als gehöre er nicht zu mir.

Traum:

Auf unserer Straßenkreuzung läuft ein kräftiger älterer Mann mit einer riesenlangen Raubkatze (Tiger/Puma?) an einer dünnen schwarzen Lederleine spazieren; ich flüchte schnell in den Hausflur der Nachbarin (ist aber anders als in Realität ein mehrstöckiges Haus), weil mir das seltsam vorkommt. Als er wieder weg ist, sehe ich meine Tochter (die aber blond ist) mit einer anderen jungen Frau in unser Haus gehen. Als ich dann auch hinein gehe, drückt und küsst mich die Fremde, gratuliert mir zum Geburtstag und wünscht sich, dies recht bald wieder tun zu können. Ich denke mir, nur dies nicht, dann werde ich ja zu schnell alt.

Morgens war der Blutdruck 123/63, nachmittags 107/57.

8. Tag: Nachdem ich meine neue Brille abgeholt habe, ist mein Gemütszustand angeregt und zufrieden.

Durch das Laufen tagsüber ist mir auch angenehm warm an Rücken, Händen und Füßen. Im Bett ist es mir dann auch schnell zu warm (wie sonst), bekomme dadurch "Nervenzucken" (b), Beine und Körper zucken mächtig; muss die Beine ins Kühle bringen.

9. Tag: Blutdruck morgens 111/66, nachmittags 125/83.

Tagsüber viel bewegt, trotzdem ist mir wieder kalt und ungemütlich, nachdem ich mich nachmittags hinsetze. Im Bett sind Hände und Füße wieder kalt, und es braucht lange, sie durch Reiben warm zu bekommen.

Traum:

Unser Haus soll verkauft werden. Interessenten kommen zum Ansehen. Es schmerzt mich sehr, das alles.

Traum:

Von einer Radtour; ich muss dabei den Anführer machen; finde es seltsam, dass ich auserkoren wurde.

10. Tag: Tagsüber ist mir wieder kühl, der Kreislauf ist nicht stabil; schwindlig beim schnellen Aufstehen, geht aber immer schnell vorüber.

Mein Gemütszustand ist ruhig und gleichmütig.

Im Bett schnell warm geworden und eingeschlafen.

11. Tag: Blutdruck morgens 107/57.

13. Tag: Schwellung unter linkem Auge.

14. Tag: Aufgewacht mit dem Gefühl, als sei eine Erkältung im Beginn, mit leichtem Kopfschmerz, d.h. schwerer Kopf wie bei grippalem Infekt (habe ich nur sehr, sehr selten), in der Nase ein Schnupfengefühl und Niesen. Nach dem Aufstehen verging dann aber alles wieder.

15. Tag: Früh leichte Schluckbeschwerden.

ab 16. Tag: Keine besonderen Beobachtungen mehr.

Fazit:

Auffällig war über den gesamten Zeitraum vermehrtes Niesen, und dann immer gleich mehrmals an einem Stück und explosionsartig. Einmal gab es in der Nase einen Stich und achtmal hintereinander explodierte es.

Prüfer A3 (w, 34 J.)**IST-Zustand vor der Prüfung:**

Frösteliger Typ – Obstipation (Bewegungsmangel, Peristaltikprobleme) – traumreiche Nächte (seit 3 Monden etwas wirr, häufig schwarz-weiß, morgens nur noch in Fragmenten abrufbar, nichts, was wirklich erschrecken oder erfreuen würde, sie halten einfach nur von der Erholung ab) – häufig kurzes Erwachen zwischen 3.00 und 4.00 Uhr, morgens häufig “erschlagen” – Heuschnupfen, der sich nur noch in gelegentlichen Niesanfällen und juckender Nase äußert – nach 3 Wochen mit etwas innerem Tiefdruck, ist der Optimismus zurückgekehrt – seit ein paar Tagen drückt mich immer mal wieder am Tag “eine Art Stange” hinter dem Ohr (Mastoid).

1. Tag: **1. Einnahme:** Abends 3 Globuli Equis-a. C30

5 Minuten später Stuhldrang – diesmal funktioniert es, obwohl ich zwei Tage praktisch nur gegessen bin.

30 Minuten später: leichtes Taubheitsgefühl im rechten Kopf, mit Kribbeln auf rechtem Oberkopf – Minuten später wird betroffene Kopfhälfte kühl, nach 20 Minuten Rückkehr des Normalzustands.

2. Tag: Schlaf unterbrochen zwischen 3.00 und 4.00 Uhr (b).

Traum:

Bunte Bilder, von verschiedenen Menschen aus meiner Jugendzeit; teilweise nur etwas älter als damals, teilweise SO alt, dass ich sie nicht erkenne, nur weiß, wer sie sein müssen; Die Handlung: Ein ehemaliges Pärchen versöhnt sich zu meiner Freude wieder; der Mann erzählt mir, seine Schwester würde heute heiraten; ich gehe mit, die Braut abzuholen (sie trägt ein maskulin geschnittenes langes Kleid, schwarz-weiß kariert, und eine rote Schärpe; als sie an mir vorbei geht, sehe ich, dass es hinten nur ein Oberteil gibt; unter dem Kleid trägt sie nur eine Nylon-Strumpfhose, man sieht ihr Gesäß und beim Bücken auch die Schamlippen); einen Bräutigam sehe ich nicht, die Braut ist mürrisch, etwas herrisch; wir erkennen uns nicht mehr, ich staune über ihr äußeres Alter (sie ist zwei Jahre jünger als ich, im Traum ist sie grauhaarig), ihre Kleidung – und wie man an seiner Hochzeit so mürrisch sein kann, aber es berührt mich nicht weiter, ich bin mehr der Zuschauer. – Nach einem Sprung sind wir plötzlich in einem Gasthaus, um die Hochzeit zu feiern; die Braut scheint jetzt ausgeglichener, und ich will ihr gratulieren; da sehe ich an einem Tisch etliche meiner Schulkameraden und zwei Lehrerinnen sitzen; beim Hingehen fällt mir auf, dass ich nur eine an ihrem Äußeren erkenne, die anderen sehen unheimlich alt aus, aber ich weiß, um wen es geht; nachdem ich die Runde begrüßt habe, will ich endlich der Braut gratulieren, da sagt die eine Lehrerin leise: “...typisch (mein Name)...”; um mein Herz wird es eiskalt, ich kneife die Augen zusammen, gehe auf sie zu und greife ihr scheußliches, blau-geblühtes Kleid; mit zwei Sätzen in eisiger Stimme weise ich sie in ihre Grenzen, auch das Wort Pädagogik ist darin enthalten; danach wirbele ich total (innerlich) erstarrt herum und will den Raum verlassen; da ruft mich die andere Lehrerin in bestimmtem, aber freundlichem Tonfall zurück; ihrem Ruf folgend, nimmt sie mich in ihre Arme, küsst mir heftig das Gesicht ab, hält mich ganz fest (ihr Damenbart kitzelt mich und ich empfinde komischerweise leichte Erregung dabei) – und auf einmal bricht das Eis in mir, zuerst staune ich nur über die Wirrnis in meinem Kopf, die Erregung, aber auf einmal kann ich weinen, krampfartig, heftig einen alten Schmerz ausweinen; sie birgt mich wie ein Fels, ich empfinde Geborgenheit bei ihr. Noch mit Tränen im Gesicht verlasse ich mit ein paar anderen weiblichen Gästen das Fest; wir kommen in einen Frühlingspark; da sind plötzlich zwei große Vögel (Rabengröße, aber viel schlanker mit langen, hellgrauen Schnäbeln

und einem grün-grauen Gefieder). Wir wundern uns über ihre Größe, ihr Aussehen, ihre abartige Geschwindigkeit, die unnatürlich ist – und die langen, weißen Schleier in ihren Schnäbeln; weiter ist erstaunlich, dass die beiden immer wieder zu mir fliegen wollen, dann wieder ein Stück voraus fliegen ... uns, nein mir, einen Weg zeigen wollen; erstaunt und lachend folgen wir ihnen, durch den Park, bis kurz vor eine Innenstadt (der Park liegt wohl innerhalb einer Stadt); nun drängen die beiden immer mehr, sich auf meine Arme abzusetzen, aber ihre Schnäbel und auch ihre Geschwindigkeit machen mir Angst; eine meiner Begleiterinnen ruft mir etwas zu, was ich befolge; ich ziehe an einem der beiden Schleier, was den Vogel (langsam) zu Boden zwingt; auf dem Rücken liegt er vor mir – und genau das passiert, was ich unmittelbar davor schon befürchtet habe: er hebt die Beine, kippt zur Seite, uriniert und ist tot. Meine Handlung als solche hat ihn getötet – das ist mir bewusst – das Tuch, der freie Flug, das ist es, was er zum Leben brauchte. Tief traurig und voller Schuld-, Versagensgefühle blicke ich auf ihn nieder – und hinauf zu seinem Kameraden, der jetzt davonfliegt. Mit dem Wissen, eine Chance (welche?) verpasst zu haben, wache ich auf. Die Traurigkeit weicht einem Staunen über das Erlebte.

12.30 Uhr: nach dem Mittagessen einige Minuten lang Jucken im Genitalbereich; rechtes Nasenloch und linke Wade jucken mit.

Kopf ist wie zu, leichter Druck, besonders am vorderen Schädel, über Stirnbereich – später verschwindet Druck, aber die rechte Oberkopfseite, einschließlich Ohr, fühlt sich ähnlich an, als würde ich auf einem Kissen liegen.

Mir ist viel wärmer als sonst: Hände und Füße fühlen sich gut durchblutet an; leichter Schweiß an Kopf, Achseln (b – vor allem in hormonellen Umstellungszeiten, aber schon lange nicht mehr gehabt).

Anstrengung zieht über Herzklopfen in die Arme, d.h. Pulsieren in den Armen, danach abartige Schwäche.

Durst auf kalte Getränke.

Trockene Nasenschleimhäute.

Stuhlgang wieder schwerfälliger (immerhin kam etwas).

Beim Mittagessen und vor allem gegen 15.00 Uhr gesteigerter Appetit (für mich ungewöhnlich, normalerweise mehr morgens), Lust auf Kuchen.

Die "Stange hinter dem Ohr" kommt immer seltener.

Abends: Völlegefühl, als hätte ich all das gegessen, auf was ich mittags Appetit hatte.

3. Tag: Unerquicklicher Schlaf durch wirre Träume und kurzes Aufwachen kurz vor 4.00 Uhr (b).

Ständig trockener Mund und trockene Nasenschleimhaut.

Schon leichte Anstrengungen führen zu Kurzatmigkeit und Herzklopfen, das mit Schweregefühl in Arme hinein zieht.

Morgens wieder rechts Druck im Kopf, einmal "bohrende Stange" hinterm Ohr bis jetzt.

Die ersten 1,5 Stunden Lernen klappen recht konzentriert, die letzte Stunde war ich unkonzentriert.

Heißhunger um 10.00 Uhr ("Nervenhunger" zwischen 10.00 und 11.00 Uhr habe ich durch's Lernen häufig, aber nicht auf solche Mengen!).

Zwischendurch immer mal wieder ein Jucken im Genitalbereich und gleichzeitig an der linken, inneren Wade.

Neigung zum Schwitzen im oberen Bereich, Kopf, Oberkörper.

Wie gestern: Heißhunger mittags, 14.00 Uhr (Lust auf Süßes, Kuchen, o.ä.).

15.10 Uhr schmerzhafter Druck im rechten Oberbauch (Gallennähe) (b, aber schon etliche Jahre her), breitet sich kurzfristig auch auf linke Seite aus; zwei Stunden später nichts mehr zu spüren.

Unbewußt scheine ich mir hinten rechts auf die Zunge zu beißen (habe ich früher manchmal schon getan).

Werde sehr nervös: in verschiedener Hinsicht will ich wieder alles auf einmal schaffen (b); beim Reiki kann ich mich abends kaum konzentrieren.

4. Tag: Sehr unerquicklicher Schlaf durch nächtliche Störungen (5 x wegen Kindern aufstehen) und Träume, an die ich mich nicht mehr erinnern kann.

Ca. 10.00 Uhr ein Stechen, wie mit langer Nadel linke Brustseite auf Medioklavikularlinie, Druck bessert; Stechen wandert auf den Gegenpunkt am Rücken und ebbt 20 Minuten später wieder ab.

In meiner zweistündigen morgendlichen Lernzeit kann ich mich heute toll konzentrieren, bin nicht so nervös wie sonst manchmal.

Gegen 11.00 Uhr großes Kreislauftief (b, allerdings durch Homöopathie nicht mehr vorhanden gewesen) mit Zitterigkeit und "Nervenhunger"; zwei kleine Äpfel beheben das Problem nicht, erst Schokolade.

Seit Einnahme des Mittels fühle ich mich einerseits ruhiger, auf der anderen Seite aber auch empfindlicher, z.T. reizbarer, verletzlicher als sonst; meine Stimmung im Allgemeinen ist, trotz Gewissheit mancher Schwierigkeit, die kurzfristig auch als Ängste hochkommt, relativ zuversichtlich.

Morgens bete ich laut um Hilfe (laut kommt sehr, sehr selten vor), wegen einer bestimmten Sache.

Trockenheit des Mundes und der Nase hat etwas nachgelassen.

Noch immer zwischendurch Juckreiz im Genitalbereich, aber heute abgeschwächt, kein Kratzzwang mehr.

Die Bissstelle im Mund tut mehr und mehr weh.

Während dem Joggen empfinde ich plötzlich große Schwäche in den Knien, die rechte Seite mindestens doppelt so stark (links alleine wäre mir vermutlich nicht aufgefallen, während mich rechts zum Aufhören zwang) – auch nach Duschen bleibt rechts die Schwäche.

Nach jeder Mahlzeit habe ich heute das Verlangen nach größerer Bewegung.

Hinter dem Ohr kein Schmerz mehr.

Beim Betten Beziehen staubt es – Niesen, Niesen, Niesen (b), die Nasenschleimhaut bleibt für den Rest des Tages gereizt.

5. Tag: Gegen 5.00 Uhr erwache ich kurz, danach habe ich, unmittelbar vor dem Erwachen durch den Wecker, folgenden

Traum:

Mit einem übergroßen amerikanischen, dunkelblauen Pritschenwagen (vollgepackt mit Möbeln; meine Tochter, mein getrennt lebender Mann und eine Freundin von ihm waren auch dabei) fahre ich, nachdem wir zuvor mit den Inlinern gefahren waren, heimwärts (die anderen haben mir zu arg getrödelte, da habe ich mich einfach hinter das Steuer gesetzt; die Größenverhältnisse passen nicht: obwohl ich ganz vorne auf dem Sitz hänge, komme ich kaum an die Pedale...); auf dem Heimweg kommen wir durch eine von Menschen und Fahrzeugen überfüllte Stadt mit steilen Straßen (Anfahren am Berg, wenn man kaum auf die Pedale kommt; Wenden auf engstem Raum, unter diesen Bedingungen und dazu mit einem Riesenfahrzeug...; obwohl mich die Umstände nervös machen, klappt alles so weit). Ich beobachte, dass die Menschenansammlung mit einem Fest zu tun hat, lande mitten in einem menschenleeren Festzelt, wende in dieser "Sackgasse" zwischen staunenden Köchen und Bierbänken und muss feststellen, dass aus SÄMTLICHEN Richtungshinweisen die Ortsnamen entfernt worden sind (einige Fragmente sind noch erhalten, aber alle Buchstaben entfernt). Wir staunen und suchen und suchen nach einem Weg in Richtung Offenburg; irgendwann fahre ich eine links gewendelte Straße aufwärts – auf einem kleinen Platz halte ich inne, links hinter

einer Mauer hätte man zu Fuß einen Platz erreicht... Plötzlich weiß ich, dass hier eine Hinrichtung geplant ist!!! Während ich die anderen im Auto noch von dieser wahnwitzigen Tatsache (ein Volksfest: zwischen Blasmusik, Würstchen und Bier soll ein Mensch vor aller Augen sein Leben lassen... ich höre ihn in mir schon brüllen, begreife die Wahl des Ortes, verborgen, von Mauern abgeschirmt...) überzeugen muss, reiße ich den Wagen herum und rase in irrer Geschwindigkeit, meinem Orientierungssinn folgend, dem vermuteten Stadtausgang zu... In der Ferne nehmen Verfolger unsere Spur auf.

Meine Mitfahrer kreischen vor Angst wegen meinem Fahrstil, aber irgendwie habe ich dieses dunkelblaue Schiff unter Kontrolle – und stehe auf einmal vor der Kinzig! “Kinzig, das ist gut! Der brauchen wir nur folgen, dann kommen wir automatisch nach Offenburg und Willstätt!”, rufe ich und schieße rechts die Straße runter... Doch unsere Gegner sind auch nicht dumm, die “Straße” endet in einem Kiesweg (und Bootsanleger); der Blick in den Rückspiegel zeigt, dass an Umkehr nicht zu denken ist. “Wozu haben wir schon so einen großen Wagen?“, rufe ich und trete noch mehr auf das Gas, rase den Sand-Kiesweg am Kinzigufer entlang. Inzwischen bemerken wir, dass andere Menschen in der gleichen Situation sind wie wir: links, auf der anderen Seite des Ufers fährt eine regelrechte Autoschlange – eindeutig auf der Flucht. Irgendwann nähern wir uns einer riesigen Stadt (Hochhäuser, Trassen...), ich beneide die Leute auf der anderen Uferseite, denn die haben eine richtige Straße – und dann stehe ich auf einer Erhöhung, blicke auf die Dächer hinunter, meine Straße ist zu Ende, linker Hand die “richtige” Straße (auch hier sind Ortsnamen entfernt worden, aber es ist einfach klar, dass wir dort rüber müssen) – und hinter uns die Verfolger... Ich nehme meine Tochter an die Hand – und riskiere den ersten Sprung auf ein Dach (die Dächer sind aus Blech, rund wie U-Boote auf der Oberseite und pastellfarben – wie alle Bilder im Traum, die einzige richtige Farbe hatten die Inliner, der Wagen – und die Sonnenflecken überall, die ganze Zeit knallt die Sonne heiß auf uns herunter), und dann noch einen und noch einen... Ständig motiviere ich sie, mache ihr Mut, obwohl ich selbst Angst habe. Nach unzähligen Sprüngen erreichen wir beide unser Ziel, die andere Straße! Und irgendwie nehmen wir dann unsere Fahrt auch wieder auf, diesmal mit einer starken Rechtskurve zwischen elendig hohen, eierschalfarbenen Häusern durch, ich weiß, jetzt sind wir ziemlich in Sicherheit, denn ich kenne von hier ab den Weg auch ohne Beschilderung. Nach kurzer Fahrt klingelt der Wecker...

Blässe.

Die Zunge (rechts hinten) schmerzt heute Morgen so stark, dass ich kaum sprechen oder beißen kann.

Schwäche in beiden Beinen; rechtes Knie drückt auf der inneren Gelenkseite, gegen 10.00 Uhr verstärkt sich auch links die Schwäche und ein Druck (weniger ausgeprägt wie rechts) beginnt; eine Stunde später fühlen sich beide Knie an, als würden sie von vorne umklammert.

Die Nase ist noch immer wässrig verschleimt, muss häufig geputzt werden.

Extrem trockener Mund im vorderen Bereich, während im hinteren zu viel Speichel gebildet wird, der jedoch vorne den Durst nicht mildert (in der Regel habe ich zu wenig Durst, muss mich zum Trinken zwingen, um einigermaßen auf 1,5 bis zwei Liter zu kommen).

Achselschweiß und heißer Kopf bei sonstiger Kälte (eiskalte Hände und Füße, fröstelig) (b, kam früher zeitweise vor).

Kopf ist leicht benebelt, linkes Auge sieht Bilder zerrissen, linkes Nasenloch fühlt sich tamponiert an, später rechtes – zuerst tränen beide Augen, nachfolgend erscheinen sie viel zu trocken, ich kann sie kaum öffnen, da alles blendet (trotz Regenwetter, keine Sonne, kein Kunstlicht), reibe ständig an

ihnen herum; da ist nichts im Augenwinkel, das man entfernen könnte, und auch der Druck auf die Augenlider bewirkt keine Veränderung: Bilder erscheinen zerrissen, der Inhalt in meinem Kopf auch; ich kann mich kaum konzentrieren, beim Aussprechen lateinischer Wörter, mit denen ich sonst keine Probleme habe, verdrehe ich Buchstaben; weiß plötzlich nicht mehr, was ich sagen wollte – am liebsten würde ich mich ins Bett legen, die Decke über die Ohren ziehen – zumal mir heute auch der übliche Antrieb fehlt.

Bin so "neben der Kappe", dass ich vergesse, das Telefon aufzulegen.

Meine Sprache ist schleppend, im Hals eine Art Kloß.

Im Mund ist ein pelziges Gefühl mit komischem Geschmack (als hätte ich die Nacht durchgemacht und es wäre zu viel um mich herum geraucht worden), im Hals bildet sich zusätzlich ständig Schleim, den ich herunterschlucke.

Die Zähne sind so fest aufeinander gebissen, dass die Zähne weh tun und ich mir wieder und wieder klar mache, dass ich sie lockern muss (hatte ich vor rund 15 Jahren mal). Sie scheinen auszudrücken, was ich innerlich empfinde: keine Lust zum Reden. Ich will meine Ruhe haben, was nicht meint, dass ich alleine sein will, im Gegenteil. Ich möchte nur nicht agieren oder reagieren.

Weiterhin bestehen Herzklopfen und die Atemlosigkeit bei kleinen Anstrengungen (komisch, bei großen Anstrengungen, wie gestern dem Joggen, hatte ich diese Probleme nicht).

Zudem meine ich, zu tief auszuatmen, das Einatmen aber zeitweise zu vergessen, bis ich dann plötzlich merke, dass Luft fehlt.

10.30 Uhr: das Lernen habe ich für heute als aussichtslos abgeschrieben, habe das Bedürfnis etwas zu essen, aber auf nichts so richtig Appetit.

Meine Augen bessern sich langsam. Ich fühle mich mir selber fremd – alleine das Antriebslose, Energielose, Taube ... im Gegensatz zu einem albernen Lachreiz im Hals, der sich durch leises Gekicher (Mund bleibt zu) bemerkbar macht, das immer wieder hochkommt. Ich frage mich, wer ich heute bin?

Ich sehne mich stark nach Trost und Verständnis, was nicht erfüllt wird. Meine verbalen Versuche, dieses doch noch zu bekommen, prallen an amüsierten und wenig mitleidigen Äußerungen ab. Einerseits verletzt mich das, andererseits geht es nicht unter die erste Schicht, tut nicht wirklich weh.

Hilflos und auch albern wie ein Kind stehe ich in der Küche, weiß nicht, wie und wo ich mit Kochen beginnen soll (gut, dass Hilfe da ist); ab dem Moment, als der Anfang gemacht ist und ich nur stupide Kartoffeln schälen und Nüsse knacken kann, bin ich in der Lage, mitzuhelfen.

Besserung nach 12.30 Uhr, alle Symptome bessern sich, verschwinden jedoch nicht.

Gegen 15.00 Uhr fühle ich mich in erster Linie nur noch "erschöpft", würde gerne etwas ausruhen; alle Symptome sind noch abgeschwächt vorhanden, aber kein Vergleich zum Vormittag (am meisten spüre ich noch die Knie).

Das Jucken im Genitalbereich ist wieder da.

Beobachtung: auf die Zunge habe ich offenbar nicht gebissen, sie zeigt eine seitliche Schwellung (ca. 1,5-2 cm x 0,5 cm) im hinteren rechten Bereich; Essen, Reden, alles was die Zunge bewegt, ist mit ziemlichen Schmerzen verbunden.

Die rechte obere, hintere Zahnreihe macht sich durch einen Druck von innen bemerkbar.

Im Mund sammelt sich immer mehr Schleim an.

Benommen im Kopf, auf der anderen Seite kann ich aber aus diesem Nebel heraus auch verletzlich reagieren und, wenn sich die Dinge stapeln, ganz schön aufbrausen.

Nach jedem Essen ist der Bauch luftgefüllt, hin und wieder gehen Blähungen oder ein Rülps ab, aber insgesamt entsteht Völlegefühl und gegen Abend

leichte Übelkeit und Sodbrennen (b, Magen ist mein großer Schwachpunkt, allerdings durch Homöopathie kaum noch Beschwerden; Sodbrennen kenne ich nur aus den Schwangerschaften).

Der Stuhlgang ist beschwerlich.

Abends ist der psychische Nebel verschwunden, ich bin wieder zuversichtlich, fröhlich, nur körperlich ausgepowert, als hätte ich viel geleistet (besonders die Knie merke ich noch, aber so lange ich sitzen kann, ist alles bestens).

Ein Schnupfen scheint sich anzubahnen! (vom Heuschnupfen abgesehen, bin ich selten erkältet, 1-2 x im Winterhalbjahr höchstens).

Rückblick auf den Tag: Nach dem Aufstehen ging es mir normal gut, was sich gegen 9.00 Uhr auf allen Ebenen rapide verschlechterte und im Laufe des Vormittags (zwischen 10 und 12) seinen absoluten Höhepunkt erreichte (für mich ungewöhnlich, wenn es mir normalerweise schlecht geht, erreicht das von jeher immer nach Mitternacht seinen Höhepunkt), nach dem Mittagessen, also gegen 13.00 Uhr, langsam wieder zur positiven Seite hin tendierte, bis es mir gegen Abend und in der Nacht wieder wesentlich besser ging.

6. Tag: Gegen Morgen

Traum:

HP-Schule in Offenburg, aber nicht mit 4, sondern 22 Schülern; Unterrichtschaos, die Klasse ist kindisch, laut, UNMÖGLICH! Ich selbst suche ständig nach einem Vertrag, meinem Kalender (Terminverschiebungen) und Taschentüchern. In der Pause frage ich die Dozentin, was denn heute los sei, so könne man doch keinen Unterricht abhalten!!! (die Klasse nervt mich enorm) Nach der Pause will ich der Klasse von dieser Arzneimittelprüfung erzählen, den Erfahrungen vom gestrigen Tag... aber nun spinnt selbst die Dozentin mit, so dass ich mich kopfschüttelnd im Stuhl zurücklehne und mich innerlich ausklinke.

Beim Aufwachen Schnupfen; er fließt nicht, verstopft die Nase aber auch nicht so, dass ich keine Luft bekomme; zwei- bis dreimal die Nase schneuzen und sie ist für eine gewisse Zeit frei, hin und wieder Niesfolgen von 2-3 Niesern.

Nach dem Frühstück Blähbauch mit Druck (von oben) auf den Magen.

Die Schwellung an der Zunge hat sich etwas gelegt. Gesicht blass mit hellen Lippen; Zunge weiß; Mund ist wieder trockener, aber der schleimige Geschmack ist noch leicht vorhanden.

Füße: eiskalt (b).

Stimmung: bis jetzt normal, ich spüre das Schlafdefizit, will heute aber wieder konzentriert an die Arbeit.

Essen bläht heute weiterhin (Winde abgehend).

Großer Appetit.

Juckender Pickel(?)-Ausschlag an lumbaler WS kurzzeitig am Nachmittag.

Stimmung gut.

7. Tag: *Traum 1:*

Aus dem Keller des Hauses meiner Tante und meines Onkels (hat kaum Ähnlichkeit mit dem realen Haus, das zudem mitten in der Stadt, keineswegs an einem Berg steht) führt eine Riesenrutschbahn durch den Berg. Mit Wägelchen fahren wir (andere "Jugendliche" und ich) hinunter, was viel Spaß macht. Mir rutscht das Wägelchen mal weg, und ich rutsche auf der Jeans weiter, auch den restlichen Hang hinab durch den Schnee. Durch meine Begeisterung angesteckt rutschen jetzt alle ohne Wägelchen, da es ohne schneller geht. Meine Tante sagt plötzlich, mein Onkel wolle das Haus abreißen und an anderer Stelle wieder aufbauen lassen; die „anderen Jugendlichen“ und ich nehmen den verbalen Kampf auf, ihn davon zu überzeugen, dass das Haus genau am richtigen Platz stehe, alleine schon wegen der Rutschbahn.

Traum 2:

Krieg; ein Flugplatz und eine Kaserne; ich gehöre zum Flugteam; wir sind im Katastrophengebiet, leben in einer Art Blechdorf (vielleicht sind es auch ausrangierte Flugzeuge) in Reih' und Glied. Ich soll eins unserer Flugzeuge wegschmuggeln (sprich, damit möglichst unbemerkt abhauen), was problematisch ist, da auch Feinde auf dem Gelände sind – besonders vor einer blondhaarigen Frau muss ich mich in acht nehmen. Der Coup gelingt, einer, mit dem ich zusammenarbeite, der zu meiner Seite gehört, liegt oben auf der Maschine, mit der ich abhaue. Als wir über das Flughafengelände kreisen, lachen wir laut vor Freude. (Obwohl ich noch nie geflogen bin, sehe ich die Welt aus der Vogelperspektive; es muss eine eher heiße Gegend sein, denn das Gras sieht relativ trocken aus, die Sonne scheint sehr grell und heiß auf das Fluggelände).

Im Bett wieder etwas verschnupft (gestern Abend im Unterricht funktionierte bei den Stimmgabeltests meine Schallleitung überhaupt nicht, nehme an, es kommt von diesem Schnupfen); verschleimter Nasen-Rachenraum, zwischendurch Niesanfalle (bis 3 Nieser), wie Pfeffer in der Nase.

Stimmung gut; dennoch kann ich mich heute stärker/schneller in Dinge hineinsteigern, die mich ärgern; verbal lasse ich mich über meinen Unmut aus, aber meine Tiefen erreicht er nicht.

Konzentrationsfähigkeit gut.

Trockener Mund, Achselschweiß bei kalten Füßen (b), leichter Druck der rechten Kopfhälfte.

Kniebeschwerden weg, Zunge bessert sich auch zusehends.

Rechter Nasenflügel sieht gerötet aus, fühlt sich dick an und juckt/drückt, als ob ein Pickel kommen wollte.

Blähungen nach jedem Essen.

Während dem Unterricht plötzlich Stich in linkes Schulterblatt; als ich an die Stelle fasse, berichtet meine Nachbarin (keine Prüferin), sie hätte es zeitgleich in dieselbe Stelle gestupft.

Nach der Schule abends gemütliches Essen; es bläht extrem, Winde gehen ab, auch Aufstoßen.

Jucken im Genitalbereich.

8. Tag: Erwache sehr, sehr oft; sehe jedesmal ein inneres Bild vor mir: viele Spritzer im Schnee oder auf anderer Fläche (von ausgeschleudertem Pinsel oder so), und für jeden dieser Spritzer soll ich kurz erwachen.

Traum:

Von einem Spaziergang im Schwarzwald, mit beiden Kindern, meinem Freund und dem hiesigen Kindergarten-Team.

Erwachen um 4.00 Uhr, leichte Übelkeit; Aufstehen um 4.30 Uhr, setze mich an den PC; viermal Stuhlgang (viertes riecht sehr sauer); etliches Aufstoßen und eine knappe Flasche Sprudel bessern meinen Zustand, ich lege mich um 6.00 Uhr wieder hin, stehe um 7.45 Uhr ziemlich erledigt auf (b; Magen-Darm-Trakt ist mein Hauptproblem, Übelkeit, Erbrechen nächtliche Durchfälle und Magenkoliken waren bis zur Homöopathie Dauerproblem; manchmal, nach abendlichem Essen, Besuch, kommt es auch heute wieder durch. Ob dies nun am Arzneimittel oder an anderem lag?).

Trockener Mund, Durst (große Schlucke Mineralwasser).

Nach dem Frühstück wieder Blähungen.

Kalte Füße, obwohl mir sonst warm ist.

Viele Vertippfehler beim Schreiben am PC (häufig in der letzten Zeit).

Müde Augen, Schleier vor Augen.

Rechter Nasenflügel sieht noch gerötet aus, verdickt sich weiter und juckt/drückt, als ob ein Pickel kommen will.

Spüre, dass mir der Unterricht alleine wegen der Zusammenkünfte mit anderen gut tut. Gerade heute wurde mir wieder bewusst, dass ich sehr gerne unter Menschen bin, aber die Lernerei schirmt mich zu sehr von alten Freunden und auch anderen Dingen (Ruhephasen, Meditationen, Reiki) ab; der eigene Anspruch, allem in irgendeiner Form gerecht zu werden, akzeptiert keine Leistungsgrenzen und eigene Interessen.

Jedes Essen bläht; z.T. gehen Blähungen über Winde und Aufstoßen ab, aber längst nicht alles; Bauch fühlt sich schwer an.

Gegen Abend wieder Jucken im Genitalbereich.

Kopf drückt, und hin und wieder sticht es rechts wie mit langen Nadeln oben in den Kopf.

9. Tag: (Im Protokoll kam beim Datum eine Zahlenverwechslung vor, Anm. der Autorin).

Kann mich kaum an die Nacht erinnern (ging, nach Schule und dreistündiger Arbeit am PC, recht erschöpft gegen 23.00 Uhr ins Bett); erinnere mich nur daran, dass ich um 4.00 Uhr auf den Wecker sah, und weiß, dass ich geträumt habe, aber was, weiß ich nicht mehr.

Noch immer verschleimter Nasen-Rachenraum und während dem Frühstück kam noch zweimal die Nadel in den oberen, rechten Kopf, leichter Schwindel.

DURST.

Fühle ich mich zwar müde, aber dennoch fröhlich, freue mich auf und über den Nachmittag mit der Familie.

Rechter Nasenflügel weniger gerötet, fühlt sich noch immer dick an, und juckt/drückt als ob ein Pickel kommen will.

Essen in jeder Form bläht

Druck im Oberkopf und sehr verspannte Schultern (vermutlich vom vielen Sitzen und Schreiben).

10. Tag: Um 23.00 Uhr bin ich längere Zeit halbwach und dann übliche Aufwachzeit um 4.00 Uhr.

Zwischendurch juckt es noch im Genitalbereich.

Weiterhin Durst und jedes Essen blähend (z.T. gehen die Blähungen ab, z.T. liegen sie wie Steine im Bauch).

Zwischendurch spüre ich immer noch die Schwäche in den Knien.

Obwohl ich mir oft beim Sitzen eine andere Sitzhaltung (ohne verschränkte Beine und vielleicht gerader Rücken) angewöhnen möchte, schaffe ich es nicht; es ist wie ein Zwang, die Beine zu verschränken (Manchmal meine ich, dass ich sonst ins Rutschen komme, manchmal meine ich, es sei bequemer, obwohl es irgendwann immer unangenehm wird; manchmal ist es einfach die Gewohnheit... Aber normalerweise habe ich das sonst besser im Griff als in den letzten Tagen).

Hals-Nasen-Rachenbereich weiterhin verschleimt.

Der "Pickel" an der Nase hat es sich wohl doch anders überlegt...

Eine kleine Warze an der rechten Augenbraue juckt den ganzen Tag über immer mal wieder.

Wieder kann ich nicht aufs Klo, es fehlt an Peristaltik.

Allgemein bin ich heute recht munter, was auch am tollen Wetter liegen kann.

Abends innerer Zwang, kreativ zu sein (b), wir bemalen zu zweit ein Fenster mit einem Baummotiv.

11.Tag: *Traum:*

Von einem wuscheligen Hund, der meiner Familie und mir gehört. Wir leben in einem neu gebauten Haus in einem unfertigen Neubaugebiet auf einem winzigen

Grundstück. Da ist etwas mit zwei Männern im Anzug (?), "meine Mutter" (ich war im Traum ein ca. 9-11-jähriges Mädchen, die Mutter so wenig meine Mutter wie ich in irgendeiner Form das Kind) erwische ich mit einem fremden Mann im Bett (nicht daheim, sondern in einer kleinen Hütte), vor "meinem Vater", der mit dem Fahrrad an diese Hütte gefahren kommt, decke ich sie trotz eigener Überraschung (geschockt bin ich nicht). An einem Abend beobachte ich zur Haustüre heraus einen Flugzeugabsturz in der Nähe, der mich sofort wieder in meine Helferrolle versetzt, mein Gehirn rast, was zuerst zu tun sei (Da ich schon öfter, unabhängig von meiner Sanitärzeit, zufällig zu Unfällen getappst bin, ist dieser Teil relativ realitätsbezogen im Vergleich zum Rest; aber wieso schon wieder ein Flugzeug? – Auch war ich nie mehr seit meiner eigenen Kindheit im Traum ein Kind gewesen; manchmal sehe ich mich, das Kind, als Beobachter, manchmal bin ich es selbst: ich habe dunkelblonde große Locken, das Gesicht ist leicht quadratisch und der Kopf im Verhältnis zum Rest relativ groß; meine Kleidung ein beiges, gehäkeltes Oberteil).

Blutdruck bei der Krebs-Vorsorge 100/65 (neben meinen Magenproblemen habe ich immer zu niedrigen Blutdruck, allerdings liegt er beim Arzt etwas höher; dennoch fühlte ich mich bei diesem Wert, im Gegensatz zu den sonst höheren Werten, auffallend gut) 1,5 Stunden später muss er allerdings weiter gesunken sein (gegen 11.30 Uhr), so dass ich ziemlich zittrig wurde und etwas voressen musste, um kochen zu können.

Links am Hals bildet sich plötzlich ein juckender Ausschlag, der bald darauf wieder von alleine verschwindet.

Die Warze an der rechten Augenbraue juckt weiterhin (nicht durchweg, aber zwischendurch immer mal wieder).

Ein "alter" Zahn (rechter Oberkiefer) meldet sich mal wieder (vor einem dreiviertel Jahr hatte ich, wohl aufgrund eines Mittels (Nat-c.), ständig Probleme mit diesem Zahn, aber der Zahnarzt konnte trotz mehrerer Besuche einfach nichts finden).

Abends gerate ich, zu meinem ohnehin schwer geblähten Bauch, an einen Salat, der aus etlichen Krautsorten zusammengestellt wurde; dick gebläht und wieder mit diesen schwachen Knien ziehe ich von dannen, trinke daheim einen winzigen Notschnaps, damit ich die Nacht nicht auf/über dem Klo verbringen muss.

12. Tag: Trotz des Salats verläuft die Nacht relativ gut, ich wache nur eine Stunde vor dem Wecker auf und meine, in Darm und Rektum voller Wackersteine zu sein; leichte Übelkeit und wenige, auch durch Rülpsen abgehende, Blähungen; zum Frühstück muss ich mich zwingen.

Zweimal kleinere Mengen an Stuhl mindern das Gefühl der Steinmassen im Bauch, damit lässt auch die Übelkeit nach.

Die Warze an der Augenbraue juckt.

Der "alte" Zahn ist zeitweise wieder aktiv.

Operationsnarbe (Granulom, rechter Fuß an einer Zehe, vor ca. 16 Jahren operiert) meldet sich zum ersten Mal nach all den Jahren (in der Form, dass ich immer wieder nachsehe, ob ein neues gekommen ist, da das Gefühl wie damals vor der OP ist).

Die nachmittägliche Gartenarbeit befreit mich fast von den letzten Blessuren; der Blähbauch ist zwar noch da, aber ist nicht mehr so belastend. Es drängt mich richtiggehend nach draußen, nach Bewegung an der frischen Luft. Es ist ein Gefühl, als wolle/könne ich Sonne, Wind, Grün und all die Farben in mich einsaugen. Barfuß spiele ich mit den Kindern Fangen, tollen wir mit und ohne Ball auf der Wiese herum, lesen wir vor. Zu dieser Jahreszeit, wenn die Temperaturen noch angenehm sind, kann ich so richtig aufleben, glücklich sein.

- Erstmals seit der Arzneimittelprüfung empfinde ich körperliche Anstrengung nicht mehr extrem, sondern ganz normal.
13. Tag: *Traum:*
Von extremer Verschärfung der derzeitigen finanziellen Situation mit all ihren Auswirkungen/Konsequenzen.
 Ziemlich erledigt wache ich auf.
 Die Narbe am Fuß meldet sich schon im Bett, der Zahn erinnert an sein Dasein während des Frühstücks.
 Noch immer ständiges Durstgefühl, verschleimter Rachen und Blähungen.
 Kribbeln und Jucken unter der rechten Nasenöffnung, als ob ein Pickel kommen will.
 Ein geschwisterlicher Konflikt hätte sehr übel ausgehen können ... ANGST gemischt mit Dankbarkeit, dass das Schlimmste verhindert worden ist, Traurigkeit, aber ich flippe nicht aus, wie sonst schon. Bin reizbar, noch nach Stunden sitzen mir die ungeweinten Tränen in den Augen – aber ich versuche, in Ruhe einen Weg zu finden, und gehe die ersten Schritte (= mehr Distanz zu Situation als sonst).
14. Tag: Traumintensive Nacht, aber als ich zum Aufschreiben komme, ist es weg, ich weiß nur noch, dass es recht hektisch und zerrissen zugeht; wache sehr, sehr erschlagen auf (gegen 6.00 Uhr bin ich schon einmal erwacht), bringe den ganzen Tag nicht das zuwege, was ich mir vorgenommen habe (was wahrscheinlich weniger am Mittel als am Mond und dem gestrigen Konflikt liegt); trotz der inneren Traurigkeit, kann ich mittags in Ruhe an dem Konflikt arbeiten.
 Zwischen 15.00 und 17.00 Uhr bricht das bis dahin mühsam erhaltene Kartenhaus zusammen, alle Kräfte scheinen mich zu verlassen, so dass ich mich für ein paar Minuten hinlege, was den Zustand bessert.
 Abends, neben den üblichen Blähungen und Dauerdurst, wieder energievoller, beim Abendessen hatte ich richtigen Hunger auf Deftiges (selten so ausgeprägt). Narbe und Warze haben heute geschwiegen, aber der Zahn erinnert öfter mal kurz an sein Dasein.
15. Tag: Aufgewacht um 0.30, 4.00 und gegen 6.00 Uhr. Trotzdem war der Schlaf erholsam.
Träume:
Kurze Sequenzen; einer war sexueller Natur (im Wald), bei einem schmugge ich mich unbeabsichtigt in eine Gürtelprüfung beim Judo, wobei ich mir selbst das Versprechen gebe, falls ich den Gürtel schaffe, werde ich mir den zweiten durch Training erarbeiten.
 Nach dem Erwachen habe ich eine laufende Nase (wässrig, dünn), lässt erst nach dem morgendlichen Duschen nach. Für den Rest des Tages ist sie eher zu trocken, von gelegentlichen (feuchten) Niesern abgesehen.
 Durstgefühl weniger als die letzten zwei Wochen.
 Noch immer bestehen die Blähungen, noch immer reagieren die Muskeln und die Knie (bes. links) verstärkt auf körperliche Anstrengung, d.h. mit Schwäche und Steifigkeit, schnell ist der Erschöpfungszustand erreicht, danach Anflug von Muskelkater und Verspannung.
 Völlegefühl, ich fühle mich fett und rund wie eine Tonne.
16. Tag: Ich denke: "Ist doch alles Schei...!", schlage die Augen auf: es ist 3.45 Uhr; das gleiche morgens um 5.45 Uhr. Die Erinnerung an Träume ist nur ein Schatten, ein Erinnerungsgefühl – im Prinzip ein Schatten der Realität, auch eines vorhandenen Schuldgefühls.
 Beim Joggen melden sich die Knie; schon bald nach dem Start ein Stechen im linken Unterbauch (kein Seitenstechen), das sich später als Volumengefühl im

ganzen Unterbauch ausbreitet und bis in die linke Schulter sticht; es beendet den Lauf schließlich ganz; Gegendruck mit der Hand und Krümmung mildert; beim nachfolgenden Duschen breitet sich das Volumengefühl kurzfristig noch mehr im Körper aus; als ich die Dusche verlasse, ist alles wieder o.k.

Der Zahn oben rechts meldet sich immer deutlicher.

Weniger Durst; gute Konzentrationsfähigkeit.

Die Nase läuft im Aufsein, begleitet von vielen, vielen lauten und energieraubenden Niesern ((b) hin und wieder spüre ich den alten Heuschnupfen wieder, aber gegenüber früher ist es kein Vergleich).

17. Tag: Turbulente Nacht durch langes Wachliegen, Kinderrufe, Träume, an die ich mich nicht mehr erinnern kann. Morgens schon vor 5.00 Uhr wach, aber nicht übermäßig erschöpft.

Starke Heuschnupfensymptome.

Die Haare fetten schon während der ganzen Prüfung sehr stark; zunehmend stellt sich Akne ein auf Gesicht, Schulter und oberem Rücken (nur aus der Zeit der Schwangerschaften bekannt, sonst nicht).

18. Tag: Sehr schlechte Nacht mit langem Wachliegen (Probleme wälzen, situationsbezogen). Latente Depression (könnte von den Umständen herrühren).

19. Tag: Traumreiche, turbulente Nacht. Träume vergessen, im Bett wusste ich noch, um was es ging. Aufwachzeiten kurz vor 3.00 und kurz vor 6.00 Uhr.

Verspannungszustände, fettende Haare, Akne – dennoch scheint der Urzustand zunehmend zurückzukehren (z.B. keine Erschöpfungszustände mehr, schon gar nicht nach Kleinigkeiten etc.).

20.Tag: Erste Nacht seit langem ohne Wachphase.

Traum:

Auf einem Homöopathieseminar treffe ich meine Homöopathin. Das Seminar findet in einer riesigen Turnhalle statt und bietet gleichzeitig die Möglichkeit, eigene Kunstwerke auszustellen und zu verkaufen. Meine Homöopathin (die Stimme und die Art treffen sie genau, vom Aussehen her ist sie wesentlich gewichtiger und hat graue, krause Haare) ist mit einer Freundin da und hat zwei überdimensional große Bilder (über 2m lang, aber recht schmal) im Goldrahmen auf dem Boden liegen. Irgendwie scheint sie mit dem Ablauf nicht zufrieden, denn als ich sie endlich finde und mit ihr spreche, ist sie gerade dabei zu gehen.

Zwischen 10.00 und 11.00 Uhr das typische Kreislaufloch (Wetter heute extrem schwül); ich vernichte zusammen mit meiner Tochter heißhungrig eine halbe Tafel Schokolade.

Fazit nach fünf Wochen:

In den ersten Tagen nach Einnahme des Mittels wusste ich überhaupt nicht, ob ich darauf anspreche. Einzig was mir auffiel war, dass ich unter trockenen Schleimhäuten (im Mund: großer, unstillbarer Durst; in der Nase im Wechsel mit einem wässrigen Fließschnupfen) litt und wieder sehr intensive Träume hatte – und mich an diese auch erinnern konnte. Außerdem empfand ich zunehmende Schwäche und Atemlosigkeit bei den kleinsten Anstrengungen: starkes Herzklopfen, das als pochende Schwäche in die Arme zog, und nachfolgend in allen Gliedern eine Art Muskelkater, der nicht der Stärke der Anstrengung entsprach.

Am dritten Tag dachte ich, ich hätte mich auf die Zunge gebissen, da diese sehr schmerzte und anschwell.

Am vierten Tag fiel ich in ein tiefes Loch: ich konnte nicht lernen, war wie benebelt, daneben erschöpft und depressiv, war trostbedürftig, fühlte mich von der Welt unverstanden – und wurde dann plötzlich albern.

In der Folgezeit verstärkten sich meine normal üblichen Blähungen schier ins Unermessliche. Ich empfand mich ständig erschöpft, neigte zum Albernsein.

Jede Nacht wachte ich um 4.00 Uhr auf, was sonst nicht so regelmäßig der Fall ist. Gegen Morgen hatte ich ständig Träume, an die ich mich beim Aufwachen meist noch erinnern konnte.

Trotz Schlafmangel war ich ausgesprochen leistungsfähig im Bereich Konzentration/Lernen (sonst umgekehrt); dagegen strengte alles, was ins Körperliche ging, unverhältnismäßig stark an.

An körperlichen Symptomen bemerkte ich außerdem häufiges Jucken im Genitalbereich, Frösteligkeit trotz Schweißbildung der oberen Körperhälfte, ein "phantomartiges" Zahnweh (wie schon unter Nat-c.) und Schmerzen im Knie. Darüber hinaus meldete sich eine alte OP-Narbe am rechten Zeh wieder, von der ich rund 16 Jahre nichts mehr gespürt hatte.

Die meisten Symptome begannen/beobachtete ich rechts.

Im psychischen Bereich beobachtete ich eine vergrößerte Empfindlichkeit, einen depressiven Unterton, und doch war ich innerhalb einzelner Konflikte eher neben mir, empfand eine Art Distanz, ohne jedoch "Beobachter" zu sein.

Nach drei Wochen empfand ich, dass ich in den Urzustand zurückkehren würde, da die körperlichen Wehwehchen (es stufte gelegentlich mal hier, mal da) allmählich ausklangen.

Nun beobachtete ich, dass meine *Träume* mehr und mehr in den sexuellen Bereich zogen, eine Woche später *träumte* ich dann *davon, dass ein guter Freund ganz plötzlich stirbt*; in einem weiteren *Traum besuche ich einen verrückten Elternabend, bei dem – als er dann endlich losging, nachdem wir vier Stunden auf den Beginn gewartet hatten – ein älterer Lehrer die Männer plötzlich für eine Wanderung auf eine gewisse "Burg Hoheneck" (nie gehört) einsammelt; da will ich unbedingt auch mit, lasse den entsetzten Rektor und die übrigen Eltern verduzt zurück... Ich bitte um Wartezeit, da ich einen ungeheuren Blasendruck habe, suche das Klo, finde es schließlich (zumindest das Etwas, das ich im Traum für das Klo halte); suche dann meine Kinder, die jedoch schon fröhlich in Richtung Burg vor uns herlaufen...* Der Blasendruck im Traum war so intensiv – und so unbekannt als Trauminhalt –, dass ich nach dem Erwachen zuerst prüfte, ob ich vielleicht ins Bett gepinkelt hätte.

So wie ich mich in den ersten drei Wochen körperlich geschwächt empfand, hatte ich nun ganz plötzlich ungeheure körperliche Power (nicht auf Sport bezogen, sondern auf Durchhaltevermögen bei allen Arbeiten im und um das Haus herum); allerdings lebte noch immer das Gefühl in mir, das alles (Ausbildung, Finanzielles etc.) nicht zu schaffen, nicht schaffen zu können.

Erst ca. vier Wochen nach der Einnahme kehrte der positiv gefärbte Blick nach vorn wieder für rund eine Woche zurück. Danach geriet ich in eine sehr nachdenkliche Phase, in der ich in den Stunden des Alleinseins und auch am Abend depressiv wurde; die „Tränen“ drückten mir schon auf Brustbein und Nase, die Sicht für den Weg fehlte, alle Ziele erschienen so unerreichbar, alles wurde mir zuviel, ich fühlte mich trotz der körperlichen Leistungsfähigkeit von x Seiten her überlastet, alles scheint zuwider zu laufen, vieles scheint gegen mich zu sein... Den Kontakt zu anderen Menschen außerhalb der Familie begann ich bewusst zu meiden, schon gar nicht suchte ich ihn.

Eine ganz seltsame, z.T. auch unerklärliche Hektik stellte sich bei allen Tätigkeiten ein; einmal war es so extrem, dass ich nicht in der Lage war, sinnvoll zu lernen. Es war, als würde ich auf einem Fließband stehen, alles innere Zureden half nichts.

Eine innere Reizbarkeit verstärkte sich von Tag zu Tag. Zunächst hatte ich im innerfamiliären Bereich eine extrem hohe Toleranzschwelle, reagierte nur nach außen hin sehr empfindlich und gereizt, aber dann holte es mich in der Familie auch ein; in einer Nacht so stark, dass ich mehrmals aufwachte und auf meinen Partner losschimpfte, was mir am nächsten Morgen richtig lächerlich erschien.

Im Laufe des Vormittags bis zum Nachmittag (ca. 9.00 bis 14.30 Uhr) hatte ich ziemliche Kreislaufprobleme und damit verbundene Naschlust ((b) von 10.30 Uhr bis nach dem Essen).

Mehrere Tage hintereinander hatte ich morgens um 7.00 Uhr ziemlich Blähungen, die mich dann plötzlich auf's Klo zwangen. Dort spritzte mit zwei Winden ein dünner, stark schweflig riechender Stuhl heraus (keine große Menge). Im Laufe des Vormittags kamen dann noch 1-2 Gänge zur Toilette dazu, ebenfalls eine Art schmerzloser Durchfall in kleinen Mengen.

Ein leichtes Jucken im Genitalbereich wiederholte sich aus der Anfangsphase der Prüfung, hinzu kam an zwei Tagen ein stark fischartiger Geruch im Genitalbereich.

Außerdem große Mengen Urin, häufig am Tag (wenn ich nicht gerade schwanger bin, gehe ich normalerweise sehr selten auf die Toilette).

Weiterhin fröstelig (meiste Zeit warm angezogen, wärmer als sonst); eisige Füße (b) bei geruchlosem Achselweiß.

Obwohl ich mich tagsüber noch immer recht fit fühle, breche ich abends regelrecht zusammen. Sobald der Gedanke an's Bett aufkommt, werden die Augen schwer; sobald ich das Kissen berühre, scheine ich fast augenblicklich einzuschlafen.

Traum: Ich treffe etliche alte Bekannte, werde später entführt und mit gefesselten Händen durch eine Wüste gezerrt.

Körperlich ein Dickheitsgefühl.

Nachtrag nach ca. sechs Wochen:

Mehrmals hatte ich ganz seltsamen Stuhl drang: ein Gefühl, als würde mir Sand an der Unterseite des Afters reiben, einmal weckte mich dieses Gefühl, weil schmerzhaft, sogar in der Nacht auf. Ich wurde ganz unruhig und ging schließlich auf's Klo, wo ich erstaunlicherweise Stuhl lassen konnte. Danach war das Gefühl fast weg, kam aber – wenn auch leichter – in den folgenden Tagen noch ein paar Mal wieder. Ich erinnere mich, dass ich das schon einmal erlebt habe, aber das muss lange zurückliegen und war sicher kein Dauerzustand.

Prüfer A4 (m, 41 J., doppelblind, d.h. kein direkter Kontakt mit der Prüfungsleiterin)

1. Tag: **1. Einnahme:** Abends 3 Globuli Equis-a. C30
25 Minuten später Ziehen/leichtes Stechen im Hinterkopf (rechte Seite); feiner Schleier am rechten Auge. Nach 10 Minuten Stechen und Schleier weg.
2. Tag: Ruhige Nacht im Gegensatz zu den letzten Wochen (bisher unruhiger Schlaf, Unausgeschlafenheit am Morgen, Träume wirr und beunruhigend, ohne Erinnerung an diese): Träume waren nicht beunruhigend, eher Erinnerung an frühere Träume (?), keine Erinnerung an den Inhalt.
Am Morgen fühle ich mich recht ruhig und gelassen (in den letzten Tagen war ich schnell gereizt, schnell genervt).
Ab 10.00 Uhr Müdigkeit, Frösteln; beides ist gegen 11.00 Uhr verschwunden.
Nach Mittagessen (ca. 12.30 Uhr) leichter Schwindel, Druckgefühl in Stirn, Wärmegefühl in Armen und Händen.
Gegen 19.00 Uhr geruchsempfindlich: Geruch wie saure Milch, niemand außer mir kann es riechen. Bis zum Einschlafen werde ich den Geruch nicht los.
3. Tag: Keine Träume, müde aufgewacht.
Während stehender Arbeit (ca. 9.30 Uhr) überkommt mich leichter Schwindel mit nachfolgendem Übelkeitsgefühl und Hitzewallung, nach ca. 1 Stunde verschwindet es.
Fühle mich ruhig und gelassen, nicht gereizt.
Nachmittags Durst, auf Kaltes.

- Geruchsempfindlichkeit, jedoch nicht definierbar.
4. Tag: Keine Träume, müde aufgewacht.
Stimmung ruhig und gelassen.
Gegen 9.00 Uhr leichter Schwindel, der gleich wieder verschwindet.
5. Tag: Müde und traumlos aufgewacht.
Gegen 9.30 Uhr etwas schwindlig, was aber kurz darauf wieder verschwindet.
2. Einnahme: Nachmittags 3 Globuli Equis-a. C30
Ca. 1 Stunde nach Einnahme (gegen 15.50 Uhr) leichter Druck rechts an Stirn, Sodbrennen, Frösteln; eine halbe Stunde später ist es wieder weg.
Gegen 17.30 Uhr Augenbrennen an beiden Augen, Magendruck und Druck an Stirn kommt wieder; ca. 18.30 Uhr noch leichter Stich an linker Stirnseite; etwas wackelig auf den Beinen.
6. Tag: 7.30Uhr aufgewacht. Die *Träume*, keine beängstigenden, waren lebhaft, kann mich jedoch nicht mehr an sie erinnern, bis auf eine *Szene, in der ein Papierdrache über einen kleinen Friedhof gelenkt wird*.
Beim Erwachen Kopfschmerzen, die beim Aufstehen langsam verschwinden.
Den ganzen Tag über sehr durstig, schlapp, lustlos.
Gegen Abend kommen Druck in Stirn und Augenbrennen zurück.
7. Tag: Mit Kopfschmerzen aufgewacht, an Träume kann ich mich nicht erinnern.
Reagiere gereizt, jedoch nicht so, dass ich mich innerlich aufgeregt hätte.
Gegen 15.00 Uhr ein Stechen (wie Nadeleinstiche) in der Wirbelsäule (Übergang BWS/LWS) für ca. 15 Minuten.
Den ganzen Tag über schlapp, müde bis abends.
Gegen 18.30 Uhr lässt die Müdigkeit nach, die Kopfschmerzen verschwinden.
Den ganzen Tag über ab ca. 10.00 Uhr hatte ich ein Brennen im linken Auge.
8. Tag: Wache ohne Kopfschmerzen und ausgeschlafen auf.
Keine Erinnerung an *Träume*, bis auf eine *Szene, bei der ich um eine riesige abgerundete Mauer (stahlfarben, aus einem Stück, Steine sind nicht erkennbar) renne*.
Fühle mich ausgeglichen und ruhig.
Ab ca. 14.00 Uhr leichter Druck in der Stirn (fast nicht spürbar) bis ca. 16.15 Uhr.
Ab 15.30 Uhr "Ziehen" an der Zungenspitze, als hätte ich sie mir verbrannt; ein taubes Gefühl bleibt.
9. Tag: Morgens keine Kopfschmerzen, jedoch "wackelig" auf den Beinen.
Gegen 9.00 Uhr lässt das "Wackeligsein" nach und verschwindet.
Die Zunge spüre ich noch ein wenig an der Spitze, dazu kommt ein Taubheitsgefühl an der Innenseite der Unterlippe.
Gemütsmäßig bin ich ruhig, "als stünde ich neben mir", leicht depressiv. Gegen 16.30 Uhr steigt die Depression, habe das Gefühl "als wäre ich eine ausgerissene Seite aus einem Buch" (= innere Distanz zu allem), hält bis in die Nacht an.
10. Tag: Leichte Depression bleibt.
Gefühl an Unterlippe bleibt, an Zunge spüre ich nichts mehr.
11. Tag: Schlaf unruhig. Hatte *hektische Träume, hatte nur mit sehr vielen Menschen zu tun, an Näheres kann ich mich nicht erinnern*.
Beim Erwachen leichte Kopfschmerzen.
An Zunge und Unterlippe spüre ich nichts mehr.
12. Tag: Müde aufgewacht, ohne Traumerinnerung.
14.00 Uhr Gefühl, als ob ich einen Stein im Magen habe.
Habe schnell meine Toleranzschwelle überschritten, bin gereizt, laut.
Nachmittags werde ich extrem müde und träge. Fühle mich unter (nicht vorhandenen) Stress gestellt.

- Kein Zeitgefühl (welcher Tag, welche Datum?).
13. Tag: Müde aufgewacht.
Traum:
Ich habe ein Tier, eine Art Vogel gefangen, indem ich es um den Körper packe. Das Tier verliert ganz sein Fell/seine Federn. Eine Stimme aus dem Hintergrund teilt mir mit, dass ich das Tier am Schwanz/den Schwanzfedern halten solle. Die Fangszene wird wiederholt, wobei das Tier als solches im Dunkeln bleibt, nur die Stelle, welche ich packen soll, war angeleuchtet, von einer Art Strahler; ich ergreife die Federn/den Schwanz und habe das Tier gefangen.
 Gehe am Morgen (8.00 Uhr) zum Landratsamt, bei dem ich über Ortskenntnisse hätte geprüft werden sollen, habe erhebliche Prüfungsangst (b – jedoch nie in diesem Rahmen mit Herzklopfen, zittrigen Knien etc.). Das Landratsamt hatte jedoch morgens geschlossen, was mich "schockte", musste mich erst mal hinsetzen und erholen. Am Nachmittag gehe ich nochmals hin, da kommt der Effekt jedoch nicht mehr, habe auch keine "Prüfungsangst".
 Gegen 11.00 Uhr Gefühl, als würde ich einen Pickel in meiner Nasenscheidewand (links) bekommen.
 Nachmittags müde, verliert sich abends; bin bis 23.00 Uhr wach ohne Müdigkeitserscheinungen.
14. Tag: Gegen 4.00 Uhr wach, kann ca. 1 Stunde nicht einschlafen; müde aufgewacht.
 Der Schmerz bei Berührung der Nasenscheidewand ist immer noch auf Druck zu spüren.
 Fühle mich ruhig.
15. Tag: Gegen 4.30 Uhr aufgewacht, nach 5.00 Uhr wieder eingeschlafen.
 Gegen Mittag werde ich träge bis in den Abend hinein.
 Druckschmerz an der Ferse.
16. Tag: Durchgeschlafen, aber unausgeschlafen gegen 6.30 Uhr aufgewacht.

Aussage seiner Partnerin:

Insgesamt war er relativ schnell genervt, aber anders als sonst, d.h. er ist besser damit umgegangen, mit mehr innerer Distanz. 2-3x hat er jedoch auch laut geschrien bei allerdings berechtigtem Auslöser; das ist sonst noch nie vorgekommen, er ist sonst beherrscher.

Prüfer A5 (w, 34 J., doppelblind, d.h. kein direkter Kontakt mit der Prüfungsleiterin)

1. Tag: **1. Einnahme:** Morgens 3 Globuli Equis-a. C30
 Gegen 13.30 Uhr Blockade im Lendenbereich rechts.
 Ab Spätnachmittag Rückgang der Toleranzgrenze, d.h. ich werde aggressiver, reagiere schneller, lauter.
 Abends sehr müde.
2. Tag: Tiefer Schlaf.
 Sehr aggressiv.
 Antriebslos, d.h. jedes Tun muss innerlich verstärkt angetrieben werden, sonst hätte ich alles liegen lassen.
 Hungergefühl bzw. Gelüste auf bestimmte Dinge; d.h. während des Essens stellt sich kein Sättigungsgefühl ein und ich habe meist Lust auf andere Dinge als die, die ich gerade esse.
3. Tag: Einschlafschwierigkeiten und kein Durchschlafen.
 Sehr aggressiv.
 Das Hautbild verändert sich: es entstehen Eiterpickel.

- Kreuzschmerzen von rechtem Lendenbereich ausgehend sehr stark abends.
4. Tag: Sehr schlecht geschlafen, Probleme wie nachts zuvor.
Auf der Haut verstärkt große Eiterpickel.
5. Tag: Weiterhin große Eiterpickel.
6. Tag: Aus Aggression wird Depression. In sehr tiefem Stimmungsloch, möchte mich am liebsten tief vergraben.
Periode setzt 5 Tage zu früh ein.
Kreuzschmerzen blockieren abends fast den ganzen Bewegungsablauf.
7. Tag: Aus der Depression wird wieder leichte Aggression, jedoch nicht mehr in so hohem Maße.
Auch Antriebslosigkeit noch verstärkt, d.h. immer noch zähes Auffordern etwas zu tun, ansonsten wandern meine Gedanken zu anderen Dingen.
8. Tag: Schlaf noch immer mit Durchschlafproblemen, mental stark angeregt.
9. Tag: Es normalisiert sich alles wieder; auch das Hautbild fängt an sich zu bessern.
Allerdings bleiben die Kreuzschmerzen verstärkt gegen Abend.
10. Tag: Kreuzschmerzen verlieren an Intensität.
11. Tag: Pickel bilden sich zurück.
12. Tag: Noch leichte Kreuzschmerzen.
- ab 13. Tag: Keine besonderen Beobachtungen mehr.

Prüfer A6 (w, 40 J., doppelblind, d.h. kein direkter Kontakt mit der Prüfungsleiterin)

1. Tag: **1. Einnahme:** Morgens 3 Globuli Equis-a. C30
Stärkeres Frieren (?).
2. Tag: Tieferer Schlaf (?).
- 3.-5. Tag: Keine besonderen Beobachtungen.
6. Tag: **2. Einnahme:** Morgens 3 Globuli Equis-a. C30
Lust auf Bier.
7. Tag: **3. Einnahme:** Morgens 3 Globuli Equis-a. C30
Manchmal (morgens oder abends) Gefühl im Bauch wie bei Durchfall.
8. Tag: **4. Einnahme:** Morgens 3 Globuli Equis-a. C30
Entzündetes Zahnfleisch; Bläschen im Mund.
Eisprung verschiebt sich nach hinten (ich mache ständig Zyklusbeobachtungen und stelle dieses Mal fest, dass der Eisprung sich verzögert, was sonst nie der Fall ist).

Prüfer A7 (w, 41 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** 8.30 Uhr 3 Globuli Equis-a. C30
Über den Tag weicher. Besserer, fließenderer Zugang zu Gefühlen: Bei Ritual am Abend kann ich mich in der Erde spiegeln. Verbindung mit meinem inneren (Sex-)Feuer.
Rückfall in alte Verhaltensmuster: z.B. Glaubenssatz "Alle Menschen, die ich liebe, werden mich verlassen"; ich verhalte mich dann so, dass ich beweise, dass es stimmt. Nach Einsicht viel Lösung von Mustern, Losrütteln alter Strukturen, Entpanzern der Rigidität. Erkenntnis der Kontrolle, die ich ausübe: ich kontrolliere sogar meinen Orgasmus! – und den der Männer sowieso. Empfinde viel direkte Verbundenheit.
2. Tag: Erfahre im Körper das Gefühl, die Kontrolle über den Orgasmus aufzugeben und "einfach nur" meiner Lust zu folgen. Erfahre die Erleichterung körperlich, dass ich die Kontrolle weggebe. Ich wende mich meiner Natürlichkeit zu.

Zwei blaue Flecken am rechten und linken Knie (weiß nicht, woher).
Das Muster, das ich entdeckt habe, ist sehr weit unten und strahlt sehr in verschiedenste Lebensbereiche "Kontrolle". Das Gefühl im Körper war furchtbar, wie uralt.

3. Tag: Schlaf unverändert etwas unruhig; keine Träume (= ungewöhnlich).
Fühle mich kraftvoll, kann geschehen lassen. Erledige viele Dinge einfach nebenher.
Intensives Gespräch über Verhütung und Sex mit meinem Sohn (17 J.) von Mensch zu Mensch, sehr entspannt.
Viele Erkenntnisse, klare Bilder, weiß, was ich will als nächsten Schritt.
4. Tag: Seltsame Erlebnisse: Friseur wirft mich raus, weil er keine Lust hat, mir die Haare zu schneiden. Ein fremder Mann spricht mich auf der Straße an, ob ich mit ihm Kaffee trinken gehe.
Telefoniere von 20.30 bis 1.10 Uhr, mache nur zweimal Pause zum Pinkeln. Eine Pause erwischt ein Freund genau, um mit mir zu reden.
Fühle mich, als wäre mein Energiefeld verändert. Ich genieße mehr. Ich verliere meine Rigidität.
Versinke in Gedanken, fahre eine falsche Strecke mit dem Auto etc.
5. Tag: Früh aufgewacht, nach nur 5 Stunden Schlaf.
Immer noch keine klaren Träume.
Gute Kommunikation. Fühle mich entspannt. Werde sicherer, stabiler. Weitere Erkenntnisse. Stehe und stelle mich mehr in meinen Raum, der sich aber gleichzeitig stark erweitert.

Fazit:

Über eine Woche keine *Träume*, danach ganz einfach zu erklärende, z.B.:

Ein Reporter macht ein Interview mit mir über Sex. Mein Partner sagt ihm am Ende, dass er aufpassen soll, was er schreibt, denn er werde in der gleichen Art über einen Verwandten des Reporters schreiben. Das ZDF will den Beitrag nur in Schwarzweiß senden. Das lehnen wir ab.

In der ersten Woche nach der Einnahme verzögerte sich meine Blutung; ich hatte 5 Tage lang das Gefühl, als wolle sie gleich beginnen, aber nichts geschah (ungewöhnlich). Dieser "hormonelle Stop" hielt mich in den alten Gefühlen von Verlassenheit, Einsamkeit, Kontroll- und Vertrauensverlust fest. Erst zweieinhalb Wochen nach dem regulären Termin hat die Blutung angefangen ohne jegliches Gefühl von mir.

Gleich zu Beginn der Prüfung hatte ich auch einmal das Gefühl einer "Bombe im Bauch", ausgelöst durch heftigen Zorn auf meinen Partner. Die "brennende Angst" dabei war jedoch nicht wie sonst im Bauch, sondern auf der Haut zu spüren.

Meine Sexualität hat sich sehr verändert. Ich bin deutlich tiefer an meine Wünsche gekommen, meine Sehnsüchte und Leidenschaften (??). Hintergrund ist, dass ich die Energie viel besser fließen lassen kann, mehr geschehen lassen kann. Mein Körper ist extrem durchlässig und empfänglich. Ich betrete größere und klarere Räume, bin insgesamt mehr im Fluss, kann mehr in der Gegenwart sein.

Prüfer A8 (w, 41 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** Nachmittags 3 Globuli Equis-a. C30

2. Tag: *Traum:*

Von Treppen ohne Geländer (b – aber sonst mit Angst verbunden, diesmal ohne Angst).

11.00 Uhr Flirren vor den Augen, evtl. niedriger Blutdruck.

- Dann Migräneanfall (sonst selten bei mir): Gesichtsfeldbeeinträchtigung, Schmerz von rechtem Auge in den Kopf.
3. Tag: Gut geschlafen; geträumt, aber nichts Neues.
Steißbeinschmerzen (vor ca. 30 Jahren mal drauf gefallen, seither nur einmal vor 5 Jahren bei einer Craniosacralbehandlung gespürt).
4. Tag: *Traum:*
Gehe schwanger in eine Klausur; kann den Rücken des Kindes fühlen; im Hörsaal wird alles vorbereitet, die Plätze werden zugeteilt.
Heißhunger auf Schokolade.
Schläfrig bzw. ruhig tagsüber; gereizt gegen Abend, Unlust, unzufrieden.
Schlecht eingeschlafen
5. Tag: Geträumt, aber kann mich nicht erinnern.
In meinem Innern schlage ich alles zusammen (= Wut); kurzer Moment: ich will überhaupt nicht mehr.
Mittags latenter Kopfschmerz, nicht wie sonst Spannungskopfschmerz vom Nacken nach oben ziehend, sondern oberhalb des rechten Auges nach hinten ziehend.
Gereizt.
6. Tag: Unruhig geschlafen; unklare Erinnerung an drei verschiedene *Träume:*
Von leeren Räumen.
Von einem Raum voller Bücher, ich kann nicht nach draußen sehen.
Vom Fernsehen, Dämonen und Angst.
Gereizt.
Heißhunger auf Süßes wie kurz vor meiner Blutung (bin aber z.Zt. gerade am Beginn des Zyklus).
7. Tag: Gut geschlafen, viel geträumt, kann aber nichts genau sagen.
Traum:
Suche einen Bahnhof bzw. den richtigen Bahnsteig.
Am Nachmittag Kopfschmerz in rechter Hirnhälfte.
Sehr müde, obwohl gut geschlafen.
8. Tag: Sehr gut geschlafen; keine Traumerinnerung.
Den Tag genossen mit Sonne, im Grünen und mit gutem Essen.
Abends Heißhunger auf Süßes.
9. Tag: Sehr gut geschlafen. Tagsüber Sonne und Frühjahr genossen.
Leicht reizbar.
10. Tag: Weiterhin reizbar.
Heißhungrig auf Süßes.
11. Tag: Unruhig geschlafen; keine Traumerinnerung.
12. Tag: Gut geschlafen.
Weiterhin gereizt.
13. Tag: Schlecht bzw. gar nicht geschlafen.
Unruhe hinter dem Brustbein.
Gereizt.
14. Tag: Gut geschlafen.
Traum:
Ich leite eine große Gruppe und delegiere die Arbeit (ganz neues Traumthema; gut dabei gefühlt).
15. Tag: Latenter Kopfschmerz rechtes Auge.
17. Tag: Starke prämenstruelle Spannungen in Brust (b – mehr als sonst).
18. Tag: Gereizt, unzufrieden.
19. Tag: *Traum:*
Bekannte und fremde Menschen getroffen, herzliches Miteinander.
Kurzer Breakdown tagsüber: fühle mich wertlos (b).

Klausur am Abend gelassen angegangen (hatte ich mir aber bewusst vorgenommen).

20. Tag: Geträumt in einzelnen Szenen, ohne Angst.

21.-23. Tag: Zwischenzeitlich unauffällig, außer Gereiztheit.

24. Tag: Blutung setzt zur normalen Zeit ein, jedoch anfangs zögerlicher und insgesamt spärlicher als sonst.

Fazit ca. acht Wochen nach Prüfungsbeginn:

Schon ganz am Anfang der Prüfung hatte ich das Gefühl, das muss ein Mittel bei PMS sein mit der wahnsinnigen Lust auf Süßes (mehr als sonst), der Gereiztheit und den Kopfschmerzen.

Insgesamt habe ich mehr Sachen schleifen lassen.

Die letzte Blutung (knapp 8 Wochen nach Prüfungsbeginn) bekam ich nach genau 28 Tagen, die letzten 5-6 Jahre waren es immer 24-26 Tage gewesen.

Prüfer A9 (w, 47 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** Morgens (10.00 Uhr) 3 Globuli Equis-a. C30
10.30 Uhr linke Nase geht zu mit Augentränen, Nase draußen besser.
11.00 Uhr trockener Mund sowie leichter Druckschmerz über den Kieferhöhlen.
12.00 Uhr Druck über der Stirn und in den Hinterhauptshöckern.
12.20 Uhr Schulterverspannung; Wärmegefühl über Außenseiten der Oberarme wie Fieber (?).
Ca. 14.00 Uhr trockene Augen.
Ca. 23.00 Fließschnupfen eher rechts, eingeschlafen.
2. Tag: *Träume:*
1. Beerdigung von irgendjemand, ich bin nicht traurig; Prozession zu einem Haus, Leute gucken eher neugierig. Die Ministranten (alle blond) vor der Tür tragen rote T-Shirts, nur zwei noch mit schwarzem Rock. Im Haus müssen wir uns auf Bänken gegenüber setzen. Ein Kind kommt dazu, zu groß für sein Alter, blond, wie aufgedunsen, sehr unruhig, wie zurückgeblieben.
2. Ich will/soll Straßenbahn fahren in Dresden von einem alten Haus aus mit zwei Ausgängen. Frage in einem Geschäft nach, wie es geht. Gleich kommen drei Angestellte von einem Amt mit großem Zeichenbrett aus Pressspan und müssen eine Straßenbahnkarte zeichnen für mich, weil es von dieser Ecke noch keine Karte gibt.
Beim Erwachen rechtes Nasenloch zu (b) und Rückenschmerzen im BWS/LWS-Bereich (evtl. von längerem Liegen; kenne ich von früher).
14.00 Uhr kleiner schmerzhafter Einriss in der Unterlippe rechts.
Abends schmerzhaftes Ulcus im linken Nasenloch.
3. Tag: *Traum:*
Von einem nackten Oberkörper, die rechte Hals- und Schlüsselbeingegend ist rot.
Mit Rückenschmerzen wach geworden wie gestern; außerdem Halsschmerzen mit Schluckbeschwerden beim Leerschlucken und Heiserkeit. Nach dem Aufstehen Verspannung der Schulter und Kopfschmerzen am Schädeldach. Die Beschwerden sind nach dem Frühstück weg (ca. 1 Stunde nach dem Aufstehen).
4. Tag: *Traum:*
Wie eine Detektivgeschichte. Jemand kriegt gesagt: Du hast das und das gegessen. Er sucht den Verräter. Er hat einen bestimmten Verdacht. Er sitzt im Kino, J. Fuchsberger in der Reihe dahinter. Der sagt nach der Kinovorstellung: Hättet ihr nicht gedacht, dass ich Dann das Bild einer großen Küche mit vielen Reihen viereckiger Edelstahlgroßtöpfe mit Tomatenketchupsaucen und

Fleischküchle. Die Küche hat keine Außenwände und steht im Wald. Ein blonder Jugendlicher steht ganz vorne wie an einem provisorischen Tresen und macht den Mund ganz weit auf.

Beim Aufstehen linkes Nasenloch zu, leichtes Kratzen im Hals mit leichten Schluckbeschwerden, zieht zu den Ohren. Nasensekret tropft aus der Nase, hell, dünn, später mit hellroten Blutflöckchen, > draußen; ab 10.00 Uhr weg.

Ab 11.00 Uhr Fremdkörpergefühl im linken inneren Augenwinkel wie ganz feine Nadel, bis ca. 17.00 Uhr.

5. Tag: Beim Aufstehen linkes Nasenloch zu.
Halskratzen, dann Fließschnupfen ab ca. 1/4 Stunde nach dem Aufstehen, > nach dem Frühstück.
Ca. 10.30 Uhr Gefühl wie Fieber im Kopf.
Nachmittags bei schönem Wetter (21°C) fühle ich mich, als wenn 30°C wären.
Draußen im Freien sind Augen und Nase besser.
Ab ca. 22.00 Uhr läuft die Nase wieder.
6. Tag: Morgens ist die Nase erst zu, dann Fließschnupfen, aber weniger als die Tage vorher.
20.00 Uhr Splittergefühl im linken Auge, d.h. kann wie kleine Steinchen herausreiben.
Ab 22.00 Uhr Fließschnupfen, Halsschmerzen links.
7. Tag: Beim Aufstehen Halsschmerzen links, leichter Fließschnupfen nach dem Aufstehen und tagsüber alles weg.
Abends Splitterschmerz Auge; Nasensekret, aber weniger, eher zäher.
Verstärkter Juckreiz an Hämorrhoiden (die Beschwerden bestanden schon vor der Prüfung, waren aber bereits im Abklingen gewesen).
8. Tag: Schlecht geschlafen, rechtes Nasenloch zu.
Nase und Augen jucken und kribbeln, nachmittags zwischen 14.00 und 17.00 Uhr am schlimmsten.
Zwischen 23.00 und 1.00 Uhr Fließschnupfen.
9. Tag: Morgens im Bett linke Nase zu, dann beim Aufstehen Niesen, Fließschnupfen, Halsschmerzen beim Schlucken, zieht zu den Ohren. Augen wie verklebt.
Ab 10.00 Uhr Fließschnupfen vorbei; Gefühl, Rotz läuft zäh hinten den Rachen runter.
Äußerer Augenwinkel wie wund, Brennen.
13.00 Uhr Nase trocken.
10. Tag: *Traum:*
Irgendwie vom Tauschen.
Im Bett rechte Nase zu. 1/4 Stunde nach dem Aufstehen tropft die linke Nase, tagsüber etwas >.
Augen brennen den ganzen Tag; im Haus und im Auto am schlimmsten, > draußen, wie wenn der Wind es mitnimmt.
Reagiere seit einer Woche besonders heftig auf Anschuldigungen oder Zurechtweisungen. Habe gemerkt, wie es aus mir heraus explodierte, konnte es aber nicht zurückhalten. Gefühl wie Empörung; der Anstoß war immer mein Mann; habe ihn angepöfeln, ohne mich im Unrecht zu fühlen. Diese Reaktionen gehen seit zwei Tagen wieder zurück.
Ulcus im linken Nasenloch immer noch vorhanden.
11. Tag: Augen, Nase seit gestern unverändert.
12. Tag: Halsschmerzen; Nase juckt immer wieder mal; Niesanfalle; Augenjucken, > warme Fenchelteeauflagen. Wechsel zwischen tränenden und trockenen Augen, trockene überwiegen; > nachmittags ab 14.00 Uhr, abends wieder <, nicht ganz so schlimm wie morgens. Beim Nase Putzen tut oft der Hals weh.
Die Kopfhaut juckt an zwei Stellen, Grind durch Kratzen.

- Meine Regel ist ca. einen Tag verspätet und weniger stark, besonders nachts war fast keine Blutung.
13. Tag: Augen jucken, tränen und brennen; Halsschmerzen, die nachmittags zur rechten Seite wandern und schwächer werden; zuerst Borken in der Nase, dann Fließschnupfen; beim Nase Putzen Halsschmerz. Nachmittags Gefühl, als ob ich die Augen auswaschen oder reiben müsste.
14. Tag: Wie vorige Tage: verborkte Nase, dann Fließschnupfen, Augen tränen, brennen und jucken; > nachmittags.
15. Tag: Beschwerden unverändert; auf Empfehlung Puls. C6 genommen (ca. zweimal), danach jeweils 1-2 Stunden >.
(Im Protokoll kam beim Datum vom 15. bis zum 20. Tag eine Zahlenverwechslung vor, Anm. der Autorin).
- 16.-18. Tag: Beschwerden weiter anhaltend; Bläschen in den Augen.
19. Tag: augenärztliche Diagnose: Konjunktivitis mit Bläschen auf der Bindehaut, evtl. allergisch; Therapie: Augentropfen.
20. Tag: Augen- und Nasensymptome gehen zurück.
27. Tag: Ich habe etwas Zeitprobleme: ich verwechsle das Datum, verstärkt in der vergangenen Woche ab dem 18. Tag; kein Zeitgefühl, eigenartig zeitlos; weiß nicht welches Datum, konnte z.B. auch nicht mehr sagen, wie lange ich schon prüfe bzw. sagte es dann falsch.
- 34.-35. Tag: Ich bin mit nackten Füßen durch einen Fluss gelaufen und bekomme etwa 1/2 Stunde danach starken Juckreiz auf dem Fußrücken und um den Knöchel herum; Kratzen tut gut, bessert aber nicht; > nach Apis C6. Auch am nächsten Tag Juckanfall > Apis C6. Bei Juckanfall am Abend nehme ich Canth. C6, da ich an Sonnenbrand denke; daraufhin werden die Füße noch heißer, wie dicke, aufgeblasene Ballons mit heißer Luft.

Fazit:

Zuerst habe ich lange mit der Einnahme gezögert, bis ich dann plötzlich mutig wurde und das Mittel genommen habe. In der ersten Woche hatte ich immer wiederkehrende Gedanken: Bin ich überhaupt als Prüfer geeignet? Bin ich vielleicht doch richtig krank? Die morgendlichen Kopfschmerzen dauerten immer bis ca. 1 Stunde nach dem Aufstehen. Ein altes Symptom kam wieder: Schmerzen im oberen Rücken. Meine Nase ist sonst eher verborkt, als dass sie läuft; Heuschnupfensymptome kenne ich sonst gar nicht, hatte ich noch nie. An Träume konnte ich mich z.T. nicht erinnern. Bei Blasendruck musste ich immer sofort auf die Toilette gehen und habe beim Hose Herunterziehen oft ein bis zwei Tröpfchen verloren. Meine Haare wurden strohiger und glatter (normal habe ich Naturkrause). Mein Gefühl wechselte phasenweise: einmal ging es wunderbar, dann wieder will ich nichts an mich ranlassen. Mein Mann meinte, ich hätte nachmittags manchmal so ausgesehen wie früher mal, als ich depressiv war; fühlte mich dabei nur lust- und geistlos.

Prüfer A10 (w, 52 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** Mittags 3 Globuli Equis-a. C30
Mit der Einnahme lange auf den richtigen Zeitpunkt gewartet.
Beim Protokollieren die ersten drei Tage mit dem Datum vertan: schreibe 6. statt 5. für den Tag und drei Tage lang 4. statt 5. für den Monat.
Abends beginnende Kopfschmerzen.
2. Tag: Nachts starke Kopfschmerzen: hinter beiden Augen, ziehend, bis zur Schädeldecke ausstrahlend; ständig wach wegen Kopfschmerz (sonst schlafe ich

bei Kopfschmerzen ein und am Morgen sind sie weg). Morgens nach Frühstück etwas besser, doch leichte Schwindelgefühle (migräneähnlich); > durch Sport. Nach dem Sport wieder leichte Schwindelgefühle, Blässe im Gesicht. Durst. Nachdem ich einen Apfel gegessen hatte, waren alle Beschwerden weg (gegen 13.00 Uhr).

22.30 Uhr beginnende Kopfschmerzen hinter den Augen.

3. Tag: *Traum:*

Sehnen und Muskeln des Halses wachsen zu einem Tumor zusammen.

Am Morgen sind Kopfschmerzen weg, doch leichte Schwindelgefühle wieder da; nach Sport wieder >.

4.-13. Tag: Hin und wieder Stiche im linken Knie.

Periode setzt wieder ein (ist klimakterisch bedingt sehr unregelmäßig).

Rückenschmerzen (Schulter und Rücken).

Abgelehnt, den Eiffelturm als Kuchenkunstwerk für meine Tochter zum Geburtstag zu backen; klar nein gesagt; als sie streiten wollte deswegen, habe ich sie auflaufen lassen; d.h. ich musste nicht mit ihr streiten, bin ganz ruhig geblieben – eine neue Verhaltensweise, habe so noch nie reagiert.

Jede Nacht 4.30 Uhr aufgewacht.

Will kein frisches Gemüse. Pfefferminzschokolade gegessen (seit Monaten nicht mehr).

Geruchsempfindlich: ich rieche im Keller Gas, obwohl es dort keines gibt.

Des öfteren vermehrte Mundtrockenheit.

Morgens beobachte ich Unterlidödeme: werde ich jetzt alt?

15. Tag: Seit einer Woche schwitze ich am Tag und beim Erwachen, Hitzewallungen morgens beim Erwachen.

27. Tag: Schmerz wie "Blinddarm" 3 Nächte hintereinander. Werde durch einen Stich wach, der jede Nacht 2-3 cm höher ist, ein punktuell Stechen an einer Stelle.

Weiteres:

Es gab noch Steißbeinschmerzen.

Außerdem habe ich *geträumt von richtig wichtigen Dingen und Lösungen*, konnte aber nichts erinnern, was mich geärgert hat.

Prüfer A11 (w, 32 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** 3 Globuli Equis-a. C30

2. Tag: *Traum:*

Meine Freundin ist schwanger, ich bin mit ihr im Urlaub; das Hotel ist sehr alt, in einem schlechten Viertel, ständig gehen irgendwelche Türen auf, und es kommen Leute herein; ich will abschließen, aber es geht nicht (Bezug zum Abend vorher: Erzählung Urlaub mit Hotel in schlechtem Viertel).

Von Computern (habe den ganzen Vortag mit Computern zu tun gehabt).

6. Tag: **2. Einnahme:** 3 Globuli Equis-a. C30

7. Tag: **3. Einnahme:** 3 Globuli Equis-a. C30

8. Tag: **4. Einnahme:** 3 Globuli Equis-a. C30

9. Tag: **5. Einnahme:** 3 Globuli Equis-a. C30

Insgesamt habe ich folgende Dinge beobachtet:

Gleich zu Anfang der Prüfung war für mich das Thema Schwangerschaft und Kinder sehr aktuell; viele in meiner Umgebung sagen mir oft: mit Mitte Dreißig kriegt man doch Torschlusspanik. Bisher hatte mich das nie beschäftigt, und ich will auch eigentlich kein Kind.

In Nacken und Hals Ziehen, beidseitig, ähnlich wie Muskelkater.

Ausschlag am Hals und Oberarm, keine Rötung, kein Jucken (hatte als Kind an Oberarmen und Handaußenflächen so was).

Ausschlag an linker Halsseite wie Sonnenallergie (Pickelchen und rauhe Haut), stark juckend, nach ca. 5-6 Wochen, einige Zeit anhaltend, verschwand dann.

Nach ca. 5 Wochen erschienen in beiden Handflächen Dornwarzennester (vor 25 Jahren schon einmal gehabt).

Starkes Jucken am After.

Sehr starke Schmerzen am rechten Iliosacralgelenk (vor 3/4 Jahr hatte ich dort Probleme).

Großer Durst, viel getrunken.

Ständig das Gefühl, dass ich etwas essen muss. An einem Abend zu zweit ein Glas Erdnussbutter gegessen. Zugenommen.

Kann manche Leute nicht riechen; suche auch öfters nach Geruchsquellen, die ich aber nicht finde.

Ich will mich oft zurückziehen, kein Telefon, keiner soll mich ansprechen, ich will bloß meine Ruhe. Aggressionsverhalten, wenn jemand diese Ruhe stört. Ich hatte auch keine Lust auszugehen und in Gesellschaft zu sein (all das kenne ich sonst nicht).

Ich war auch ab ca. drei Wochen nach den Einnahmen sexuell unlustig, was sonst nie der Fall ist.

Nach gut 6 Wochen bin ich wieder gelassener und zufrieden, es geht mir richtig gut.

Träume:

1. *Ich schwimme mit jemandem in einem Fluss, der kein Ufer hat, beidseitig nur erdige Felswände (sieht aus wie Wüste). Oberhalb der Wände stehen Leute, die mit einem Wettbewerb beschäftigt sind. Es ist ein Kinderwettbewerb. Der Fluss wird reißend, das Wasser immer schneller, wir versuchen, an den Felsen empor zu klettern und schaffen es endlich. Als ich oben ankomme, habe ich den Wettbewerb gewonnen und bekomme DM 400,00. Ich kenne die Leute nicht und bin sehr erstaunt ...?*

2. *Ich komme auf ein Fest, das in einer großen Halle stattfindet. Innen ist es aber keine Halle mehr, sondern ein Schwimmbecken; das Wasser ist klar und sehr niedrig. Im Wasser liegen lauter runde schwarze und rote Bällchen, es könnten Seeigel sein, ich weiß es aber nicht. Ich sitze am Rand des Beckens mit anderen (wie in einer Sporthalle). Ich muss aber durch das Wasser laufen, wenn ich an den anderen vorbei will ...?*

3. *Ich sitze in einem Schulzimmer (bin jeden Tag in einem) und bin selbst Zuhörer. Als ich mich umsehe, erkenne ich eine frühere Mitschülerin mit engem T-Shirt (sie hatte bereits als 12-jährige sehr große Busen und trug immer sehr weite Sachen, um dies zu verdecken – sie ist anscheinend schwanger. In der Pause treffen wir noch andere Leute, die alle bestätigen, dass sie schwanger ist.*

Prüfer A12 (w, 41 J.)

0. Tag: **1. Kontakt** mit dem Mittel seit gestern.

Morgens dicke Unterlidödeme.

Einige auffällige Situationen, wo andere einfach ohne zu fragen in meinen Bereich übergreifen; ich ärgere mich und fühle mich mehr oder weniger machtlos.

Verwirrung und Ärger über die sich (scheinbar?) widersprechenden Aussagen eines spirituellen Meisters.

1. Tag: Morgens Kopfschmerzen.

Tagsüber Kreislaufbeschwerden: Schwindel; leichter Kopfschmerz, leichte Herzbeschwerden.

1. Einnahme: Abends 3 Tropfen Equis-a. C30 aus der C4-Verreibung

Danach sehr unzufrieden mit meinem Leben.

2. Tag: *Traum:*
Von einem alten Freund und langjährigen Wegbegleiter, der seit wenigen Monaten tot ist; Thema im Traum: er ist real da, obwohl er doch tot ist.
Danach von Reisevorbereitungen: jeder erledigt seine letzten Dinge; alles geht in Ruhe, keine Hektik, kein Drängen; wir fahren erst, wenn alle soweit sind
 Morgens dicke Unterlidödeme und Spannungsgefühl durch leicht geschwollene Finger.
 Traurig und aufgebracht, weil ich das Gefühl habe, eine große Wachstumsmöglichkeit in meinem Leben zu versäumen. Es ist "fünf vor zwölf" und alles erscheint blockiert und ohne Perspektive.
 Schmerz neben linkem Schlüsselbein, der später bis in linken Mittelfinger wandert.
3. Tag: Nachts zwischen 0.00 und 8.00 Uhr 4-5x Wasserlassen (sonst 0-1x).
 Sehr traurig, weil meine Weiterentwicklung anscheinend erfordert, dass ich eine Entscheidung treffe, die mir sehr schwer fällt.
4. Tag: *Traum:*
Ich bin mit meinem Partner in einem Wohnzimmer, in das jederzeit auch andere kommen können; es ist eine sexuelle Begegnung, aber nur ich liege mit entblößtem Unterkörper da; ein alter Mann kommt herein, lächelt wissend und verschwindet wieder ...
5. Tag: Ich treffe die erforderliche Entscheidung, um weitere notwendige Entwicklungen zu ermöglichen, obwohl dies einen Schritt ins absolut Ungewisse bedeutet.
8. Tag: Bekomme die Rückmeldung, dass ich auf einmal scheinbar "unerschütterlich kristallklar" sei bzw. eine "diamantgeschliffene Klarheit" bei meiner Entscheidung hätte.
9. Tag: Im Laufe des Nachmittags entwickelt sich Kopfschmerz, leicht migräneartig, beginnend als Verspannung; er setzt sich abends dann in rechter Seite fest, v.a. in rechter Stirn und im rechten Hinterkopf, z.T. wie ein Stechen, das durchgeht; < beim Bücken.
10. Tag: Der Kopfschmerz ist immer noch da, lässt erst im Laufe des Nachmittags dann fast ganz nach.
 Um Mitternacht im Bett starkes Druckgefühl im Oberbauch, das in der Brust Beklemmung auslöst (nach allerdings blähendem Essen mit Zwiebeln und Linsen).
11. Tag: Vormittags plötzlich fast schwarz geworden vor Augen, nahe einer Ohnmacht gefühlt; danach noch einige Zeit das Gefühl, als ob gleich der Kreislauf zusammenbricht; dabei Angst vor Herzversagen.
 Meine Stimmung ist seit Tagen eher indifferent nach dem Aufgewühltsein davor; manchmal kommt Freude, dann wieder Zweifel über das, was sich gerade tut bzw. ich tue.
18. Tag: Engegefühl/Angst legt sich wie ein Deckel auf meine Lebensfreude; gedrückter, unklarer.
19. Tag: *Traum:*
Eine Katze, die ich auf dem Arm habe, gräbt auf einmal ihre Krallen ganz tief in meine Hände; es sind ganz tiefe Wunden wie Löcher, je zwei in beiden Händen. Ich muss behandelt werden, aber keiner hat Eile damit. Schließlich bekomme ich von einem Arzt eine länger dauernde Spritze im Bereich der linken Schulter gesetzt (gegen Tetanus?).
- 22.-23. Tag: Unklar, verwirrt, zerrissen; welcher Stimme soll ich folgen?
 Schwere, Traurigkeit, wie im Käfig gefangen; dies führt zu starkem innerem Druck.
 Seit einigen Tagen Juckreiz an den Schienbeinen ((b) phasenweise).

- 2. Einnahme:** Nachmittags 3 Tropfen Equis-a. C30 aus der C4-Verreibung
- (=01) Direkt nach der Einnahme Gefühl, als ob die Nase zugeht, ganz leichtes Schnupfengefühl und ansatzweise Atemnot.
24. Tag: *Traum:*
 (=02) *Diffus von zarter Annäherung von (oder an?) jungem Mann; Gedanken fremdzugehen; alles ist zart, romantisch.*
 Die morgendlichen Unterlidödeme sind stärker als sonst vorhanden.
 Tagsüber, v.a. nachmittags, Gefühl, viel mehr Wasser zu lassen, als ich getrunken habe.
 Nachmittags viel klarer bezüglich meiner Situation. Fühle mich trotzdem (situationsbedingt) traurig und allein.
30. Tag: Schon seit einigen Tagen Beklemmungsgefühl im Herzbereich und linker
 (=08) Schulter; Gefühl, das Herz sei "zu", Herzklopfen, so dass ich nicht gut in Ruhe sein kann, z.B. hilft schon Klopfen mit der Hand auf den Brustkorb.
 Vormittags Gefühl, als ob das Herz gleich aussetzt; Gefühl, gleich umzukippen; muss in Bewegung bleiben, um das zu verhindern; leichter Schwindel, als ob ich schwebe; eiskalte Hände; Angst vor Herzinfarkt, Brennen in der Herzgegend. (Beklemmungsgefühle mit Herzklopfen und Angst sind mir von früher her bekannt, jedoch nie in diesem Ausmaß)
 Ich suche Hilfe; Gels. C6 und danach Kali-c. C6 beenden den Zustand nach kurzer Zeit.

Prüfer A13 (m, 57 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** 3 Globuli Equis-a. C30
- 2.-3. Tag: Keine besonderen Beobachtungen.
4. Tag: Nach einer siebenstündigen körperlichen Tätigkeit eine fast unbekannte Müdigkeit (ca. 18.00 bis 21.00 Uhr); danach dann wieder aktiv.
5. Tag: Morgens mit zusammengebissenen Zähnen aufgewacht (b, jedoch seit 4-6 Wochen jetzt wieder das erste Mal).
2. Einnahme: 3 Globuli Equis-a. C30
6. Tag: *Traum:*
Ich bin ein guter Fußballspieler (Stürmer oder Mittelfeld) und vorgesehen für ein wichtiges Spiel. Aber ein anderer hat es geschafft, dass er mir vorgezogen wird. Die erste Halbzeit läuft aber viel schlechter, als die Verantwortlichen erwarteten, darum bitten sie mich, in der zweiten Halbzeit zu spielen, was ich beleidigt ablehne.
3. Einnahme: 3 Globuli Equis-a. C30
7. Tag: **4. Einnahme:** 3 Globuli Equis-a. C30
- 8.-11. Tag: Keine besonderen Beobachtungen.
12. Tag: Wieder mit zusammengebissenen Zähnen aufgewacht.
Traum:
Ich besuche meine frühere Dienststelle; will den Computer bedienen, was misslingt. Auch nach Erklärung durch die Kollegen gelingt es mir nicht. Bin wütend auf mich, wie dumm ich geworden bin.
13. Tag: Morgens wieder Zähne zusammengebissen.
Traum:
Ich bin in einer Schule. Eine mir bekannte Therapeutin ist die Lehrerin. Wir haben einen Deutschaufsatz geschrieben. Ich bekomme ein Fünf, erinnere mich aber nicht an den Kommentar. Ich empfinde den Aufsatz positiver. Außerdem ein Mathe-Test. Ich bekomme eine Vier, obwohl unter der Arbeit im Kommentar

steht: trotz der genialen mathematischen Kenntnisse nur eine Vier. Ich bin empört, ein Klassenkamerad aber auch, allerdings in Deutsch.

14. Tag: Traum:

Ich bin wieder im Dienst; ich bin nicht pensioniert, sondern in meiner ersten Dienststelle nach der Prüfung tätig. Auch mein Kollege ist nicht pensioniert. Wir sind beide zufrieden, nicht ärgerlich oder wütend.

31. Tag: Seit einiger Zeit riecht der Schweiß unangenehm sauer.

Prüfung von Equisetum hyemale

Prüfer H1 (w, 52 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** 2 Globuli Equis-h. C30

2. Tag: Gereizt aufgewacht, viel geträumt, wenig behalten.

Traum:

Meine Töchter und ich wollen bei Henny Heudens die Apotheker-Prüfung ablegen. Am Morgen der Prüfung fahren wir mit unserem Wagen zum Prüfungsort. Es ist eine alte Burg, die von einem breiten Wassergraben umgeben ist. Dort angekommen finde ich den Prüfungsraum nicht. Ich irre lange umher. Dabei komme ich zu einem alten Mann, der in einem mit Menschen gefüllten Saal sitzt. Trotzdem ist er alleine. Er strickt einen Pullover für sein Enkelkind. Ich spreche ihn an und sage ihm, dass es mich freut und mir das Muster gefällt. Er schämt sich, zeigt mir aber dann noch zwei Wintermäntel, die er für das Kind genäht hat. Ich finde den Saal, merke jetzt aber, dass mir die Prüfungsunterlagen fehlen. Ich habe sie im Hotel vergessen. Ich muss sie unbedingt haben. Die Zeit wird knapp. Ich muss meine Kinder suchen. Sie wissen, wo das Auto ist und haben den Schlüssel. Endlich finde ich sie. Sie zeigen mir das Auto. Es steht weit entfernt auf einem riesigen mit Katzenköpfen (alte Pflastersteine) gepflasterten Platz. Ich bitte einige Männer, die vor einem Lokal stehen, mich hinzufahren. Niemand hilft mir. Ich bin verzweifelt. Ich gehe zu Fuß über eine alte Holzbrücke. Die Bohlen sind morsch. Sie weichen vor mir auseinander. Ich habe große Angst, ins Wasser zu fallen. Ich falle. Panik!

Ich sitze in einem Geländewagen. Ich will immer noch meine Prüfungsunterlagen holen, um an der Prüfung teilzunehmen. Wieder komme ich nicht weit. Die Straße ist aufgerissen bzw. die Teerfläche abgetragen. Riesige Baumaschinen stehen auf steinigem Grund. Es gibt kein Durchkommen. Rechts und links türmen sich die Felsen. Ich versuche, über die Felsen zu fahren. Der Wagen kippt nach hinten und landet auf dem Dach. Mich überholt ein anderes Auto mit großer Geschwindigkeit und fliegt über die Felsen. Ich mache es nach. Auch mir gelingt es, über das Hindernis zu fliegen.

Die Prüfung bestehe ich nicht. Ich fühlte mich so sicher und hatte am Tag vorher nichts mehr getan. Ich ärgere mich über die vertane Chance.

3. Tag: Traum:

Ich muss zu einer Fortbildung. Über das Leben jedes Patienten sehen wir einen Film. Das Gebäude ist aus großen Steinquadern gebaut. Ein Teil des Theaters verwandelt sich in einen fliegenden Bus. Damit fliegen wir einige Male über Freiburg. Landschaft und Tiere erscheinen urzeitlich. Dinosaurier.

Ich lenke einen großen Bus mit vielen Menschen auf einer Autobahn. Panik!

Stuhl fester als sonst; unwillkürliche Blähungen.

4. Tag: *Traum:*
Eine kleine Stadt in Norddeutschland. Sie ist heruntergekommen. Geschäfte und Häuser sind verfallen. Ich besitze ein Hotel, kümmere mich aber nicht darum. Die Gäste sind alte, kranke Menschen. Es ist dunkel in den Gängen und riecht unangenehm ...
Ich suche einen Weg und finde ihn nicht. Ich gehe auf einer frisch geteerten Straße. Die Straße endet, wie abgebrochen. Ich erklimme eine sandige Böschung, dort finde ich die Fortsetzung der Straße.
Ich verstecke mich zwischen Büschen vor einem sehr großen weißen Hund. Die Besitzerin sagt, er wäre ganz zahm. Ich vertraue ihr.
Auf einer alten Dorfstraße auf dem Weg zu meinem Elternhaus: die Straße ist sehr breit und mit rotem Ziegelsteinen gepflastert. Der Ort ist wie ausgestorben. Ich bin alleine. Es ist eine Zeit Ende des letzten Jahrhunderts. Es sind alte, kleine, mit Reet gedeckte Katen. Die Straße vor mir verwandelt sich in einen riesigen, tiefen Krater, der mit Sand und Wasser gefüllt ist. Unter den Ziegeln ist die Abbruchkante einer Teerdecke zu sehen. Ich kann nicht weitergehen und finde auch keinen Weg, der mich an dem Krater vorbei führt ...
Ich bin im Haus, gleichgültig und passiv. Meine kleine Tochter spielt im Garten. Es ist trüb und regnerisch. Das Kind will zu mir, ich lasse es aber nicht ins Haus, fühle mich wie gelähmt. Ich höre sie, obwohl es total still ist, wie sie mir von einem sandigen Loch, in dessen Mitte man verschwinden kann, erzählt. Ich reagiere nicht, es ist mir egal. Sie dreht sich um und tritt in einen hellblauen Sandkreis, in dessen Mitte sich eine Vertiefung mit Wasser befindet. Sie ist verzweifelt und will sterben. Sie verschwindet in dem Loch. Ich gerate in Panik, will sie retten. Um mich entsteht auch ein blauer Sandkreis und zieht mich nach unten. Ich denke ganz nüchtern und ohne Emotionen wie Angst und Panik: Jetzt sterbe ich und bin gleich bei ihr. Ich warte auf das Gefühl des Erstickens oder Ertrinkens. Aber es geschieht nichts.
2. Einnahme: 2 Globuli Equis-h. C30
5. Tag: *Traum:*
Mit meinen Eltern und Kindern fahre ich in einer Straßenbahn durch Freiburg. Es ist sehr kalt, und es liegt viel Schnee in den Straßen. Die Straßenbahn ist unser Zuhause. Hoffnungslosigkeit! Das Gefühl, ausgestoßen und isoliert zu sein ...
Mein Vater versteckt in einem dunklen Schuppen einen Tausendmarkschein, meine Mutter betrinkt sich. Es gelingt mir nicht, sie davon abzuhalten. Ich mag es nicht, wenn sie trinkt ...
Unangemeldet kommt eine Frau zu uns. Ich sitze mit ihr nackt am Tisch. Ich verstecke mich im Kleiderschrank ...
Von der Frau meines Chefs will ich gynäkologische Instrumente kaufen. An einem Tisch daneben sitzt die Frau des Pfarrers und eine Frau aus dem Kirchenvorstand und beobachten mich (vier Frauen, mit denen ich nicht gerne zusammen war) ...
Friseure haben eine Tagung. Die Männer sind klein, dick und alt, die Frauen groß, schön, jung und blond. Sie fahren in einem Luftfahrzeug (Airhuber) durch die Straßen eines Vergnügungsviertels. Das Fahrzeug sieht wie ein Gummiboot aus. Es ist rot und quillt förmlich durch die Straße von einer Hauswandfront zur anderen. Männer und Frauen sind nur von hinten zu sehen. Ich denke an Prostitution. Alle sind sehr bunt gekleidet. An den Häusern ein Meer von Lichtreklamen.
 Obwohl lange geschlafen (8 Stunden), bin ich morgens misllaunig und gereizt. Ich glaube, dass meine Stimmung mit dem Traum zusammenhängt, der vieles aus der Vergangenheit aufgewühlt hat.

Heißhunger auf Pfefferminzschokolade, ganze Tafel auf einmal gegessen.

3. Einnahme: 2 Globuli Equis-h. C30

6. Tag: *Traum:*

Meine Tochter sieht einen Mann, der sehr viel älter als sie ist, verliebt sich und heiratet sofort.

Heißhunger auf Pfefferminzschokolade, ganze Tafel gegessen.

4. Einnahme: 2 Globuli Equis-h. C30

7. Tag: *Traum:*

Ich lebe in einem Mehrfamilienhaus. Es steht auf einem sehr großen Grundstück. Die ganze Fläche ist mit frischem Teer bedeckt. Lediglich vor meinem Küchenfenster ist ein kleines Stückchen rote Erde zu sehen, in die ich Blumen gepflanzt habe. Ausgerechnet hier soll noch ein Hausteil angebaut werden. Durch das Fenster scheint die Sonne, sonst ist die Wohnung dunkel. Ich versuche, mit den übrigen Bewohnern ins Gespräch zu kommen, aber sie ignorieren mich. Der Asphaltplatz wird von mir in Ordnung gehalten. Er ist sehr sauber, nichts liegt herum. Der Platz wird von einem Drahtzaun begrenzt. Dahinter wachsen Pflanzen. Es ist unordentlich und wild. Die Stimmung im Traum war bedrückend, kein Kontakt zu anderen Menschen, obwohl viele da waren.

7.00 Uhr beim Reiben des rechten Auges ein knatschendes Geräusch im Bereich des Tränenganges oder Siebbeins, als wenn Luft darin wäre.

Beim Gähnen Knirschen der Kiefergelenke.

17.00 Uhr Lippen spröde, die Haut hängt in kleinen Fetzen an den Lippen.

Starkes Bedürfnis, meine Kinder zu berühren und zu streicheln.

8. Tag: *Traum:*

Ich lebe mit meiner Familie in zwei Räumen, in denen das Wasser einen Meter hoch steht. Über der Wasseroberfläche spannen wir Vlies, welches aus einer Pflanzenfaser besteht und stellen die Möbel darauf. Der Gedanke, die Bespannung könnte reißen und wir ins Wasser fallen, lässt mich nicht los. Die Räume sind fensterlos, kalt und feucht.

Wir fahren auf einer sechsspurigen Autobahn, die stark befahren ist. Vor uns wird ein Radfahrer von einem Lastwagen angefahren. Ich wusste im voraus, dass der Unfall geschehen würde. Ich springe aus dem Wagen, ohne auf den Verkehr zu achten und laufe zu dem Verletzten, der bewusstlos und zusammengekrümmt am Boden liegt, wie tot. Ich behandle ihn. Er kommt wieder zu sich. Eine Hochzeitsgesellschaft versammelt sich um ihn. Es ist seine Familie. Ich bin überflüssig. Ich will wieder zurück zu meinem Auto, laufe auf einer schmalen Teerstraße neben der Autobahn und komme auf ein teergedecktes Dach eines Schuppens. Hier endet die Straße abrupt. Wegen der vielen Autos auf der Autobahn gelingt es mir nicht, wieder in meinen Wagen zu kommen.

7.00 Uhr Hände trocken und dumpfe, drückende Schmerzen im Kreuz (Sakralbereich).

7.30 Uhr beim Nase Putzen blutig-schleimiges Sekret, mehr als sonst.

8.30 Uhr stechender Schmerz im Hinterkopf beim Drehen des Kopfes.

Haarausfall am ganzen Kopf nach dem Haare Waschen.

9. Tag: *Traum:*

Meine Familie und ich machen ein Picknick auf einer Wiese direkt neben einer Landstraße. Die Wiese ist sonnig und fast dschungelartig von Schilfhalmen und Bambus zugewachsen. Neben der Wiese ist ein Ausflugslokal. Ich gehe in das Lokal, um etwas zum Essen zu kaufen. Jemand sagt mir, ich solle vorsichtig sein, da die Lebensmittel von Chemikalien verseucht seien. Meine Tochter startet direkt von der Wiese zu einem Flug nach Georgia/USA.

10. Tag: *Traum:*

Meditation bei einem sehr strengen (Yoga-)Meister, dem wir absolut gehorchen mussten; er hat dunkle, lange Haare, ist weiß gekleidet und sehr ernst. Die Stimmung ist sehr angespannt.

Haarausfall.

Stichartige Schmerzen in der rechten Ohrspeicheldrüse.

11. Tag: Haarausfall.

12. Tag: *Traum:*

Aus einem Narrenverein entwickelt sich ein NS-Staat. Viel Angst bei den Menschen. Wir werden zur außerordentlichen Ordnung gezwungen. Jedes Vergehen wird bestraft. Flucht mit dem Zug in die Freiheit. Jede Zimmereinrichtung wird sorgfältig in einem Waggon untergebracht. Meine Familie bringt alles durcheinander. Ich bin sehr ärgerlich darüber. Die Waggonen stehen zum Schluss übereinander gestapelt in einer Pappschachtel wie Spielzeug.

– Es war ein Gefühl von Hoffnungslosigkeit, Resignation und "Gefangensein".

Der Haarausfall wird sehr viel stärker.

13. Tag: *Traum:*

Bedrohung durch eine Naturkatastrophe (kann mich aber nicht gut daran erinnern).

Wieder viele Haare verloren.

Plötzlich stärkere Sekretbildung der Nase.

18. Tag: Nachts sehr plötzlich Beginn einer Blasenentzündung (hatte ich nur einmal vor sehr langer Zeit): Der Urin ist braun, also blutig, enthält massenhaft Erythrozyten; > Ruhe, Wärme, < Aufstehen. Gefühl, als ob der Urin nachläuft. Die Schmerzen sind < während Wasserlassen, > danach, schneidend an der Mündung der Harnröhre; der Schmerz zieht zur Scheide, dort wie wund. Harnröhre juckt beim Nichtwasserlassen.

Ich nehme Canth. C6, keine Veränderung; später Staph. C6.

19. Tag: Die Beschwerden sind nach Staph. C6 > geworden.

20. Tag: Urin o.B.

21. Tag: Seit Beginn der Cystitis keinen Kaffee mehr getrunken; heute wieder welchen getrunken und kalte Füße gehabt: Rückfall der Cystitis, Einsetzen der Schmerzen gegen 18.00 Uhr, der Urin ist sofort blutig; ich vertrage keine Wärme, habe ein Gefühl wie geschwollen, bin unruhig. Mit Apis C6 nach 6 Stunden >.

Fazit nach ca. 6 Wochen:

Mein energetischer Zustand war während der ganzen Prüfung gut, besonders nach der Cystitis. Jetzt habe ich ein tolles Gefühl. Seit einiger Zeit (schon einige Wochen vor AMP begonnen) engagiere ich mich in unserem Ort wegen der schlechten Qualität unseres Trinkwassers (es riecht gechlort), in diesem Zusammenhang war ich besonders in der letzten Zeit sehr aktiv.

Auffallend häufig habe ich in dieser Zeit die Namen meiner Töchter verwechselt. Ich hatte viel mehr Träume mit ganz anderen Themen als sonst.

Der Haarausfall hält weiterhin an (hörte erst zwei Monate nach AMP-Beginn wieder auf).

Eine von früher bekannte Atemnot, d.h. schwer gehender Atem bei leichteren Tätigkeiten, die unter Calc-c. verschwunden war, ist wiedergekommen.

Prüfer H2 (w, 35 J.)

Vorspann:

Nachdem ich das Prüfmittel erhalten habe, habe ich lange gezögert und gedacht, jetzt kann ich das Mittel nicht nehmen, wenn so viel los ist; immer wieder kam etwas anderes

dazwischen. Ich hatte das Mittel aber immer auf meinem Tisch liegen und habe mich damit beschäftigt, ob ich es nehmen soll oder nicht.

Schon in der ersten Woche, nachdem ich das Mittel bekommen hatte, gab es heftige Auseinandersetzungen aufgrund starker emotionaler Ausbrüche. Die Themen waren: Anerkennung der eigenen Person, Konkurrenz, Autorität anzweifeln, Macht. Dahinter steckte der Wunsch, selbst etwas zu tun, das Bedürfnis, auch jemand zu sein, gleichzeitig kein Zutrauen in die eigene Person, Angst, Selbstverhinderung (ich hatte das noch nie in diesem Ausmaß erlebt).

Ein *Traum* in dieser Zeit:

Ein Bekannter erklärt mir, dass ein anderer Mann nur des Geldes wegen durch einen Wald gehe. – D.h. für mich: ich gehe durchs Unbewusste, Seelische, weil mich das Weltliche, Materielle zieht; ich gehe nur, damit das Ego erfolgreicher in der Welt sein kann, nur für meinen eigenen Vorteil.

Ich fragte mich zu diesem Zeitpunkt, ob das alles schon etwas mit dem Mittel zu tun hat.

Nach erneuten Auseinandersetzungen, auch wenn dazwischen immer wieder Zeiten von Klarheit und Erkenntnis lagen, wurde ich krank: Heiserkeit, trockener, bellender Husten (festsitzend, als ob die Lunge lackiert wäre), lang andauernd. Danach begann ich, meine Wohnung zu renovieren und einen neuen Raum für mich zu schaffen.

Nachdem das Mittel nun schon einen Monat bei mir lag, nahm ich wegen des andauernden Hustens und der Themen Lyc. C30.

Es gab auch Zeiten mit viel Energie, um eigene Dinge anzufangen, aber auf der anderen Seite die schmerzhaft Erfahrung, wie ich mich immer wieder selbst blockiere und verhindere. Zwang, etwas tun zu müssen.

1. Tag: **1. Einnahme:** Abends 3 Globuli Equis-h. C30 (ca. 3 Wochen nach Lyc. C30)
Kopfschmerzen wie eine Stahlhaube auf dem Kopf, Druck ringsherum wie eingeeengt (ist anders und stärker als sonst bekannt, habe eine ähnliche Empfindung einmal beim Fasten gehabt).
Anusschmerzen; es fühlt sich an, als ob sich das Basischakra öffnet, wie eine Dehnung.
Ziehen im Bauch.
Der Husten, der nach Lyc. fast weg war, flammt nochmals auf.
2. Tag: Morgens Unruhe im Bett.
Ich muss sehr früh raus zum Wasserlassen (sonst nie), obwohl ich wenig getrunken habe; irgendetwas dabei ist anders, anderer Uringeruch? Ich kann es nicht genau sagen.
Dunklerer Stuhl als sonst.
Sehr nahe am Wasser, d.h. ich weine leicht, bin sehr offen.
Verstärktes sexuelles Verlangen, ich kann nicht genug bekommen (ist sonst nicht so).
3. Tag: Sehr müde, angestrengt; weine leicht, bin sehr berührt (mehr als sonst).
Der Kopfschmerz vom 1. Tag ist erst heute weg.
4. Tag: *Traum:*
Ich klettere einen Berg hoch, auf allen Vieren. Es gibt nur einen Weg hinaus/hinüber über den Gipfel/Kamm. Hinter mir kommt ein erfahrener Bergsteiger, fühle mich unter Druck gesetzt, beobachtet, gedrängt. Befürchte: das kann ja nicht gut gehen; wundere mich, dass es geht; ich komme relativ schnell voran, auch sehr leicht. Plötzlich löst sich ein Stein, das war von außen nicht zu sehen, er saß wohl nicht fest. Ich rutsche ab, es ist kein Halten mehr möglich. Ich rutsche bis ganz nach unten, meine Hände und meine Brust sind offen und blutig. Ich weiß nicht, wie ich da je raus kommen soll: ich bin ganz an den Anfang zurückgerutscht, fühle mich resigniert, hoffnungslos. Mit den

Verletzungen werde ich auch so schnell nicht klettern können; es dauert, bis das heilt.

- 5. Tag: Unruhe morgens ca. 5.00 Uhr.
- 6. Tag: Husten trocken, bellend.
- 8.-10. Tag: Öfters Stuhldrang, aber Verstopfung; das dauerte ca. 3 Tage lang.
- 9.-18. Tag: Nichts Auffälliges.
- 19. Tag: Periode 4-5 Tage verfrüht (sonst regelmäßig, Zyklus kürzer als 28 Tage). Die Blutung ist schwächer als normal; ich habe Heißhunger auf Schokolade, auch während der Blutung (sonst: nur ein "Fresstag" vor Periode, aber keine Schokolade).

Zwischenbilanz:

Das gesteigerte sexuelle Verlangen hielt ca. 2 Wochen an.

Es kam zu einer langsamen Klärung durch Anerkennung meines eigenen Schmerzes. Ich bin so voller Schmerzen; der wird durch andere angerührt. Wie ein Dorn in der Wunde; wer an dem Dorn rührt, der bekommt die Heftigkeit meines ganzen Schmerzes ab.

Die Frage ist, „was ist wirklich wichtig?“, da mich der weltliche Erfolg oder die Erfüllung meiner Wünsche und Bedürfnisse durch andere letztendlich doch nicht zur Zufriedenheit führt oder immer nur für kurze Zeit, dann muss wieder etwas Neues her.

- 26. Tag: Eher innere Leere, aber ruhig, nicht depressiv. Das Gefühl, innerlich gereift zu sein. Fühle mich wie in einem neuen Raum: das Alte ist nicht mehr, das Neue braucht noch Zeit zum Wachsen. Aber vieles, was vorher ging, geht jetzt nicht mehr (von daher fühlt es sich auch nicht so toll an). Dieser Zustand ist wie die Umkehrung der vorherigen äußeren Aktivität.

Prüfer H3 (m, 41J.)

- 1. Tag: **1. Einnahme:** Morgens 4 Globuli Equis-h. C30
"Laues" Gefühl im Magen; nach dem Essen kommt leichte Übelkeit auf, ca. 1/2 Stunde lang.
Bei geringer Anstrengung reichlicher Stirnschweiß.
- 2. Tag: (Bei der Datumsangabe wurde 25. statt 29. geschrieben)
Aufwachen um 1.30 Uhr; durstig. Guter Schlaf.
Verstocket, keine Lust zu reden.
Unterschwellige Trauer, die sich bewusst macht.
Schmerz im Sakrum links beim Bücken.
Ich kann gut arbeiten, wenn ich mich an den Schreibtisch gesetzt habe.
- 3. Tag: Innere Heiterkeit beim Aufwachen, "innerer Sonnenschein". Merke aber, dass mich alles nervlich überfordert; wechselnd genervt und freudig.
- 4. Tag: Ich bin sehr gereizt.
Um 11.00 Uhr sitze ich am Schreibtisch bei der Computerarbeit; ich rieche "Feuer", d.h. eine ausgemachte Zigarette, die noch glimmt, im Nebenzimmer; ich stürze los – stolpere über das Computerstromkabel und reiße es zu Boden –, um den Brand zu löschen, der keiner ist: Ich finde eine ausgemachte Zigarette im Abfallkorb – es war wohl ein Phantomgeruch. Nachdem ich den "abgestürzten" Computer vom Boden aufgehoben und ihn auf Funktionstüchtigkeit überprüft habe, kommt mir der Gedanke: "Die Reaktion – das war wie ein wildes Tier." Ich fühle mich auch so.
16.00 Uhr starker Schmerz in rechter Schulter.
Missempfinden in Brust, Armen und Beinen beim Sitzen.

20.00 Uhr pelziges Gefühl am Rücken, links entlang der Wirbelsäule, etwa in Nierenhöhe.

5. Tag: Dieses pelzige Gefühl kommt jetzt immer beim Bücken und bleibt noch mindestens 2 Wochen! Es wird dabei oft auch durch Anstrengung ausgelöst.

Prüfer H4 (w, 73 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** Abends 3 Globuli Equis-h. C30
Im Bett rechter Fuß bis über den Knöchel eiskalt; brauchte eine ganze Zeit, bis er sich erwärmte.
2. Tag: *Traum:*
Habe starke Blähungen, es stinkt ekelhaft, intensiv und ausdauernd. Ich bin irgendwo auf Reisen, in Flugterminal oder anderem Warteraum. Ein Mann muss ziemlich nahe bei mir vorbeigehen und schimpft dabei über den erbärmlichen Gestank. Denke bei mir, der weiß sicherlich, dass nur ich ihn verursacht habe. Stelle mich deshalb abseits, aber die anderen anwesenden Leute wollen, dass ich mich auf einen der freien Stühle setze ...
Wir bekommen ein Paket von Bekannten mit fertig gekochtem Essen. Als wir es warm gemacht haben, ist es verdorben-faulig. Wir kippen es wieder in die Plastiktüte und schicken es zurück; wundern uns, dass sie uns so etwas schicken.
Beim Aufstehen leichte Kopfschmerzen, vom Hals her der ganze Kopf verkrampft; etwas rauhen Hals, rechtes Nasenloch etwas schnupfig. Nach dem Aufstehen alles gleich weg.
An Oberlippe rechts fingerkuppengroß leichtes Brennen (schon einige Male gehabt).
Unter rechtem Rippenbogen leicht ziehender Schmerz, auch in der Nierengegend, den ganzen Tag.
Fünfmal Stuhlgang, kein Durchfall, auch keine Verstopfung vorher.
Abends im Bett wieder rechter Fuß eiskalt. In der Bettwärme dann, nachdem der Fuß warm geworden ist, Nervenzucken; hört auf, nachdem ich Kühle unter die Bettdecke gelassen habe (b).
3. Tag: *Traum:*
Ich liege mit meiner Tochter als Kind (in unserer früheren Wohnung) im Bett und beobachte durch eine Glastür, wie unsere (alte) Nachbarin auf dem Treppenabsatz in 3 Glasschüsseln ein gekochtes Huhn schnippelt und dann noch eine Menge Obst dazu; das will sie uns zu Weihnachten schenken. Wir machen nicht auf, sie lässt es stehen ...
Dann noch *von einer Menge Tiere* geträumt, kann mich aber nicht an Einzelheiten erinnern.
Aufgewacht mit verschleimtem Hals, ist aber nach dem Aufstehen gleich weg.
Den ganzen Tag lustlos, müde, schmerzende Glieder, ziehende Rückenschmerzen, ziehende Schmerzen in der Nierengegend und unterm rechten Rippenbogen.
Nach dem Mittagessen hingelegt und geschlafen (sonst nie).
4. Tag: Den ganzen Tag schwere Glieder, Rückenschmerzen, links steifer Hals, müde, kaputt, leichter Kopfschmerz, alles wie gestern.
Dazu kommt stärkeres Jucken am ganzen Körper, mal hier, mal dort, besonders an der Oberseite der Unterarme.
5. Tag: Von 2.00 bis 3.00 Uhr wach, es hat mich am ganzen Körper schrecklich gejuckt. Bis ich mir gesagt habe: jetzt ist Schluss, nicht mehr daran denken, habe ich mich gekratzt und gescharrt. Nach Lüften der Bettdecke bin ich dann wieder eingeschlafen.

Tagsüber Glieder- und Rückenschmerzen.

Lustlos, "Endzeitstimmung"; weder Energie noch Lust, eine Beschäftigung egal welcher Art zu beginnen.

6. Tag: Am Vormittag viel geschafft.

Rückenschmerzen, müde.

Nach dem Mittagessen, beim Zeitung Lesen, schlafe ich fast ein.

ab 7. Tag: Verstärkte Schweißabsonderung, besonders an den Füßen.

Sonst zunächst nichts Wesentliches mehr beobachtet.

Fazit:

Im Ganzen gesehen ist der bei mir übliche Juckreiz verstärkt aufgetreten und dazu noch an Stellen, die sonst nicht jucken, nämlich an Fingern und Zehen.

Ich kann auch sagen, dass ich gleich zu Anfang der Prüfung vermehrt Wasserlassen musste und ziemlichen Drang dazu verspürte.

Ganz schlimme Gier nach Süßem.

Ich habe keine Lust zu verreisen, wie ich sie sonst kenne.

Etwa einen Monat nach Einnahme des Mittels fällt mir auf, dass die ansonsten immer vorhandene Hornhaut und die Hühneraugen an den Fußballen hinter den Zehen an beiden Füßen verschwunden sind (musste sonst immer wegegehobelt werden). Dies hält auch 3,5 Monate nach Beginn der Prüfung noch an.

Prüfer H5 (w, 43 J.)

Vorbemerkung:

Es war schwierig, den richtigen Zeitpunkt für die Mitteleinnahme zu finden. Ich war seit Wochen in beruflichem Stress und hatte die Prüfung deshalb vor mir hergeschoben. Doch dann kam das Gefühl, "es ist höchste Zeit, jetzt zu beginnen", so dass ich das Mittel dann einnahm, obwohl ich eine leichte Erkältung hatte.

1. Tag: **1. Einnahme:** Abends 3 Globuli Equis-h. C30

2. Tag: Verschlimmerung der seit einer Woche vorhandenen Erkältung und der Kopfschmerzen.

3. Tag: Besserung der Erkältung, keine Kopfschmerzen mehr.

Ungewöhnliche, extreme Unruhe bis hin zu einem Gefühl, das nicht mehr auszuhalten ist: ich will meine Arbeit kündigen, auswandern, muss mein ganzes Leben ändern. Ich habe so etwas noch nie gehabt und empfinde es als so schlimm, dass ich in dem Moment denke, dass ich nie wieder ein Mittel prüfen will.

4. Tag: Etwas weniger Unruhe.

Besserung des Schnupfens, Verschlimmerung des Hustens.

5. Tag: Menstruation ist einen Tag verspätet, die Blutung ist wesentlich geringer.

Keine Unruhe mehr, eher ungewöhnliche Ausgeglichenheit: trotz Pressekonferenz bin ich die Ruhe in Person.

Husten unverändert.

6. Tag: Keine besondere Beobachtung.

7. Tag: Zwei Pusteln an der Innenseite des linken Oberschenkels.

8.-9. Tag: Nichts Besonderes.

10. Tag: An der linken Schulter entwickeln sich mehrere Hauterhebungen, ähnlich wie Schnakenstiche (=Mückenstiche).

Psychisch wieder wie vor Einnahme.

11.-13. Tag: Nichts Auffälliges.

Beide Hautangelegenheiten sind nach einigen Tagen wieder verschwunden.

- 14.-15. Tag: Zum ersten Mal im Leben keine Schmerzen während des Eisprungs (oder zum ersten Mal kein Eisprung?).
29. Tag: Menstruation kommt wieder pünktlich (d.h. wie sonst vor Mittel); die Blutung ist schwächer als bisher und mit weniger Schmerzen.
39. Tag: Eisprung wieder mit Schmerzen wie bekannt.

Fazit:

Ich bin auffallend gelassener als früher gegenüber meinem pubertierenden Sohn, auch noch zwei Monate nach der Einnahme des Mittels.

Prüfer H6 (w, 39 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** 10.45 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30
13.45 Uhr Muskeltic rechter Bizeps.
- 2.-6. Tag: Verschlechterung der Laune: extreme Gereiztheit, Ungeduld, ich brülle viel herum, bin aggressiv. Ich schreie meinen Mann an wie noch nie, zwar nicht ohne Grund, aber unverhältnismäßig stark.
Appetit auf alles Mögliche, "Fresssucht" ohne Sättigungsgefühl.
Antriebslos, keine Lust auf geistige Beschäftigung (Dissertation schreiben), Abneigung dagegen und Flucht in banale Beschäftigungen (Fenster putzen).
7. Tag: Periode setzt ein, und da ich davor oft schlechte Laune habe, bin ich verunsichert, ob die veränderte Stimmung auf das Mittel zurückzuführen ist, daher
2. Einnahme: Morgens 3 Globuli Equis-h. C30
Muskeltic Oberschenkel.
Depressive Stimmungslage (die ist sonst ab Beginn der Blutung gut).
Blutung verändert: hellrot ohne die sonst üblichen Klumpen.
- ab 8. Tag: Während Mens starker Juckreiz im Genitalbereich, vermutlich Scheidenpilz (nur einmal ganz früher gehabt). Ich verwende Exmykehl Zäpfchen (Candida albicans D3, Candida parapsilosis D3, Penicillium roquefortii D3) und Calendulacreme äußerlich, es wird jedoch erst nach drei Wochen besser.
Geschwürige Entzündung am Zungenrand.
Alle Verrichtungen erlebe ich wie in Zeitlupe; z.B. beim Küche Aufräumen alles viel intensiver und langsamer = bewusster erlebt, alles dauert länger; es ist ein Gefühl, als wäre ich in dem Teller drin, den ich gerade in die Spülmaschine tue; ich bin nur auf die Sache konzentriert, die ich gerade mache.
Ich schlafe wie ein Stein.
Traum (war direkt nach Einnahme gewesen):
Der Pfarrer unseres Ortes ruft an, während des Gesprächs kommt es zu verbalen Anzüglichkeiten seinerseits.
Serientraum (in den fünf folgenden Nächten):
Von Flirt und junger Liebe.
Sehr schöne Gefühle im Traum, der totale Gegensatz zu der Stimmung im Wachzustand → ich gehe gerne schlafen.
30. Tag: Ich fühle mich immer noch träge, verfressen und depressiv (die Periode scheint wieder anzurollen) – schlimmer als sonst vor der Mens. Es ist genau wie nach der ersten Einnahme: Aggression und Depression im Wechsel, dazu Lustlosigkeit; ich wüsste heute gerne wieder ein Antidot.
Fühle mich immer noch sehr gestresst.

Fazit nach 8 Wochen:

Ich habe während der Prüfungszeit 5 kg zugenommen, stehe jetzt vor der Frage, wie ich die Pfunde wieder runter kriege.

Seit 4-5 Wochen Haarausfall, so stark, dass ich das Gefühl habe, jetzt etwas dagegen unternehmen zu müssen.

Prüfer H7 (w, 47 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** 19.00 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30
- 2.-3. Tag: Nichts Auffälliges.
4. Tag: Tief und fest geschlafen, ohne Träume.
Bin beim Sport sehr schlapp, es macht mir aber nichts aus.
Kaufe ohne Gewissensbisse ein teures Fahrrad, würde sonst sagen: das billigere tut's auch.
Blasenschmerzen als ob ein Stein nach unten zieht.
5. Tag: Beim Sport sehr schlapp, so dass ich denke, ich bin alt.
Kopfschmerz bei Anstrengung (kenne ich sonst nicht), im ganzen Kopf, vermehrt Stirndruck, nach 5 Minuten wieder weg.
6. Tag: Nichts Auffälliges.
7. Tag: Total schlapp, psychisch und physisch; Denken und Bewegen fällt mir schwer; alles ist zuviel, "keine Lust zu nix".
Konzentration sehr schlecht, z.B. kaufe ich zweimal Brot ein.
Fühle mich "total neben der Spur".
Meine Augen werden schlechter; ich bin kurzsichtig und kann mit diesen Gläsern kaum mehr lesen.
Ich fasse einen Gedanken und habe ihn dann sehr schnell wieder vergessen, das macht mich verrückt.
Mir ist schwindlig, ich lege mich hin und schlafe ein.
8. Tag: Kopfschmerz mittags und nachmittags, ein Druck und Kribbeln unter der Schädeldecke, als ob sie nach oben weggeht (kenne ich sonst nicht), > abends.
11. Tag: Morgens beim Zähne Putzen sehr starkes Zahnfleischbluten (war noch nie).
Seit einem Tag nach Putzen LWS-Schmerz mit Bewegungseinschränkung (b), sehr verspannt; < Sitzen, Liegen, > Schwimmen im warmen Thermalwasser und in der Sauna.
Gewichtsprobleme wieder deutlicher (b): drei Tage abends nichts essen = 1 kg abnehmen, einen Abend normal essen = 2 kg wieder drauf.
Dicker, harter Unterbauch; spannt, als ob was drin ist.
15. Tag: Nach dem Aufstehen um 7.30 Uhr sehr starker Schmerz im Unterbauch, rechte Seite bis zur Mitte, mit Kreislaufproblemen, Schwindel, sehr starker Schweißausbruch und Angst, was das wohl ist (Nieren- oder Blasenstein?); dauert 15 Minuten lang.
18. Tag: Regelblutung (ist seit längerem sehr unregelmäßig); davor 3 Tage sehr schlapp gewesen. Blutung stark, Dauer 4 Tage.
21. Tag: Sehr schlapp beim Sport, macht mich unglücklich.
Nach Gartenarbeit wieder Rückenschmerz mit Bewegungseinschränkung, > im Thermalwasser.
Große, aber gute Auseinandersetzung mit Tochter.
23. Tag: Unter Zeitdruck ein Seminar vorbereitet, da ich es ganz vergessen hatte; bin zufrieden damit.
24. Tag: Rückenschmerzen wieder fast unerträglich, mehr links, mit Ausstrahlung in linken Unterbauch; < Sitzen, > Liegen, Gehen. Es macht mich sehr mürrisch, dass ich wegen Rückenproblemen keinen Sport machen kann!

- Sehr schlapp, Muskeln spannen und schmerzen.
Mein Gewicht ärgert mich, es wird immer mehr.
26. Tag: *Traum:*
Ich werde bedroht, versuche zu fliehen, Angst; ich wache am eigenen Schreien auf (b).
2 Tage keinen Stuhlgang, dann Stuhlgang mit Durchfall.
Bin gereizt, unzufrieden, möchte keine Antwort geben, wenn mich jemand was fragt. Dies hält mehrere Tage an, was sehr auffällig ist.
34. Tag: Mir werden 2 Arbeitsstellen angeboten, würde am liebsten dort arbeiten (d.h. Verantwortung abgeben, statt in eigener Praxis selbständig zu sein); habe dann keines der Angebote angenommen.
Bin immer noch sehr schlapp.
- 36 Tag: Sehr starkes Zahnfleischbluten beim Zähne Putzen rechts oben.
Habe ersten Zahnarzttermin für die Amalgamentfernung (keine Spritze).
37. Tag: Seit gestern sehr starke Rückenschmerzen mit Blockade in LWS, mehr rechts, und BWS; kann nicht aufrecht gehen; bin sehr weinerlich und wütend, dass es immer wieder passiert und ich bewegungsunfähig bin.
Seit 2 Tagen nachts und morgens Schweißausbrüche.
- 38 Tag: Periode: sehr helles Blut, starke Blutung, nach 21 Tagen; dass Rückenschmerz vor Mens aufflammt, ist oft der Fall.

Fazit nach 7 Wochen:

Den Besuch meiner Mutter, mit der ich nicht besonders viel zu reden weiß, zwei Wochen nach Mitteleinnahme, empfand ich nicht anders als sonst. Mein Mann sagte mir jedoch hinterher, ich sei geduldiger gewesen mit ihr und mehr auf sie eingegangen.

Die Rückenprobleme – ein "altes Leiden", das jedoch inzwischen deutlich seltener vorkam – waren nach insgesamt 4 Wochen ganz weg und kamen auch vor der nächsten Mens nicht wieder wie sonst oft.

Ein trockenes Ekzem (rot, juckend, brennend, mit hellen Wasserbläschen) an den Händen, v.a. am rechten Daumen und linken Zeigefinger, das unter homöopathischer Konstitutionsbehandlung herausgekommen war und seit einem halben Jahr bestand, ist während der Prüfung verschwunden: die Haut ist weich und gut abgeheilt.

Des weiteren hatte ich viel Kopfschmerzen, was ich sonst nicht kenne.

Es war eine turbulente Zeit, in der ich gleichermaßen Rückzug und Kontakt brauchte. Es gab viele schwierige Situationen und Auseinandersetzungen, die mich heftig aufwühlten und verwirrten.

Trotz (Zeit-)Stress empfand ich aber auch Ruhe.

Prüfer H8 (w, 39 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** 23.00 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30
2. Tag: 11.40 Uhr leichter Schwindelanfall, als ob Blutdruck runter geht (kenne ich sonst nicht).
3. Tag: Keine auffälligen Beobachtungen.
4. Tag: Mir geht es gut, alles ist wie immer.
Ab ca. 16.00 Uhr spüre ich Darmbewegungen.
5. Tag: Nichts Auffälliges.
6. Tag: **2. Einnahme:** 8.45 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30
13.15 Uhr kurzes, einmaliges Stechen in der Harnröhre.
Ab ca. 16.00 Uhr Blähungen (sonst nie).
Stimmung ab ca. 21.00 Uhr ein bisschen deprimiert; ich fühle mich allein und anlehnungsbedürftig (sonst habe ich das "unter Kontrolle").

7. Tag: **3. Einnahme:** 7.50 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30
11.30 Uhr Ziehen in der Harnröhre.
Ich habe einen langen Arbeitstag gehabt bis 21.00 Uhr und fühle mich topfit.
8. Tag: **4. Einnahme:** 8.15 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30
Ab ca. 17.00 Uhr Ziehen in der Harnröhre; komisches Gefühl in der Harnröhre, das anhält. Früher hatte ich oft Cystitis und davor ein Ziehen und Brennen in der Harnröhre, evtl. ist das Vergangenheitsbewältigung?
- 9.-10.Tag: Ich fühle mich sehr gut den ganzen Tag.
Ich bin auf einem Seminar über geistige Weiterentwicklung, und mein Gedanke ist die ganze Zeit, ob die "Nicht-Wirkung" des Mittels bei mir damit zu tun hat (ich schütze mich z.B. mit Atemenergie).

Prüfer H9 (w, 53 J.)

IST-Zustand vor der Einnahme:

Es besteht ein gelegentlich auftauchendes Ekzem am rechten Schienbein, schuppig, beim An- und Ausziehen juckend.

Ich habe Gallensteine, die außer gelegentlichen Blähungen keine Beschwerden verursachen.

Der Urin ist schon seit längerer Zeit etwas trüb und enthält Erythrozyten.

Da mein Partner vor zwei Monaten gestorben ist, bin ich oft traurig.

1. Tag: **1. Einnahme:** 3 Globuli Equis-h. C30
Ich habe lange nach dem richtigen Einnahmezeitpunkt gesucht wegen der Belastungen in der letzten Zeit; schließlich mutig, "Augen zu" und Mittel genommen.
2. Tag: 20.00 Uhr leichte nadelstichartige Schmerzen unter dem rechten Rippenbogen.
3. Tag: *Traum:*
Von irgendeiner Last auf meinen Schultern – nur vage Erinnerung.
4. Tag: Lege Zettel und Stift neben das Bett, um Träume beim Erwachen aufzuschreiben; wache auch nach einem Traum auf, kann mich aber nicht aufraffen, das Licht anzumachen und zu schreiben. Morgens ist der Traum weg.
5. Tag: Nachts das gleiche Spiel. Es ist untypisch, dass ich keine Träume habe, und ich ärgere mich, dass ich mich trotz Träumen nicht erinnern kann.
6. Tag: **2. Einnahme:** 3 Globuli Equis-h. C30
7. Tag: 8.00 Uhr. habe Lust und Drang, aufzuräumen und Büroarbeiten zu erledigen, komme aber wegen einigen Terminen nicht dazu. Als ich endlich Zeit habe, kann ich mich nicht mehr dazu durchringen.
8. Tag: 23.00 Uhr Nadelstiche im linken großen Zeh.
9. Tag: Schlafe unruhig, kann mich an keinen Traum erinnern (untypisch).
Bin grantig, habe keine Lust, etwas zu tun; kann mich selbst nicht leiden; motze alle an. Am liebsten würde ich mich in eine Ecke verkriechen; "die Fliege an der Wand" stört mich – es ist wie früher kurz vor der Mens.
Schwitze tagsüber immer wieder, besonders unter der Brust; abends ist der BH etwas gelb verfärbt.
Habe Juckreiz an verschiedenen Stellen (wechselnd); kratze, danach gibt es Quaddeln.
10. Tag: Bin aggressiv und hektisch.
Um 16.00 Uhr verpasse ich meinem 14-jährigen Sohn eine Ohrfeige (noch nie vorgekommen); es gab jedoch einen guten Grund dafür; habe das Gefühl, dass es gerechtfertigt war.
Um 20.00 Uhr lege ich mich ins Bett und heule.

- 22.00 Uhr Nadelstiche in der Scheide.
11. Tag: Blähungen und Druck im Bauch nach Eis. Habe das Gefühl, der ganze Bauch ist schwer und hängt nach unten.
Stuhl weicher und heller als sonst.
Habe Frust, weil mir dauernd unangenehme Situationen und Gedanken durch den Kopf gehen; es ist eine komische Stimmung: negatives Denken, Schwarzmalen und Angst, krank zu werden.
12. Tag: Bin etwas besser gestimmt, habe aber keine Lust, etwas zu arbeiten. Tue alles widerwillig.
13. Tag: Schlafe lange und wandere anschließend mit Bekannten; danach ist meine Stimmung gut.
- 14.-23. Tag: Es geht mir besser als vor der Prüfung; ich bin nicht mehr so traurig, und auch das Aggressive der letzten Tage ist weg.
21. Tag: Trockene Augen.
- 37.-44. Tag: Schwächegefühl im linken Knie beim Treppen Runtergehen.

Fazit:

Insgesamt hatte ich mehr Durst als sonst, besonders auf kaltes Wasser.

Außerdem Verlangen nach grünem Gemüse wie Bohnen und Brokkoli sowie Spargel. Verlangen hatte ich auch nach Kuchen; jedoch habe ich seit der Einnahme keine Schokolade mehr gegessen! Das war vorher oft, und ich wollte schon immer ein Mittel finden, das dieses Schokoladeverlangen reduziert.

Zu Beginn der Prüfung brauchte ich ein Thema für eine Pfarrgemeindegruppe; ich stand unter Zeitdruck und entschied mich spontan für "Schmerz verleiht dem Menschen Würde" – es gab eine heiße, kontroverse Diskussion.

Ebenfalls in der ersten Zeit nach der Einnahme habe ich einmal eine Arbeitsschicht völlig vergessen, was bei mir noch nie vorgekommen ist.

Der wechselnde Juckreiz war z.B. an den Pobacken und oft an einer Talgzyste am Rücken.

Inzwischen ist der Urin o.k.: keine Erythrozyten mehr.

Nachträglich viel später sind mir zwei *Träume* wieder eingefallen:

1. *In einem dunklen Raum sitze ich mit zwei Damen an einem Tisch. Die eine weist mich darauf hin, dass ich meine Bankkonten dauernd verwechsle, dies könne so nicht weitergehen. Ich werde zornig und wehre mich, sie solle mir Nummern geben, die sich nicht so ähnlich sind: das eine Konto habe in der Mitte eine 8, das andere zweimal die 8.*

2. *Ich bin bei einer Freundin eingeladen. Sie hat Zwillinge. Beide Babys schreien wie am Spieß. Ich trage abwechselnd die Kinder umher und gebe ihnen die Flasche. Es ist mir aber sehr lästig. Die Freundin geht weg, und wir können auf einem Monitor sehen, wie sie über einen vereisten Steg geht und ausrutscht. Mein Sohn geht sie suchen, kommt aber zurück und sagt, er könne sie nicht finden.*

Prüfer H10 (m)

Ausfall (Protokoll wurde nicht zurückgegeben).

Prüfer H11 (w, 29 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** 8.45 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30

1.-5. Tag: Gegen 14.00 bis 15.00 Uhr werde ich sehr müde (allerdings war auch die vergangene Woche sehr anstrengend). Die Müdigkeit hat angehalten.

Nachts habe ich rege geträumt, kann mich allerdings nur noch an einen *Traum* erinnern:

Ich habe Geburtstag und gebe ein Fest für FreundInnen. Ich Sorge dafür/bin besorgt, dass genug zu essen da ist. Selber nasche ich die ganze Zeit von irgendeinem Zopfbrot; immer gibt es irgendwo ein Anfangs- bzw. Reststück, an dem ich herum kaue. Ich bin enttäuscht, weil so wenig Leute zu meinem Fest kommen. Es entsteht keine Fülle. Ich erkläre es mir damit, dass die Einladung einen zu langen Zeitraum umfasst. Dann fällt mir auf, dass ich vergessen habe, eine bestimmte Freundin einzuladen. Ich ärgere mich, da das Fest ein guter Rahmen gewesen wäre, sie mal wieder zu sehen. Ich habe ihr gegenüber schon seit längerem ein schlechtes Gewissen, weil ich mich nicht bei ihr melde.

6. Tag: **2. Einnahme:** 8.00 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30
Der Tag ist sehr anstrengend. Ich spüre gegen Nachmittag ein nervöses Zucken in meinem rechten Oberarm (so etwas kenne ich, selten eher, nur an meinen Augen).
7. Tag: *Traum:*
Ich bin an einer Veranstaltung, wo ich mich fehl am Platz fühle. Parallel findet eine andere Veranstaltung statt. Ich glaube, dass ich eigentlich an dieser zweiten Veranstaltung an diesem anderen Ort sein müsste. Ich werfe mir vor, mich falsch entschieden zu haben und somit etwas Wichtiges zu verpassen. (Dieses Thema kenne ich nicht aus Träumen, aber im Alltag fällt es mir oft schwer, mich zu entscheiden; ich habe oft Angst, etwas zu verpassen).
- 3. Einnahme:** 14.00 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30
8. Tag: Gegen 17.00 Uhr – ich bin für Freunde am Kochen – habe ich plötzlich den Eindruck, nicht mehr klar sehen zu können. Es gibt wie eine Art Lücke bzw. Schatten beim Sehen, und ich möchte blinzeln, um den Schleier wegzuwischen. Am liebsten würde ich die Augen ganz schließen. Dann bekomme ich Kopfweh, die Schmerzen sind v.a. an der linken vorderen Stirnhälfte. Das Denken fällt mir schwer, ich kann nicht mehr klar denken; alle Reize von außen werden mir zu viel, ich kann sie nicht mehr klar wahrnehmen und verarbeiten. Am liebsten würde ich mich hinlegen, die Augen schließen und alle Reize von außen ausschalten. Ich fühle mich wie benommen, beschwipst, alle Informationen, Bilder, Stimmen kommen eigenartig verzerrt bei mir an. Dann fängt mein linker Daumen an, pelzig zu werden, dann alle Finger der linken Hand. Sie sind taub, pelzig, kribbeln etwa wie die Backe nach einer Zahnarzt-spritze. Ich koche weiter wegen Zeitdruck, und nach einer Weile verschwinden die Symptome.

Die nächste Periode setzt plötzlicher ein als sonst, nicht so zögerlich.

Prüfer H12 (w, 42 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** Abends 3 Tropfen Equis-h. C30 aus der C4-Verreibung
Direkt danach im Bett auf einmal eine Flut von Erinnerungen aus meiner Kinderzeit; Ereignisse, Menschen und Namen fallen mir ein, an die ich seit Ewigkeiten nicht mehr gedacht habe (das hatte ich so noch nie). Es sind ganz schöne, warme Erinnerungen, ganz lebendig, und ich bin als Kind mittendrin. Ich bin erstaunt, dass ich die Bewohner fast jedes Hauses in der Umgebung kannte und in wie vielen Familien ich mindestens einmal war; es kommt mir im Nachhinein wie eine große Familie vor, in der jeder mit seinen Eigenheiten Platz hatte. Es entsteht das Bild, dass ich das kleine Mädchen von damals in den Arm nehme und es ganz in mich aufnehme; es ist beschützt und lebt in der Erwachsenen weiter. Freude breitet sich in mir aus.
2. Tag: Nachts 3x Wasserlassen (sonst meist nur 1x).
Morgens dickere Unterlidödeme als sonst.

- Aktiv und relativ gut bei mir. Nur abends (bedingt durch äußeren Anlass) durcheinander, verwirrt und bedrückt.
3. Tag: Tagsüber bis spät abends sehr aktiv; gute Stimmung.
Einmal eine Situation, wo ich mich nicht ernst genommen fühle.
4. Tag: Einmal ganz kurz leichtes Gefühl, gleich wegzukippen, d.h. leichter Schwindel.
Morgens auf angenehme Weise durchlässiger, d.h. leichter gefühlt.
Abends leichte Inkontinenz: trotz nur mäßig gefüllter Blase gehen beim Duschen einige Tropfen Urin unkontrolliert ab = unsicheres Gefühl.
5. Tag: *Traum:*
Ich fahre mit einigen Leuten durch eine Art Stollen im Bergwerk; es ist wie Teil einer Reise oder eines Auftrags, aber es ist nicht ganz klar, um was es geht
Ich bin in einem Zimmer, das halb mein eigenes, halb aber auch ein anderes ist; überall verteilt sind kleinere grüne Pflanzen, alles hübsch und z.T. etwas ausgefallen arrangiert.
Aus einem Pickel über dem linken Auge drücke ich zwei Hände voll einer Art weißer Paste aus.
Mit leichtem Spannungskopfschmerz erwacht; lässt im Laufe des Vormittags nach und verschwindet dann.
Um die Mittagszeit 1-2 Tropfen Harnabgang, ohne Harndrang.
Psychisch gut, Lebensfreude; aktiv.
Ich bemerke an mir eine neue Seh-/Wahrnehmungsweise bzgl. einer bestimmten, für mich sonst schwierigen Situation.
Liege abends über 1,5 Stunden wach (22.30-0.00 Uhr), kann nicht einschlafen, weil geistig noch zu aktiv (sonst schlafe ich meist ein, sobald ich im Bett liege).
6. Tag: Deutlich stärkere Unterlidödeme morgens.
Tagsüber gut gefühlt, z.T. etwas müde.
2. Kontakt: Abends einmal an Equis-h. C30 (aus C4) gerochen
7. Tag: *Traum:*
Ich bin beim Fest einer alten Freundin in einem großen Hotel in einem weit oben gelegenen Stockwerk; wir sitzen an einem langen Tisch ... Ich bin unterwegs mit jemandem, urlaubsmäßig, irgendetwas mit zwei Freundinnen aus meiner Kindheit (sehr undeutliche Erinnerung). Ich bin mit der Mutter einer früheren Schulkameradin unterwegs; als wir zu ihrem Haus kommen, lädt sie mich noch zum Kaffee ein; ich sage: ja, aber nur kurz, weil ich ja noch zurück zum Fest meiner Freundin muss. Als sie die Türe aufmacht, habe ich Angst wegen der Tiere (hatte früher immer real Angst wegen deren Hund). Ich sehe auch einen großen, hellen Hirtenhund, der aber eher gemütlich wirkt; heraus kommen jedoch kleinere, mir unbekannte Tiere, so wie australische mit seltsamen Nase-Mund-Partien. Sitze dann mit ein paar früheren Klassenkameraden am Tisch; Filmwechsel an einer Kamera spielt eine Rolle. Dann muss ich weg; renne das Treppenhaus hoch (Hochhaus) zum Fest meiner Freundin ...
Nachmittags leichter Spannungskopfschmerz, abends z.T. Gesicht-/Kieferverspannung. Danach ganz schwere Beine, später Gähnanfälle ab ca. 22.30 Uhr.
Plötzlich rieche ich an einer bestimmten Stelle ganz stark Kräuterlikör, obwohl das bereits ausgetrunkene Glas über einen Meter weit weg steht; die Intensität des Geruchs kommt mir ungewöhnlich vor.
Stimmung gut.
8. Tag: *Traum:*
Lange Sequenzen; als ich plötzlich aufgrund von Käuzchenrufen (real oder auch geträumt?) um 7.00 Uhr wach wurde, war die Erinnerung sehr klar; nach nochmaligem kurzem Einschlafen ist die Erinnerung dann fast weg. Ich weiß nur noch, dass es wieder *etwas mit vielen Leuten, z.T. von früher her*, war.

Beim Putzen des Küchenbodens rieche ich an einer bestimmten Stelle plötzlich etwas ganz deutlich, was ich nicht zuordnen kann; ich schnüffle eine Weile herum wie ein Hund, kriege aber nicht heraus, was es ist.

Gute Stimmung, klar. Abends mutig: mit einer Freundin im Dunkeln allein bei starkem Schneefall auf unbekanntem Weg zu unbekanntem Ziel durch den Wald gelaufen.

9. Tag: Die morgendlichen Unterlidödeme sind immer noch stärker und länger anhaltend als sonst.
Bin etwas durcheinander und habe keine Lust, viel zu machen, meine Stimmung ist aber trotzdem o.k.
Um 23.15 Uhr ins Bett gegangen und schlecht eingeschlafen; alles Mögliche geht mir noch durch den Kopf.
16. Tag: Seit ca. zwei Tagen zunehmend ziehender Schmerz in der Unterseite beider Handgelenke, ausstrahlend in beide Unterarme.
Ebenso öfter kurz einschließender oder krampfiger Schmerz im linken Unterbauch (Ovar, Harnleiter?), mehrere Tage andauernd.
26. Tag: Seit zwei Tagen das Gefühl, als ob die Mens jede Minute einsetzen würde, was mich sehr nervt; zu Beginn schon mal kurz ganz leicht blutiger Ausfluss, aber erst zwei Tage später setzt Blutung tatsächlich ein (kenne ich so nicht).
30. Tag: Seit ca. zwei Wochen fühle ich mich energiereduziert, so als ob ich kürzer treten muss, um nicht krank zu werden; kein großes Bedürfnis, viel zu unternehmen, ein bißchen wie in Warteposition. Auch stimmungsmäßig eher dumpf.

Prüfung mit C200 (H12a):

1. Tag (= 31. Tag der C30-Prüfung):

1. Einnahme: Morgens 3 Globuli Equis-h. C200

Direkt nach der Einnahme kurze "Erkenntnis", dass es ein besserer Weg wäre als bisher, meinen eigenen Weg zu verfolgen und anderen mitzuteilen, ohne zu erwarten, dass sie ihn gut finden oder gleich mitgehen und trotzdem mit ihnen verbunden zu bleiben. Dies gibt auch den anderen mehr Freiheit, sich anzuschauen, ob dies ein guter Weg sein könnte.

11.00 Uhr Juckreiz linke Handfläche.

12.00 Uhr Juckreiz Innenseite der rechten Ferse (Bereich zwischen Knöchel und Achillessehne).

2. Tag: Nachts nass geschwitzt, als wegen Harndrang erwacht.

Traum:

(Es waren viele scheinbar unzusammenhängende Szenen, aber alle unter einer ähnlichen Atmosphäre, die ich nicht genau beschreiben kann)

Ich komme mit meinem Freund irgendwo an, wo wir übernachten sollen; uns war gesagt worden, dass wir wegen noch anderer Übernachtungsgäste in der Scheune übernachten müssen; das stimmt auch, aber die Mutter meines Freundes zeigt uns dort ein perfekt bezogenes Bett ...

Ich sitze mit 2-3 Freunden in einer Bankreihe (wie im Hörsaal); wir warten auf unseren Abflug; ich habe einen Teil einer Zeitung vor mir liegen, beschäftige mich dann aber zwischendurch damit, etwas aus meinem Rucksack zu holen. Einer der Freunde holt sich die Zeitung weg. Als ich es bemerke, sage ich ihm, dass ich damit noch nicht fertig war und bekomme sie gleich zurück ...

Ich stehe – immer noch in einer Art Wartehalle – auf einem etwas erhöhten Gitter; als ich meinen Platz kurz verlasse, um einen Schritt tiefer was zu holen, stellt sich dort gleich eine ältere Frau hin, obwohl sonst noch viel anderer Platz sogar auf diesem Podest ist; sage ihr freundlich, dass dies mein Platz war und

ist, den ich gleich wieder einnehmen wollte; sie stellt sich daraufhin 2 Meter weiter nach links ...

Erfahre zwischendurch von meiner Mutter, dass wir am Nachmittag um 16.00 Uhr einen Termin beim türkischen Konsulat haben wegen einer ausländische Immobilie; ich wundere mich, weil Sonntag ist, doch sie sagt, das Konsulat hätte sonntags normal geöffnet, aus religiösen Gründen dafür aber samstags geschlossen ...

Die ältere Frau läuft nun unter mir am Podest auf und ab; auf einmal liegt dort ein kleines verwundetes Tier, nur etwa 20 Zentimeter groß; es springt dann auf, wie um Hilfe suchend, ihr an die Beine und zum Rocksäum hoch; es blutet ziemlich. Ich sehe, dass es ein kleiner Steinbock ist. Sie nimmt ihn hoch. Später sehe ich, dass der Kragen ihres hellen Kostüms ganz voll Blut ist. Trotz Reise und Termin ist keine Hektik, sondern völlige Ruhe ...

Spreche mit der Mutter eines früheren Freundes (der inzwischen tot ist). Sie redet von seinen Cannabispflanzen; ich kann mich nicht daran erinnern. Erst als sie eindringlich davon spricht, habe ich eine vage Erinnerung, im Garten solche fingerartigen Blätter wahrgenommen zu haben; als ich später mit diesem Freund rede, geht es wieder um die Pflanzen und darum, dass ich sie hätte bemerken müssen. Ich erkläre es damit, dass ich wohl mit etwas anderem beschäftigt war und sie deshalb nur am Rande registriert hätte ...

Treffe eine Freundin mit ihrem schon etwas größeren Baby. Der kleine Junge wirkt sehr massig, hat einen sehr großen Kopf, außerdem einen gelbverkrusteten, großflächigen Ausschlag über den ganzen rechten Arm und die rechte Brust. Es wirkt etwas abstoßend auf mich. Wir sitzen auf dem Boden in einem leicht erhöhten, abgegrenzten kleinen Areal, das ein alter Misthaufen zu sein scheint. Sie muss dann kurz weg und überlässt mir den Jungen; wir nähern uns dann doch an, und schließlich nehme ich ihn auch in den Arm, so dass er sich anlehnen kann und geschützt ist, obwohl dadurch die gelben Schuppen und Absonderungen seines Armes meinen blauen Ärmel verschmutzen.

Morgens dicke Unterlidödeme.

Kurzzeitig diffuse Schmerzen in Gelenken: einmal am inneren oberen Ende des linken Schienbeins, einmal im rechten Handgelenk.

3. Tag: *Traum: vergessen*

Direkt nach dem Erwachen (ca. 6.45 Uhr) punktueller Schmerz unter linkem Rippenbogen in der Mitte, d.h. über dem Magen; ca. 1/2 Stunde lang; dann dasselbe noch mal zwischen 9.00 und 10.15 Uhr, dabei immer wieder auftretend, stark anschwellend und dann plötzlich weg; abends um 20.00 Uhr noch einmal schwach und kurz.

Abends den leichten Schmerz im rechten Handgelenk wieder gespürt, wie leichte Schwäche.

Irgendwie klarer bzgl. bestimmter Verhaltensmuster, die ich anderen gegenüber habe; wichtig dabei ist, dass ich mich von dem Muster lösen und es damit aus der Distanz betrachten kann.

4. Tag: *Traum:*

(nur schwache Erinnerung)

Sehe meinen ersten Freund (aus der Jugendzeit) mit Metallbrackets zur Zahnkorrektur (was er nie hatte) ...

Ein Mann sagt mir, meine Ursprungssprache sei Sächsisch; ich bin erstaunt, wie er das raushören will; bestätige es ihm, sage aber auch, dass ich meinte, es wäre eher Schwäbisch zu hören ...

Der Rand eines Schwimmbades muss begradigt werden, d.h. auf einer Seite weiter hochgezogen werden, damit er parallel zum Wasserspiegel ist ...

Ich komme auf eine Art Berggipfel, der aber als Badestrand genutzt wird; jedenfalls lagern hier Menschen, v.a. Mütter mit Kindern zum Baden. An einem Felsstück suche ich mir auch ein winziges Stück Platz für mich zwischen all den vielen Menschen; ich handle dabei irgendwie wie auf Anweisung von jemand anderem.

Dicke Unterlidödeme morgens.

Gleich nach dem Aufstehen kurze Zeit wieder leicht der Schmerz unter dem linken Rippenbogen und einige Zeit Schmerz im rechten Mittelhandknochenbereich vom Handgelenk ausgehend.

Das Gefühl, möglicherweise bei geringem Auslöser krank zu werden, ist seit einigen Tagen weg. Trotzdem heute irgendwie wieder leicht verschnupfte, d.h. verstopfte Nase.

Abends leichte Kreislaufbeschwerden, d.h. Beklemmung, leichter Schwindel und Herzklopfen; gestern abend war es schon mal so ähnlich.

Zwei dicke Pickel auf der linken Wange und am linken Kinn mit Eiter.

Ich werfe Radieschen weg, da sie für mich nur penetrant nach Kunstdünger riechen und ohne Eigengeschmack sind; ich finde das erschreckend und mein Gedanke ist: höchste Zeit für mehr Natürlichkeit und weniger Manipulation.

Abends im Bett auf einmal ziemlich wach, ca. eine Stunde lang nicht eingeschlafen. Dabei eine bedrückende, dunkle, leicht bedrohliche Atmosphäre empfunden.

Bereits um 1.00 Uhr wieder wach wegen Harndrang, obwohl ich abends gar nichts mehr getrunken hatte.

5. Tag: Leider alle Träume vergessen.

Nachmittags zwischen 14.30 und 16.00 Uhr müde, unkonzentriert im Unterricht.

6. Tag: 11.00 Uhr kurz zweimal Stechen über rechter Leiste im Unterbauch.

Müdigkeit ab ca. 14.30 bis 18.00 Uhr.

17.30 Uhr intensives Jucken im linken Ohr.

Ab 18.30 Uhr einige Male kurzes Stechen im linken Unterbauch wie vormittags.

Abends unerfreulicher Rückfall in eine alte Verhaltensweise.

7. Tag: Seit einigen Tagen kein Unterhemd getragen, was sonst bei solchen Temperaturen unmöglich ist; d.h. die Frösteligkeit bzw. die Kälteempfindlichkeit in der Nierengegend ist deutlich geringer.

8. Tag: *Traum:*

Ich stehe auf einem Fußballfeld vor Beginn des Spiels bzw. werde von jemandem – wie von einer höheren Macht – dorthin gestellt. Alle Spieler stehen in ihrer Position; ich bin vorn als Stürmer, rechts außen (Anm.: ich habe nie Fußball gespielt)

An viele weitere Träume erinnere ich mich leider nicht mehr.

Konzentriert geistig gearbeitet. Trotz Termindruck und bereits zeitlicher Verzögerung im Arbeitsplan gelassen, keine Hektik.

16.30 Uhr kurz drückender Schmerz im rechten Unterbauch, gleiche Stelle wie am 6.Tag.

9. Tag: *Traum:*

Bin mit einer Freundin und deren Baby im Kinderwagen unterwegs; wir müssen umdrehen zu größerem Weg, weil wir so nicht weiterkommen; in der Ferne ist ein größerer Hund, den ich ängstlich im Auge habe ...

Ich bin mit einem Mann, mit dem ich anscheinend zusammenwohne, allein in unserer Wohnung; jeder kommt sonntagmorgens aus seinem Zimmer; er rasiert sich; auf der Toilette hat er seinen Geigenkasten liegen lassen, und irgendetwas, was mit der Geige zu tun hat, ist auf die Klobrille getropft; ich überlege, was ich meinem Mitbewohner als gemeinsame Unternehmung vorschlagen könnte und

denke an ins Schwimmbad gehen; verlasse das Haus, um Möglichkeiten zu erkunden ...

Unterwegs komme ich an einer alten Backsteinkirche vorbei, denke an eine Frau, die hier mal wohnte und dass sie den Weg wohl oft gegangen sein muss ...

Der Ovulationsschleim ist rosa, wird dann schließlich bräunlich; dabei ein dumpfes bis ziehendes Gefühl im Unterbauch; eine solche Zwischenblutung mit blutigem Schleim habe ich sonst nie.

10. Tag: Morgens mit verstopfter Nase aufgewacht und Druck im Nasennebenhöhlenbereich (rechte Stirn, Auge, Jochbein); dazu steifer Hals (rechte Seite) und Verspannung im Hinterkopf und Nacken; insgesamt Kopfschmerz, < Bewegung des Kopfes.

Weiterhin bräunlicher Schleim morgens, dann allmählich nachlassend.

V.a. vormittags sehr klar und konzentriert, emotionale und berufliche Dinge zeitlich klar voneinander getrennt; trotz Zeitdruck – ich müsste mit meiner Arbeit weiter sein, als ich bin – nicht aus der Ruhe bringen lassen; keine Hektik, auch nicht durch mehrere dazu kommende, ungeplante Dinge.

Bis 0.30 Uhr geistig aktiv (ungewöhnlich); geistige Klarheit, Emotionales mehr im Hintergrund als sonst bei mir üblich.

Trotz dünner Strümpfe bei längerem Sitzen am Arbeitsplatz keine kalten Füße.

11. Tag: *Traum:*

Eine Bekannte nimmt mich mit zu einem Fest; es geht um eine Vorführung auf Schlittschuhen. Ich denke erst, ich soll mitmachen und habe Bedenken; aber dann stellt sich heraus, dass sie allein vortanzt. Als ich mitbekomme, dass sie auch nur improvisiert und nichts Größeres einstudiert hat, denke ich: das hätte ich auch locker gekonnt.

Ovulationsschleim z.T. noch leicht rosa.

Weiterhin sehr konzentriert gearbeitet.

Abends 2,5 Stunden still gegessen nur im T-Shirt, d.h. mit viel weniger an als sonst und als die anderen, und trotzdem nicht gefroren (sehr ungewöhnlich).

Abends im Bett trotz Müdigkeit unruhig und nicht gleich eingeschlafen, dazu plötzlich stechender Schmerz am Herz; es ist beängstigend, und ich muss mich aufsetzen.

12. Tag: Seit einiger Zeit (innerhalb der Prüfzeit) fällt mir auf, dass ich mich oft am Kopf kratzen muss; es juckt an kleiner Stelle intensiv, z.B. rechte oder linke Seite ziemlich oben oder am Hinterkopf; ich kratze dann recht stark, danach >.

Nachmittags ab 14.30 Uhr leicht beginnender Kopfschmerz durch zu warm empfundenen Zimmer und nach tagelanger, intensiver geistiger Aktivität.

Abends wieder trotz später Stunde (0.30 Uhr) und Müdigkeit erst noch mal wach im Bett und nicht sofort eingeschlafen.

13. Tag: Ab vormittags Spannungskopfschmerz rechte Seite einschließlich Auge, Jochbeinegend und Nacken.

Wird bis zum Abend migräneartig mit leichten Kreislaufproblemen. Abends ist die rechte Nase zu, das rechte Ohr auch schmerzhaft, insgesamt ausschließlich die rechte Seite betroffen, die sich irgendwie anders als links – wie angespannt – anfühlt, je weiter oben im Körper, desto stärker; wie zweigeteilt, links normal, rechts Spannung und Schmerz. Das Ganze bei plötzlich sehr warmem Wetter; < äußere Wärme, > lokal Kühles. Es kommt mir vor, als müsste ich übermäßig viel Wasserlassen im Vergleich zur Trinkmenge. (unbekannt für mich ist die scharfe Seitentrennung, überhaupt, dass die rechte Seite betroffen ist und dass Nase und Ohr und der ganze Körper mit einbezogen sind)

14. Tag: Noch leichter Kopfschmerz; besonders Verspannung im rechten Nacken bzw. dumpf-stechender Schmerz in der rechten Seite.

Mittags einige Zeit stechender Schmerz in der rechten Mamma.

Zwischen 14.30 und 17.30 sehr müde.

Seit einigen Tagen immer mal wieder Juckreiz in der linken Handfläche.

15. Tag: Einige Tropfen Urin gehen unbemerkt ab morgens kurz vorm Wasserlassen.

Traum: viele, aber keine gute Erinnerung.

Spüre leichten Zeitdruck, weil so viel Verschiedenes zu tun ist.

Müdigkeit schon morgens nach dem Aufstehen.

Ab spätnachmittags häufig Seufzen, d.h. tief Atmen, als würde ich nicht genug Luft kriegen, und Luft hörbar wieder ausstoßen (bekannt, aber nicht so extrem).

Abends schwere Beine.

16. Tag: *Traum:*

Viele wechselnde Szenen, alles sehr seltsam und merkwürdig zusammenhanglos, obwohl alles ein Traum war.

Ich sehe eine Straße, die solche Steigungen bzw. eigenartige Straßenführung hat, dass es ein Wunder ist, dass die Autos sich überhaupt darauf halten können ...

Mein Arbeitsplatz wird total umgeräumt; es sieht sehr chaotisch aus und einiges wirkt ganz seltsam, lässt sich aber nicht in Worte fassen. Dann geht es um das Fax oder den Anrufbeantworter; ein Handwerksmeister wundert sich über das altertümliche Gerät, wo selbst er etwas Moderneres hat; es braucht lange, bis es wieder empfangsbereit ist.

Draußen kommt die Flut hoch; ich gehe in einen Garten hinunter zum Gartenhaus, weil das Gerät dort steht; bin schon bis zu den Waden im Wasser. Mein Chef hat die Klinke der Gartenhäuschentür mit irgendetwas zugedeckt, damit man nicht sehen soll, dass hier eine Tür ist; da kommt ein, dann noch ein Schaf auf mich zu (eins schwarz, das andere weiß); die Flut ist schon sehr gestiegen, das Wasser geht mir etwa bis zur Hüfte; ich scheuche die Tiere vor mir her, damit sie nicht ertrinken ...

Ein Freund zeigt mir – nun wieder oben an der Straße – einen versteckten, teilweise vergrabenen Wagen aus dem Wilden Westen; er hat dort drin etwas Wichtiges gefunden.

Ich gehe mit einigen Leuten diese Straße entlang; an einer Engstelle führt über mindestens 10-20 Meter nur ein Schwebebalken über Wasser; wir geben hier auf; aber eine andere Gruppe älterer Menschen geht im Gänsemarsch ohne Zögern und Probleme rüber...

In einem Garten: ich habe etwas kaputt gemacht und ein schlechtes Gewissen deswegen; durch zwei Waschbeckenstöpsel habe ich jeweils durchgebohrt, aber obwohl die Bohrer noch drin stecken, sind die Stöpsel nun nicht mehr dicht. ... In einem dunklen Laden kaufe ich Nudeln, eine Familie packt auch ihren Wagen voll. Auf der anderen Seite raus aus dem Laden, merke ich, dass meine neuen Schuhe schon wieder fast komplett durchgebrochen sind ... Zünde eine Zigarette an einer anderen an; da ich sie länger dranhalte, mache ich es besser als jemand anderes.

Beim Erwachen leichter Kopfschmerz und linke Nase zu.

Insgesamt mehr verspannt; Augenbrennen und dickere Unterlider morgens.

Vormittags kurz hintereinander heftige Stiche in der rechten Nase.

18.00 Uhr ca. 2 Minuten lang heftig stechender Schmerz im linken inneren Augenwinkel.

Vieles zu tun, so dass ich fast den Überblick verliere.

Immer noch wärmer: sitze an meinem Arbeitsplatz mit offenem Fenster bei Temperaturen, wo ich sonst die Heizung anhätte.

18. Tag: Seit 3 Tagen unter Stress; viele, viele zu erledigende Dinge blockieren irgendwie mein Gehirn und führen zu Anspannung; abends ganz ausgelaugt. Das ist ganz im Gegensatz zur letzten Woche, wo eine größere Arbeit, die meine ganze Zeit beanspruchte, mich nicht aus der Ruhe brachte.

- Abends Nase leicht verstopft im warmen Zimmer.
19. Tag: *Traum:*
 Viele Szenen, wirr und zusammenhanglos.
Ärgere mich, weil ich was vergessen habe; ich bin mit zwei Frauen unterwegs; eine bestimmte Bezeichnung fällt mir nicht ein: Die Stimmung ist gut, dann fährt die eine Frau mit dem Taxi nach Hause, die andere ist auch weg. Ich will den Rest des Weges alleine laufen, dann merke ich am nächsten Dorf, dass ich noch sehr weit von zu Hause weg bin, und das, wo ich doch alleine Angst habe. Im kleinen Städtchen sind viele Leute auf der Straße, es ist wohl ein Fest; ich setze mich, zwei Kleinkinder turnen um mich herum. Dann wieder auf einer Wiese mit zwei anderen Personen. Der Mann streckt spielerisch seine Zunge weit raus, ich sage ermahrend so was wie "na" ... Live-Anamnese auf einem Homöopathie-Seminar, ein Mann kommt dazwischen und fragt die Kursleiterin was, es geht um Aurum oder Ruta, was er nehmen soll.
 Morgens steife, d.h. leicht geschwollene Finger, leichten Schmerz in den Handgelenken und leicht schnupfige Nase mit gelber Schleimabsonderung.
 Salze seit einiger Zeit kräftiger; ebenfalls seit ein paar Wochen (innerhalb AMP) Verlangen nach Erdnussmus; habe ich vorher nie gegessen und jetzt zwei Gläser in kurzer Zeit.
 Kurz vor Einnahme der C200 war eine Rhagade am Winkel des linken Daumennagels vorhanden, die sehr schlecht verheilte bzw. wieder aufplatzte; diese Stelle ist jetzt wieder stärker empfindlich, obwohl die Haut zu ist.
 Seit 2-3 Tagen Fissur an linker äußerer Schamlippe.
 Verschlucke mich seit einiger Zeit öfter als sonst beim Essen und Trinken.
20. Tag: Zusätzlich zur Fissur Wundheit am After mit Brennen bei Berührung.
 Rieche seit 2 Tagen an einer Stelle im Bad immer Essig, wo keiner ist; es ist aber selbst durch intensives Schnüffeln keine Geruchsquelle zu finden.
 Abends ca. 20.00 Uhr leichter Druck in rechter Nierengegend.
21. Tag: Nachmittags wie beginnende Erkältung: schlapp, ganz leichte Halsbeschwerden, schließlich leicht fiebriges Gefühl, d.h. Kopf und Atem fühlen sich heiß an, Extremitäten kalt; einmal wässriges Sekret aus linker Nase; > nach äußerer Feuerwärme.
 Danach stechender Schmerz im rechten Knie bei Bewegung, v.a. beim Treppen Steigen.
 Beim Zubettgehen (22.45 Uhr) Grippe-Kopfschmerz, d.h. leicht dumpfer Schmerz im ganzen Kopf.
22. Tag: *Traum:*
Ich will irgendwo mitten auf den Gleisen in einen Zug einsteigen, wohl zusammen mit meiner Mutter und anderen; der Zugbegleiter hält uns zurück, wir sollen noch warten, der Zug muss noch kurz umrangierte werden. Wir beobachten das Ganze etwas ängstlich, ob wir dann nicht vergessen werden. Plötzlich vermisste ich meine Brille, sie muss irgendwo im Zug liegen; ich laufe ganz durch, schaue auf alle Ablagetischehen, frage einen Zugbegleiter, der jedoch nicht übermäßig hilfsbereit ist: Ich finde nichts. Was soll ich jetzt tun? Von meiner Mutter und anderen bekomme ich auch keine hilfreichen Vorschläge. Ich muss mir in einer fremden Stadt eine Brille machen lassen, und ich kann an die Bahnverkehrsverwaltung schreiben, ob sie doch noch gefunden wurde – oder mir Kontaktlinsen holen ...
 Mit sehr steifem Hals und schnupfigem Kopf erwacht, alles bald > nach Aufstehen.
23. Tag: Seit Tagen stärkere Augenverspannung, v.a. Akkomodation in Nähe ist mit Brille deutlich schwieriger als sonst; Gefühl, als wären die Augenmuskeln steifer und träger.

- Abends stark gefroren, selbst beim Sport nicht warm geworden (evtl. hormonell bedingt, da kurz vor Periode).
24. Tag: Mit starken Kopfschmerzen aufgewacht; wird erst ab nachmittags besser bzw. ist abends weg.
Harnkontrolle schwierig.
Obwohl ich sonst gern verreise, habe ich heute gar keine Lust, die bevorstehende Reise anzutreten.
25. Tag: Morgens rheumatisches Ziehen vom linken Handgelenk aufwärts.
Die Periode ist sehr viel stärker als sonst (sehr ungewohnt).
Trotz Übermüdung nicht gefroren, keine kalten Füße (ebenfalls sehr ungewohnt).
28. Tag: Heiße Füße im Bett, obwohl es gar nicht so warm ist.
30. Tag: Erdbeben erlebt, danach leichte Katastrophenstimmung.

Fazit:

Insgesamt hatte ich während der Prüfung deutlich mehr Appetit als sonst, hätte fast dauernd essen können und konnte auch abends nie aufhören; dies ließ erst nach ca. 5-6 Wochen wieder nach. Ich erreichte auch in dieser Zeit das höchste Gewicht, das ich jemals hatte.

Deutlich häufiger und verändert waren die Kopfschmerzen; dazu kam die Nasenbeteiligung in Form des häufigen Schnupfengefühls.

Mir unbekannt sind die vielen kurz andauernden, meist stechenden Schmerzen an verschiedenen Stellen.

Die dritte Menstruation nach Mitteleinnahme kam nach 27 Tagen; noch nie in meinem Leben hatte ich einen Zyklus gehabt, der kürzer als 28 Tage war (meist 30-33 Tage).

Innerhalb der Prüfzeit veränderten sich auch die beiden Daumnägel: sie sind abgeflachter als sonst und weisen zwei starke Querrillen auf.

Einen Monat später Nachprüfung mit Equis-h. C6 (= H12b):

1. Tag: **1. Einnahme:** Morgens 3 Globuli Equis-h. C6
Ab ca. 11.00 bis mindestens 12.30 Uhr und noch mal um 17.00 Uhr extrem müde und unfähig, irgendetwas zu tun.
2. Tag: *Traum:*
Ziemlich anders als sonst.
Ich ziehe in eine Art WG, aber in einem recht utopischen Hochhaus (von außen gesehen, innen normale Räume). Draußen auf einmal ein Teil von einem Flugzeug (Triebwerk) am Fenster vorbei; es sind Tiefflieger, die Bomben abwerfen – aber keine Panik. Ich will dann mit dem Zug zum Unterricht in die Schule fahren, bin aber zu spät dran und erreiche ihn nicht mehr. Beim Einparken mit dem Auto fahre ich irgendwo dagegen. Mit einer Art Schnellboot unterwegs von unserem Wohngebiet zum Hafen einer großen Stadt mit Hochhäusern; es handelt sich aber nur um ein kurzes Stück Wasser ...
Nachmittags ca. 17.00 Uhr viel Herzrhythmusstörungen und Aussetzer (bekannt, aber selten so stark). → Nehme mein bekanntes homöopathisches Mittel für diese Situation.
15. Tag: **2. Einnahme:** Morgens 3 Globuli Equis-h. C6
10.00 Uhr leichte allergische Reaktion, d.h. einmal Niesen, und danach läuft die Nase.
Ca 14.00 Uhr: fühle mich irgendwie fremd, als ob in einem plötzlichen Anfall das Selbstvertrauen fehlt und ich so jetzt gar nicht vor meine Schüler treten könnte.

Danach einmal Niesen, dann leichter Halsschmerz und schließlich gegen 18.00 Uhr leicht "schnupfiger" Kopf.

Abends recht müde und zu keiner Aktivität aufgelegt.

Auch Herzklopfen und -aussetzer und z.T. das Gefühl, gleich wegzukippen.

Den ganzen Tag viel Wasserlassen, irgendwie mehr als ich getrunken habe.

Im Bett noch etwas unruhig.

Nachts um 23.00, 0.30 und 5.00 Uhr aufgestanden zum Wasserlassen (hatte allerdings abends noch 2 Tassen Tee getrunken).

16. Tag: Viel geträumt, aber nichts behalten.

Dicke Unterlidwülste, leichtes Ziehen im rechten Handgelenk morgens.

Schlecht gelaunt (=depressiv) aufgewacht (war schon länger nicht mehr so), Stimmung wird aber im Laufe des Tages besser.

Merke gegen Abend wieder, dass ich mich viel kratze an verschiedenen Stellen; ca. 19.00 Uhr Juckreiz im linken Ohr.

3. Einnahme: Abends 3 Globuli Equis-h. C6

Danach extrem müde, wie gestern schon, fühle mich leicht kränklich-grippig.

17. Tag: Traum:

Viel Schnee, verharscht. Auf dem Parkplatz vor einer Gartenkolonie stechen wir im Schnee ein Gebiet von Hausgröße ab; an den Rändern stechen wir ziegelsteingroße Stücke aus, um ein Haus davon aufzuschichten ...

Wir laufen zu zweit auf einer Seitenstraße; eine Frau im Kleinwagen kommt entgegen und will schnell vor uns in eine Einfahrt einbiegen; ich finde das ärgerlich, sie findet ärgerlich, dass wir ihr praktisch im Weg stehen; der Freund bei mir versucht eine eher freundliche Lösung des Konflikts ...

Mit verschiedenen Leuten in Weimar; wir versuchen, in der Ferne ein Gebäude zuzuordnen; schaue von unserem Gebäude nach unten auf den Parkplatz: ein Motorrad verunglückt gerade, der Hinterreifen geht ab und der Fahrer samt Motorrad fällt hin ...

Fahre im Auto auf einer schmalen Bergstraße; auf einmal steht vor mir ein Lastwagen auf der Straße; ich versuche, links an ihm (= talseitig) vorbeizufahren; doch ich sehe dann, wie von außen, dass meine Reifen auf der linken Seite schon teilweise über die Straße in den Abgrund hinausragen und zwischen den Autos keinerlei Platz mehr ist: so ist kein Vorbei- und Weiterkommen. An der Außenseite des Lkw-Führerhauses finde ich eine Klingel, die ich betätige, um den Fahrer auf mich aufmerksam zu machen. Er scheint irgendetwas zu liefern in das Haus, das an dieser Stelle talwärts wie in die Luft hinaus gebaut ist.

Morgens und vormittags z.T. entfremdet gefühlt, mangelndes Selbstwertgefühl.

Ab 11.30 Uhr heftiger (Dreh-)Schwindel mit Übelkeit; muss mich hinlegen; Gefühl von einem Klumpen im Magen; etwas > nach Stuhlgang; > frische Luft (Fenster aufmachen); fröstelig, zittrig und schwach. Ab 12.30 Uhr zunächst etwas besser, aber noch bis 14.45 Uhr Schwindel und v.a. zusätzlich Beklemmung, leichte Atemnot und Angst, gleich irgendwo umzukippen.

Abends Rückfall in altes Verhaltensmuster (ist für mich deutlich mittelinduziert, da ich sonst darüber hinaus bin).

Mache viele Fehler beim Schreiben, indem ich häufig einzelne Buchstaben auslasse.

18. Tag: Schlecht geschlafen, besonders gegen Morgen.

Traum:

Komme an einen früheren Arbeitsplatz und beobachte frühere Kollegen beim Arbeiten. Ich sehe die neuen Apparaturen und Arbeitsmethoden: was früher Stunden dauerte, ist jetzt in 15 Minuten fertig. Eine neue Mitarbeiterin will

etwas zerschneiden; ich will sie aufhalten, da ich nicht weiß, ob das richtig ist; doch da der Chef es auch sieht und nichts sagt, schweige ich ...

Bin in einer spirituellen Gruppe/Meditationskurs; irgendetwas ist seltsam oder geheimnisvoll; dann sehe ich vor mir eine Riesenspinne (schwarzer Körper, hell behaarte Beine), ich weiß nun, was es ist, und dass diese Vogelspinne und eine Schwarze Witwe hier herumgeistern; suche lange nach einem großen Glas, womit wir sie einfangen und rauswerfen können, wenn sie wieder auftaucht, finde schließlich eine Glasvase; ein kleines Mädchen hüpfert herum; schließlich kommt die Gruppenleiterin herein, sie hat einen handgroßen schwarzbraunen Fleck (wie ein Hämatom) am rechten Knie; als sie von den Spinnen hört, meint sie, womöglich sei sie ja von einer am Knie gebissen worden

Mit Kopfdruck und -verspannung aufgewacht; lässt nach dem Aufstehen bald nach.

Abends einmal Schweißfußgeruch und später Kuhstallgeruch wahrgenommen, jeweils ohne erkennbare Quelle.

19. Tag: Mit Kopfschmerz aufgewacht, der sich vom rechten Auge nach hinten und innen erstreckt; Schmerz mal hier, mal dort auf der rechten Seite. Nackenverspannung.

Unterlider ganz dick geschwollen.

Vormittags pulsierender Schmerz auf rechter Kopfseite, Zentrum meist rechtes Auge.

Geistig wirr: tausend kleine und große Sachen müssen erledigt werden, kriege keine Ordnung rein und tue wenig.

Abends im Bett ziemlich wach und schwer eingeschlafen.

20. Tag: Beim Aufstehen fühlen sich beide Arme ganz kraftlos an; bessert sich nach kurzer Zeit, dann aber Schmerz in beiden Handgelenken (Unterseite, < links), der an Unterseite beider Unterarme nach oben zieht; verschwindet im Lauf des Vormittags.

Nachmittags will ich am liebsten meine Ruhe haben, jedes Telefonat ist zuwider.

21. Tag: Traum:

Ich habe eine größere Summe gewonnen (DM 40.000,00 oder 50.000,00?).

22. Tag: Traum:

Wir fahren mit dem Zug, überall viele Menschen, z.B. junge Leute auf Klassenfahrt; weiß nicht, mit wem ich eigentlich unterwegs bin, es wechselt auch. Irgendwie ist auch nicht klar, wohin und ob es der richtige Zug ist; diese Frage stellt sich wieder beim Umsteigen. Immerhin scheint klar zu werden, dass das Ziel Freiburg ist; aber fährt der Zug, in den wir einsteigen wollen, dorthin? Obwohl ganz viele andere mitfahren, scheint es keine Möglichkeit zu sein, sie zu fragen. Ich gehe unter Überwindung von Hindernissen an das eine Ende des Zuges; dort steht "Berlin - ...", was jedoch bedeutet, dass er dort herkommt. Also zurück zum anderen Ende. Dort soll mein Begleiter den Zugführer nach dem Ziel fragen, er redet auch mit ihm, aber umständlich und es dauert lange, ehe er eine Antwort hat. Die Endstelle sei Rottweil. Da uns das immer noch nichts nützt, frage ich weiter, aber es gibt keine klare Antwort. Irgendwie können wir nur Rückschlüsse daraus ziehen, dass er wohl doch über Freiburg fährt.

Prüfer H13 (m, 41 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** Morgens kurz nach Erwachen 3 Globuli Equis-h. C30

- Noch im Bett liegend ein stechend-ziehender Schmerz (schwach und nur kurz) im rechten Trapezius und leichte Atemnot wie Schwere in der Brust, die sich bald darauf löst; Atmung fühlt sich daraufhin freier an.
2. Tag: Keine Besonderheiten.
3. Tag: Morgens müde; Mühe, aus dem Bett zu kommen und wach zu werden.
Wiederholt Empfindung von Wärme und Prickeln an der Innenseite des linken Unterschenkels (einige Sekunden lang).
4. Tag: *Traum:*
Finde einen Spaniel-Welpen aus einem Tierheim/Versuchslabor (?), der vergiftet worden ist. Er bewegt sich noch etwas, nehme ihn auf. Frage, ob er wieder gesund wird oder ob er geistig behindert wird. Er wird normal werden, also nehme ich ihn.
- 5.-6. Tag: Keine Besonderheiten, außer wiederholt angenehme kurze Wärmeempfindung am linken Unterschenkel.
7. Tag: **2. Einnahme:** 3 Globuli Equis-h. C30
8. Tag: **3. Einnahme:** 3 Globuli Equis-h. C30
Traum:
Ich bin in einer spirituellen Schule, in der ich mich sehr wohl fühle. Ich denke: "Endlich habe ich das Gefühl, hier genau richtig zu sein." Es ist kein Firlefanz dabei, nichts Abgehobenes, sondern etwas, was ans Wesentliche geht.
Werde morgens nur langsam richtig wach.
Achselschweißneigung.
9. Tag: **4. Einnahme:** 3 Globuli Equis-h. C30
- 9.-15. Tag: Weiterhin jeden Tag immer wieder Empfindung von Wärme am linken Bein, v.a. Unterschenkel, wie warmer Hauch oder als ob warmes Wasser daran herunter läuft.
Träume:
Sehr schwer erinnerbar (normalerweise kann ich mich ganz gut an Träume erinnern). Tendenz: ziemlich düster, Fragmente.

Fazit nach ca. 4 Wochen:

Meine Stimmung war tagsüber immer wieder ziemlich ängstlich, besonders hatte ich Angst um die Beziehung zu meiner Partnerin.
Ein schon Wochen vorher vorhandenes Kugelgefühl in der Blase (Schmerz, leichte Cystitis) hat sich verstärkt.
Außerdem 3 Wochen lang sexuelle Unlust. Stattdessen traten homosexuelle Phantasien stärker als sonst auf, so dass es lästig wurde; fühlte mich energetisch nicht auf dem Boden.

Prüfer H14 (m, 39 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** 14.50 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30
2. Tag: Nach längerer Einschlafphase tiefer und erholsamer Schlaf (traumlos).
Nachmittags Erkältungssymptome; insbesondere Nebenhöhlenbeschwerden.
Abends Sodbrennen.
Gegen 21.00 Uhr starke Müdigkeit.
3. Tag: Erholsamer Schlaf.
Vormittags noch Anzeichen leichter Erkältung, ab Mittag keinerlei Symptome mehr.
Schnell eingeschlafen.
4. Tag: Nichts Besonderes.
5. Tag: Nach ausgiebigem Schlaf sehr müde beim Erwachen.
6. Tag: **2. Einnahme:** 6.20 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30

7. Tag: **3. Einnahme:** 11.30 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30
Keine spezifischen Reaktionen zu verzeichnen!

Prüfer H15 (w, 42 J.)

1. Tag: **1. Einnahme:** 12.10 Uhr 3 Globuli Equis-h. C30
12.45 Uhr Atemnot, Druck auf Brust. Enge im Hals, so als ob ein Ring den Hals zuschnürt. Angstgefühl. Es wird besser, wenn ich mich hinsetze, entspanne und die Augen schließe.
13.45 Uhr ziehender Schmerz im Nacken mit Steifheitsgefühl; dumpfer Schmerz, zieht in den Kopf, warm.
16.00 Uhr: aus linkem Nasenloch läuft plötzlich klare Flüssigkeit heraus, und es ist plötzlich ganz frei (war vorher eher etwas verstopft).
16.15 Uhr: linker Ohreingang wird kühl, und es läuft eine klare Flüssigkeit heraus (hatte als Kleinkind oft Mittelohrentzündung).
16.45 Uhr: linkes Nasenloch geht zu; stechender Schmerz in linker Nasenseite; Druck oberes Drittel in den Nasenknochen, zum linken Augenwinkel ziehend. Plötzlich läuft wieder Flüssigkeit heraus, danach ist die Nase wieder zu; dies geschieht einige Male im Wechsel.
17.45 Uhr: werde sehr müde.
18.40 Uhr: plötzlich stechender, ziehender Schmerz im Mittelbauch.
2. Tag: *Traum:*
Von meinem ersten Freund, Thema: Misstrauen ihm gegenüber. Kann Nähe nicht erlauben, wünsche sie mir aber; ziehe mich trotzdem zurück. Ich erkenne im Traum jedoch die Wahrheit hinter den Worten.
Erwache mit Herpesbläschen im Mund; es ist sehr schmerzhaft (habe Herpes meistens außen um den Mund, selten im Mund).
Gewitter draußen: bekomme etwas Zug ab, danach bekomme ich Schmerzen im linken Unterarm ziehend, brennend, der vom Ellbogen zur Hand zieht. Gleichzeitig leichter pulsierender Schmerz am linken Bein außen an der Wade, > bei Wärme.
Danach fühle ich meinen inneren Puls sehr stark in Ohren, Kopf und Hals; es dröhnt, als ob in einiger Entfernung eine Autobahn vorbei fährt und ich die Autos vorbei rauschen höre.
21.45 Uhr: lege mich zum Lesen auf das Sofa; es entsteht ein Engegefühl im Hals, als ob ich zu wenig Luft bekomme mit leichter Angst zu ersticken; es bessert sich, nachdem ich mich hingesezt habe.
Flaues Gefühl im Magen.
22.10 Uhr: linkes Nasenloch fängt wieder an zu laufen.
3. Tag: *Traum:*
Ich öffne mich nicht wirklich dem Leben; habe ein Gefühl von Eingesperrtsein im Körper. Im Traum sehr gutes Gefühl, dies zu erkennen.
Beim Aufwachen fühle ich mich sehr traurig; erneut Druck auf der Brust, verbunden mit Engegefühl.
Bauchschmerzen im Mittelbauch, die heiß und brennend sind, dumpf; sie strahlen auf beide Seiten aus Richtung Unterbauch und Eierstöcke.
Mittags bin ich sehr nervös, mag keine Menschen um mich herum haben. Menschen machen mich gereizt und nervös. Fühle mich viel besser, wenn ich alleine bin.
Schwitzen am Kopf.
Innere Hitzewallung ohne Schweiß.
Abends wieder Engegefühl in der Brust, Atemnot.

4. Tag: Widerstände, meine Notizen zu machen; kann mich nicht dazu überwinden. Abends plötzlicher scharfer, stechender Schmerz im rechten Knöchel, kann nicht mehr auf meinen Fuß auftreten (ich hatte genau diese Verletzung vor einem Jahr).
25. Tag: *Traum:*
Ich bekomme meine Periode; bekomme im Traum mit, wie sie einsetzt.
An diesem Tag beginnt die Periode auch tatsächlich.

Weitere Beobachtungen zusammengefasst:

Die Periode dauert länger als normal, ungefähr eine Woche (sonst vier Tage). Sie ist auch viel stärker, ich verbrauche die dreifache Menge an Binden. Es kommen dabei schwarze Blutfetzen heraus. Während der Periode fühle ich mich sehr traurig. Davor hatte ich Heißhunger auf nichts Bestimmtes; nach der Periode ungewöhnlich wenig Appetit.

Keine Lust auf Essen beobachte ich auch weiterhin.

Nach insgesamt eineinhalb Wochen muss ich sehr oft Wasserlassen, manchmal vier- bis fünfmal hintereinander. Auch früh morgens etwa um 4.30 Uhr wache ich auf und muss auf Toilette urinieren. Oft habe ich Wasser gelassen, gehe zurück ins Zimmer und habe sofort wieder das Gefühl, auf Toilette zu müssen; dort kommen jedoch nur einige Tropfen. Das geht ungefähr zwei Wochen lang, immer vier- bis fünfmal hintereinander.

Zwischendurch fühle ich mich aggressiv, empfindlich und leichter verletzbar. Ich bin beleidigt wegen nichts Besonderem, falle dann in eine tiefe Traurigkeit.

Ich habe viel mehr als sonst das Bedürfnis, alleine zu sein.

Vaginalausfluss weißlich, nicht gut riechend.

Die nächste Periode setzt eine Woche später ein und ist noch einmal sehr heftig.

Kontaktprüfung

Einige interessierte Prüfer wollten sich zum gegenwärtigen Zeitpunkt lediglich einer Kontaktprüfung mit dem Mittel unterziehen. Da die Ergebnisse, obwohl natürlich zahlenmäßig geringer, größtenteils diejenigen der "echten" AMP bestätigen und inzwischen eine Vielzahl ähnlicher Erfahrungen mit Kontaktprüfungen gesammelt werden konnte, sollen diese Ergebnisse nachfolgend ebenfalls dargestellt werden.

Alle "Kopfkissenprüfer" hatten ein Snap-Pack-Tütchen mit ca. 15 Globuli Equis-a. C30 (AK1) bzw. Equis-h. C30 (HK1-4) bekommen, das sich für einige Nächte unter dem Kopfkissen befand. Keiner der Prüfer kannte das Prüfmittel.

Prüfer AK1 (w, 52 J.)

(Es handelt sich um Prüferin H1, sieben Wochen nach Beginn der Equis-h.-Einnahmeprüfung).

1. Nacht:

Traum:

Unsere amerikanischen Verwandten sind in Deutschland. Ich will sie nicht treffen. Nachts begegne ich ihnen. Ich bin ungewaschen und unpassend angezogen. Ich will nicht erkannt werden. Ein Amerikaner ruft mich beim Namen. Jetzt stehe ich im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit. – Die Menschen sehen grotesk aus. Sie sind verwachsen und missgestaltet oder jung, obwohl schon alt. Grell geschminkte Gesichter, riesige rote Münder. Wir

beschließen, ins Casino zu gehen. In dem Haus gibt es Schwierigkeiten mit dem Aufzug. Alles wirkt unrealistisch und beklemmend

Eine Theatergruppe, die ein Stück probt – die Nibelungen. Jemand läuft an einer Bretterwand vorbei und wird von einem Speer oder Schwert verletzt, welches zwischen den Brettern hindurch gestoßen wird. Ein weißes, flatterndes Tuch verbirgt die Waffe – heimtückisch

Ich sehe eine Frauenbrust, aus deren Brustwarze gelbe Fäden heraushängen. Dieses Bild sehe ich zweimal, sonst nichts.

Der Haarausfall (seit Prüfung des ersten Mittels, vgl. H1) hält weiter an.

7.15 Uhr: Stuhlgang schwierig, trotz Pressen kann der Stuhl nur schlecht abgegeben werden (sonst keine Probleme damit).

2. Nacht:

Traum:

Borkige Krusten werden aus der Nase entfernt. Eine Ärztin erklärt, wie es zur Borkenbildung kommt

Meine Familie und ich sind erst zu Fuß und dann im Auto unterwegs. Wir befinden uns auf einer viel befahrenen Straße, die durch ein Felsentor führt. Ich merke, dass meine Mutter nicht mehr bei uns ist, steige aus und gehe den Weg zurück. Gebeugt und sehr geschwächt kommt sie mir durch den Wald entgegen. Die Finger der alten Frau sind schwarz, als wären sie in Schweröl oder Ruß getaucht worden. Am Hals links sind pflaumengroße, bewegliche Geschwüre unter der Haut zu sehen. Es erinnert an die Virchowdrüse, nur dass es sehr viele sind. Der Kopf ist gebeugt, der Rücken gekrümmt. Sie klagt über starke Schmerzen in den Knoten und in der Wirbelsäule. Durch Massieren bzw. Drücken versuche ich ihren Schmerz zu lindern, was auch gelingt. Es tut mir weh, sie leiden zu sehen.

3. Nacht:

Traum:

Meine Tochter beschließt, sich einer religiösen Gemeinschaft anzuschließen. Die Sektenmitglieder leben in der Schweiz in einer weißen Villa, die von hohen Mauern und Gittern umgeben ist. Ich versuche, sie von ihrem Entschluss abzubringen, da ich erfahren habe, dass man mit Strafe und Repressalien rechnen muss, wenn man nicht genau dem Bild Mensch entspricht, welches die Sekte hat. Ein großes Vergehen ist es, sich zu versprechen. Meine Tochter sagt in einem Gespräch mit der Sektenführerin "Tisch" statt "Fisch". Der Raum, in dem die Sektenführerin ihre Jünger empfängt, ist weiß, der Boden nicht eben; er sieht aus, wie aus weißem Marmor modelliert. Die Anhänger, die eine besondere Rolle einnehmen, sitzen der Frau direkt gegenüber. Meine Tochter hat einen Platz ganz am Rande, rechts von der Frau. Ich kann meine Tochter davon überzeugen, in welcher Gefahr sie schwebt, und helfe ihr bei der Flucht.

In den Tagen danach zweimal unwillkürliches Wasserlassen.

Eine Rhagade an der Unterlippe rechts.

Fazit nach ca. 2 Wochen:

Ich hatte viel Energie in dieser Zeit; habe mich z.B. für eine weitere Ausbildung angemeldet. Außerdem habe ich mich in der Gemeinde stark für eine bessere Wasserqualität eingesetzt (war auch schon in der Einnahmeprüfung von Equis-h.): einen Leserbrief geschrieben, Anlieger mobilisiert; daraufhin wurde eine Sitzung vom Bürgermeister angesetzt.

16 Tage nach dem letzten Kontakt mit dem Mittel bekomme ich erneut eine Cystitis. Auslöser sind kalte Füße, erste Anzeichen ein Kribbeln in der Blasengegend, häufiger Miktionsdrang begleitet von Stuhldrang. Beim Wasserlassen Abgang von Stuhl und Blähungen. Stuhl anfangs fest, dann immer dünner. Bei der ersten Cystitis (vgl. Prüfer H1, 18. Tag) hatte ich die gleichen Beschwerden. Im Urin sind massenhaft Erythrozyten und Leukozyten, vermehrt Eiweiß, der pH-Wert ist erhöht.

Nach Einnahme von Canth. C6 werden die Beschwerden schlechter.

Nach der Einnahme von Sars. C6 bessern sich die Beschwerden; nach zwei Tagen bin ich beschwerdefrei, der Urin ist o.B.; allerdings habe ich nun zwei Tage lang Kopfschmerzen. Danach beginnt die Cystitis erneut, wieder ausgelöst durch kalte Füße und Frieren. Innerhalb von wenigen Stunden habe ich massivste Beschwerden. Der Urin ist sofort sichtbar blutig. Auf dem Teststreifen sind Erythro- und Leukozyten sowie Eiweiß nachweisbar.

Es besteht Inkontinenz, ausgelöst durch Betreten kalter Fliesen mit nackten Füßen oder durch Berühren von kaltem Wasser mit den Händen.

Miktion und Stuhlgang gleichzeitig. Miktion alle fünf bis zehn Minuten; ständiger Drang, der sich nicht durch Urinieren bessert.

Wasserlassen verschlimmert den Schmerz; schneidender Schmerz am Ende der Miktion; Gefühl, als wenn ein Messer herumgedreht wird. Die Schmerz-attacken werden immer länger. Nach dem Wasserlassen Frösteln und Schwitzen. Große Unruhe, Zittern und Stöhnen vor Schmerzen. Ich hätte schreien können, habe mich gekrümmt vor Schmerzen. Schlimmer als Entbindung!

< Druck, Berührung (ich habe keine Kleider auf dem Unterbauch ertragen), Wärme, gegen Abend.

> Liegen im Bett auf dem Rücken oder in Seitenlage mit angezogenem Bein (rechts > als links), nackt sein am Unterkörper und Kühlen des Genitalbereiches mit kaltem Wasser.

Das Gefühl beim Laufen im Urogenitalbereich: wie nach einer schweren Entbindung, geschunden und gequetscht; die Schmerzen umfassen den gesamten Anal-Uro-Genitalbereich.

Apis C30 einmal zwei Globuli pur, dann mehrmals in Wasser aufgelöst (zwei Globuli schluckweise getrunken bessert die Beschwerden schnell und deutlich: Der zeitliche Abstand zwischen den Miktionen vergrößert sich, der schneidende Schmerz am Ende der Miktion wird schwächer, ich werde ruhiger; ich habe viel getrunken, musste mich aber dazu zwingen; Kloßgefühl im Hals beim Trinken. Am nächsten Tag keine Schmerzen mehr, am übernächsten ist der Urinbefund o.B.

Fazit nach gut fünf Wochen:

Die Cystitis scheint mit Apis C30 ausgeheilt; allerdings bin ich immer noch sehr kälteempfindlich, muss mich sehr warm anziehen, v.a. die Füße müssen warm sein.

Canth. brachte keine Besserung der Cystitis-Beschwerden oder verschlechterte diese sogar; Sars. bzw. bei der Equis-h.-Einnahmeprüfung Staph. C6 linderten die Beschwerden. Es kam jedoch in beiden Fällen zu einem Rückfall mit Wärmeempfindlichkeit, der dann auf Apis gut ansprach.

Ein bereits vor der Prüfung vorhandener Schmerz im linken Fuß, Grundgelenk des zweiten Zehs (< bei Berührung und Druck), wurde während der Prüfung deutlich schlimmer; erst jetzt lässt er wieder nach.

Das Sekret von zwei wurzelbehandelten, entzündeten Zähnen mit vereiterten Zahntaschen (beide müssten eigentlich gezogen werden) wurde während der Prüfung blutig, was mich überrascht hat.

Während beider Prüfungen hatte ich kein sexuelles Verlangen; dies verändert sich erst jetzt wieder.

Der seit der Equis-h.-Einnahmeprüfung bestehende Haarausfall hat erst jetzt aufgehört.

Prüfer HK1 (w, 58 J.)

Meine Träume außer einem waren wie sonst.

Traum:

Nähere mich junger, blonder, schlanker Frau; es kommt zum Austausch von Zärtlichkeiten; es ist angenehm, aber ich bin leicht verblüfft. Beim Aufwachen denke ich: war ich jetzt im Traum ein Mann? – wie um es zu rechtfertigen; so etwas habe ich noch nie geträumt. In diesen Nächten musste ich nachts jeweils einmal Wasserlassen. Auch das kenne ich sonst nicht, außer wenn ich nachts noch was trinke, was jetzt jedoch nicht der Fall war.

Prüfer HK2 (w)

Morgens beim Erwachen hatte ich Nackensteife, die einige Zeit nach dem Aufstehen besser wurde. Auch mein Mann hatte diese Nackensteife und ein zerrendes, verkrampftes Gefühl, vom Nacken ausgehend.

In der ersten Nacht ein *Traum*:

Von einem großen Baum, kein Laubbaum, eher wie ein Nadelbaum, kerzenförmig mit abstehenden Ästen.

Prüfer HK3 (w, 52 J.)

Träume (1. Nacht):

Eine Wanderung mit vielen Leuten; wir kehren in ein Gasthaus ein

Ein Spaziergang zwischen Getreidefeldern und in einem Park mit großen alten Bäumen. Meine Brüder sind da und deren ehemalige Freunde. Im Park steht eine alte Kirche, dort soll später ein Orgelkonzert stattfinden. Wir gehen in die Kirche; dort sind viele Leute und viel Gedränge. Wir gehen eine Treppe hoch.

Traum (2. Nacht):

Ich bin Leiterin eines Kinderheims. Eines Tages schleicht sich ein Mann mit einem Hund ein und bewegt sich so, als ob er da wohnen wolle. Ich stelle ihn zur Rede und schicke ihn weg. Er ist patzig und will nicht gehen. Ich melde den Vorfall meiner Chefin.

Traum (3. Nacht):

Ich arbeite in einem großen Altersheim. Bei der Arbeit wird etwas verändert, und es müssen neue Dienstpläne geschrieben werden. Zur Arbeit fahre ich zusammen mit anderen mit der Eisenbahn.

Traum (4.Nacht):

Ich bin mit verschiedenen Bekannten in Frankreich unterwegs. Wir trampen einzeln zu verschiedenen Orten, an denen wir uns dann treffen. Ich will eine ehemalige Arbeitskollegin treffen, die eine wissenschaftliche Arbeit schreibt.

Prüfer HK4 (w)

Ich bekam dumpfen Kopfdruck.

Traum:

Von einem gelben kurzhaarigen Hund

Von unserem Zwergkaninchen (das real schon tot ist); es ist sexuell erregt und sucht eine Hasenfrau, findet sie auch; es ist überdreht und sieht aus als ob es grinst; das Ganze wirkt etwas comicmäßig.