

# Wechseljahre

Das Ende der fruchtbaren Zeit führt zu gravierenden **Hormonumstellungen** im Organismus der Frau. Etliche Betroffene leiden dann unter Trockenheit im Genitalbereich und vor allen unter Hitzewallungen und Schweißausbrüchen.

Viele Frauen empfinden die Zeit der Hormonumstellung als wichtige Phasen in ihrem Leben und entwickeln neue Perspektiven (der Begriff „Klimakterium“ stammt aus dem griechischen und bedeutet in etwa „kritischer Wendepunkt im Leben“). Mit der homöopathischen Behandlung steht eine individuell orientierte Therapie zur Verfügung. Ihre Wirksamkeit steht und fällt mit der Frage, ob es gelingt, für die persönlichen Beschwerden eine passende Arznei auszuwählen.

**Mittelauswahl** Stehen Blutandrang, Hitzewallungen und Schweißausbrüche im Mittelpunkt der Beschwerden, denken wir zunächst an diese drei Arzneien: Die Wirkung von **Lachesis** (Gift der Buschmeisterschlange) kann mit dem Zustand eines Dampfkochtopfes verglichen werden. Es entwickelt sich in den Wechseljahren eine Art „energetische Stauung“, ein „innerlich kochendes Gefühl“. Betroffene Frauen berichten, sie fühlen sich „wie ein Vulkan, kurz vor dem Ausbruch“. Jede Art von Beengung (Berührung, enge Kleidung, insbesondere am Hals, Rollkragen) verschlechtert den Zustand. Kommt dann doch noch mal eine Regelblutung durch, bessern sich alle

Beschwerden fast schlagartig. Das arterielle System befindet sich in „Wallung“, Dekolleté und Gesicht röten sich schnell. Das Gemüt ist meist erregt, aktiv und lebhaft. Ein berstender Kopfschmerz (linke Seite), als ob der Schädel platzt, kann das Wohlbefinden besonders beeinträchtigen. Tritt ein ähnlicher Kopfschmerz auf der rechten Seite auf, sollte die Wahl eher auf **Sanguinaria** (Kanadischer Blutwurz) fallen. Sehr charakteristisch ist die Entwicklung des Schmerzes aus der rechten Schulter, er zieht dann über Nacken und Hinterkopf bis ins rechte Auge. Aus diesem Grunde wird **Sanguinaria** auch häufig bei rechtsseitigem Schulter-Arm-Syndrom angewandt. Die Hitzewallungen steigen meist auf, die Füße fühlen sich heiß und brennend an, sie werden im Bett am liebsten abgedeckt. Bei sehr starkem Blutandrang zum Kopf, Gesicht und auch zur Brust denken wir eher an **Glonoinum** (Nitroglyzerin). Die Haut kann sich bei den Wallungen dunkelrot färben. Der ganze Körper scheint gemeinsam mit dem Herzschlag unerträglich zu pulsieren, Erschütterungen (Hüpfen und Springen) machen alles noch viel schlimmer.

**Weitere Alternativen** **Calcium carbonicum** (Arznei aus der inneren Schicht einer Aus-

ternschale) ist eher bei allgemeinen Veränderungen während der Wechseljahre angezeigt: Betroffene neigen nun zur Gewichtszunahme, die Verdauung wird träge, der Schweiß ist eher kühl und tritt insbesondere am Kopf oder im Nackenbereich auf. Es entwickelt sich eine Neigung zu kalten Füßen – ohne wärmende Socken ist an Schlaf nicht zu denken. Verändert sich neben den körperlichen Beschwerden die Stimmung dahingehend, dass der vor allem der Auszug der Kinder „beweint“ wird (die Fachliteratur bezeichnet dies bildhaft als „empty-nest-Syndrom“) kommt **Pulsatilla** (Küchenschelle/Foto) in die engere Auswahl. Sehr viel Tränen, mit deutlicher Erleichterung durch

Nähe, Zuwendung, Trost und Unterstützung charakterisieren den Zustand. Auch ein Spaziergang an der frischen Luft verbessert oft erstaunlich schnell den Gemütszustand. Tritt in den Wechseljahren nach längerer Abstinenz erneut eine Blutung auf, sollte ärztlicher Rat eingeholt werden. Ist eine homöopathische Behandlung angezeigt, kommt häufig **Eriogeron** (Berufskraut) in Frage. Bewegung verstärkt die Blutung. Diese wird oft von Reizungen der Blase (Schmerzen, häufiger Harndrang) oder des Darmes (Schmerz, Durchfall) begleitet. ■

Dr. med. M. Berger,  
Facharzt für Allgemeinmedizin/  
Homöopathie



© tomas1111 / 123rf.com