

Zum Thema: Wechseljahre von Frau - und Mann.

Wie ich, bereits erwähnt habe, beginnen die Wechseljahre bei der Frau ab dem 40igsten Lebensjahr. Beim Manne etwas später. Beide befinden sich im 7. Lebensjahrsiebt ($7 \times 7 = 49$).

In diesem Lebensjahrsiebt, haben neue seelische und geistige Selbständigkeiten zu einem bewußten sozialen Leben geführt.

Viele Interessen die in den vorausgegangenen Lebensjahrsiebten wichtig erschienen treten in den Hintergrund. Auch treten gewisse gesundheitliche Störungen auf.

Meistens sind es Erkrankungen, die in der zweiten Lebenshälfte typisch sind. Der körperliche Abbau hat begonnen. Gewandheit, ob im täglichen Berufs- und Arbeitsleben oder in der Freizeit, bei bisher gerne ausgeübten Sportarten, läßt spürbar nach.

„Man ist nicht mehr der - A l t e -.“

Es entsteht der Eindruck, man unterliege einem Verarmungswahn. Nicht nur das Körperliche, auch das Geistig-sinnliche scheint sich zurückzubilden, und man kommt in eine Krise wo auch die seelische Kraft zu erlahmen droht.

Hier gilt es besonders sich zu bemühen, und ein neues geistiges Bewußtsein zu schaffen.

Ein Mensch der sich bemüht, auf jeder Lebensstufe die Gemüts- und Gefühlskräfte anzuregen und zu erhalten und in sein Bewußtsein aufzunehmen, kann durch diese Verinnerlichung zu einem neuen Lebensgefühl gelangen.

Der Mensch sollte versuchen, das ganze Leben hindurch bis zu seinem Tode ein „Lernender“ zu sein und zu bleiben.

Dadurch wird er im fortgeschrittenen Alter -eben ab dem 7. Lebensjahrsiebt-, noch in ihm liegende Heilkräfte entwickeln und von dem weiter bzw. zurückgeben, was ^{er} in den vorausgegangenen Lebensjahren empfangen hat.

Im 7. Jahrsiebt entsteht eine neue Beziehung im Seelischen als auch im Geistigen zu der Welt.

Die gewonnene geistige Selbständigkeit, das Errungene wird fruchtbar gemacht und ein bewußtes soziales Wirken hebt an.

Der Mensch kann sich für andere Menschen -sei es in der Familie oder im Freundes- oder Bekanntenkreise- interessieren und einsetzen. Er kann Verantwortung für das Gemeinwohl übernehmen. Die Sorge um das eigene Familienleben ist mit der Verkleinerung der Familie -Kinder aus dem Hause- auch kleiner geworden.

Was in den langen Lebensjahren entstanden ist, muß seinen Weg in die Welt finden. Es ist nicht immer leicht, damit auch anzukommen bei seinen Mitmenschen.

Es kann scheitern daran, daß man sich ^{nicht} deutlich genug ausdrückt, oder daß das Beharrungsvermögen, die Durchhaltekraft erlahmt. Auch zwischenmenschliche Beziehungsstörungen können nachteilig auf diese Weiterentwicklung einwirken.

Man muß dabei auch auf die Eigenart des anderen eingehen und diese akzeptieren lernen und evtl. einen Ausgleich finden.

Der Ausgleich verbindet wieder beide, man wird den Weg zum anderen Menschen offen und tragfähig gestalten.

Geht es auf das 60. Lebensjahr zu, und damit ist das 8. Lebensjahrsiebt erreicht, müssen wir zu einem neuen Lebensstil finden.

Wir sollten uns nach neuen Aufgaben umsehen, um auch in diesem Alter noch Neues zu schaffen.

Die in der Jugend gewonnene Erdenreife, von der wir auch bisher lebten und die unser Leben gestaltete, sollte in eine „Geistesreife“ übergehen. Der Wunsch etwas Neues zu schaffen, soll uns beseelen.

Wer bisher das Gemeinwohl in sein Leben einbezogen hat und selbst nicht mehr so an den Dingen hängt, kann selbstlose Erneuerung schaffen.

Weschsel-
jahre

- 2 -

Das 8. Jahr-
siebt.

Es liegt an jedem selbst, an seiner Veranlagung, seiner Temperamentsgrundlage seines Leelenlebens, seiner Motivation, ob er zu einem künstlerischem, religiösen, vermittelnden oder heilenden neigt, wozu er auch Lust und Liebe entwickeln kann.

Dabei kann er zu einer lehrenden und anerkannten Person werden. Besonders das Krisenjahr um die 56, bringt letzte Verwirklichungsmöglichkeiten mit schöpferischen Impulsen.

Die Krise des Klimakteriums mit Erregungszuständen und Depressionserscheinungen, der kummervollen Gedanken oder hektischer Aggressivität ist typisch für diese Altersstufe. Sie kann durch schöpferische Impulse verdrängt werden und das Leben in dieser Zeit sinnvoll gestalten.

Im 9. Lebensjahrsiebt, ab dem 63. Lebensjahr beginnt der aktive „berufliche Ruhestand; Wir sollten nun unser Lebenswerk, unser Erreichtes überschauen. Durch die Vergeistigung des Körperlichen, des physischen Leibes, haben wir eine gewisse Reife erlangt.

Leider beginnt aber bei vielen in dieser Zeit, das Festklammern an alte Erinnerungen, an das was man einmal war, was man erlebte, positiv als auch negativ. Die Vergangenheit ergreift bei vielen das Leben. Die Gegenwart wird nur noch unter dem Gesichtspunkt der Vergangenheit mit Vergleichen wahrgenommen. Die Zukunft ist bei vielen nur noch Utopie und von dem Wunsche beseelt, daß es im Leben weiterhin so gut und zufriedenstellend weitergeht. Auch die Altersdepression verliert sich in der Vergangenheit.

Der schöpferisch wirksame Mensch, der in der Zeit von 56 bis 63 seine geistige Richtung in seinem Wirken als Aufgabe gefunden hat, kann an das anknüpfen. Er hat jetzt dafür viel mehr Zeit, um Inspirationen, klare Erkenntnisse zu finden, um nicht nur die Vergangenheit besser zu verstehen und zu durchleuchten, sondern aus diesen Erkenntnissen heraus, eine lehrende und informative Aufgabe weiter zu führen, die richtungsweisend für die Zukunft sein kann. Er kann auch geistige Versäumnisse nachholen und lernen zum Schicksal „Ja“ zu sagen. Er hat die Fähigkeit erworben, sich sachlich zurückzuwenden und sich „Neuem“ zuzuwenden.

Das 10. Jahrsiebt -ab dem 63.- 70- bringt für viele Lebensprobleme. Es ist die Zeit wo die meisten in Rente gehen oder pensioniert werden. Trotzdem viele aus verantwortungsvollen Posten ausscheiden müssen, die sie als Vorgesetzter, als Chef in leitender Stellung jahrzentlang inne hatten, ist die Möglichkeit ihre Erfahrungen, Kenntnisse usw, weiterzugeben nicht beendet. Wenn auch nicht berufsbezogen und aus der praktischen Tätigkeit hervorkommend.

Hier zeigt sich der Grad der Selbständigkeit auch in Richtung Vertrauen und Verantwortung, die man erlangt hat und nun auf andere Art und in neuen Richtungen weitergegeben werden kann.

Auch das ist nicht so einfach und leicht, und erfordert viel Einfühlungsgefühl und Einsicht in das Neue. Was dem geübten und jahrelang praktizierenden nicht schwer fallen kann. Vor allem in Vereinstätigkeiten, sozialen Institutionen, kirchlichen Tätigkeiten werden solche Menschen gesucht.

In der Gesellschaft, in der Industrie und das reale Leben bestimmende Einrichtungen, wird allerdings wenig Platz dafür sein. Da werden die „Alten“ in eine sinnlose Einsamkeit abgeschoben, man sagt ihnen Mängel nach, die z.T. auch vorhanden sind.

Alter heißt Vergangenheit in sich tragen, Jungsein bedeutet Zukunft haben. Alles unterliegt der Wandlung.

Zukunft entsteht durch Taten, die wir verrichten; Erfahrungen entstehen durch Geschehenes. Tod und Geburt sind die Tore zur geistigen Welt.

Wenn wir die Kräfte die wir für das Vergangene und Vergängliche aufwenden dem Neuen und Zukünftigen zuwenden, steigt die innere geistige Mobilität und mit ihr auch unsere innere Lebenslinie stetig an.

Das Älterwerden hat -genau wie das Heranwachsen- seinen besonderen und eigenen Sinn. Wir dürfen es als eine große Gnade betrachten, wenn wir erkennen, daß unsere Existenz, unser Leben von uns bestimmt und gelenkt werden kann.

Dafür hat uns unser Herrgott unseren Geist und unseren Verstand gegeben, damit wir unsere Aufgabe die uns als Menschen übertragen wurde erkennen und erfüllen werden.

Das ist der eigentliche Sinn unseres Lebens.

Wechseljahre aus der Sicht der Homöopathie.

Durch die Umstellung des Hormonhaushaltes besonders bei der Frau um das 50. Lebensjahr, können Beschwerden auftreten. Sie äußern sich in Hitzewallungen, ein plötzlicher Blutandrang zum Kopf. Das Gesicht und die Arme werden rot und meistens tritt dann ein Schweißausbruch auf. Angst und Depressionen sind weitere Begleiterscheinungen. Dies alles kann sich bis zu zehn Jahre hinziehen. Es handelt sich um natürliche Erscheinungen und sollten daher nur dann medikamentös behandelt werden, wenn sie das (Familien-)Leben über Gebühr belasten.

Die Behandlung mit Östrogen, wie sie in der Schulmedizin gerne angewandt wird, ist nicht ohne Risiko.

In der Homöopathie werden vor allem die symptomatischen Beschwerden s.o. behandelt und so dem Patienten Hilfe und Erleichterung gebracht. Ich möchte einige Mittel hier aufzeigen.

Bei Hitzewallungen, Schweißausbrüche und einer nervlichen Übererregbarkeit wird auf **G l o n o i n u m D 4** hingewiesen.

Beschwerden wie vor und dazu Niedergeschlagenheit, Ratlosigkeit verlangt **C i m i c i f u g a D 3**.

Überempfindliche und schnell überbelastete nervöse Frauen, die durch krampfhaftes Weinen sich Luft verschaffen können, die viel Seufzen und auch schweigsam sind, hilft **I g n a t i a D 6**.

Aufgeregte, geschwätzige, eifersüchtige Frauen, die die Sonne nicht vertragen, die Beschwerden treten besonders nach dem Schlaf und überwiegend linksseitig auf brauchen **L a c h e s i a D 12**.

Brünnette, schlänke, dunkelhaarige, die launisch und mit ihrem Kummer allein gelassen sein wollen, beim Sprechen über ihre Probleme zu weinen beginnen sollten **S e p i a D 6** nehmen.

Anwendung: Am besten eignen sich Tabletten, 2 Stück eine halbe Stunde vor den Mahlzeiten auf der Zunge zergehen lassen.

Im akuten Falle auch ein- bis zweistündliche Einnahme.

Baryum
carbonicum

Diesem Menschen können wir mit Baryum carbonicum D 12 oder D 30 helfen, und viele Beschwerden zum Abklingen bringen.

Die hohen Potenzen sind symptomatisch, da man bei älteren Menschen selten eine akute als eine chronische Erkrankung zu behandeln hat. Auch vertragen ältere Menschen höhere Potenzen besser als niedrige.

Conium-
Typ

Hier haben wir es mit einem Menschen zu tun der ebenfalls über Schwindel klagt, besonders beim Umdrehen im Bett. Vergesslichkeit, weinerlich, mißmutig und menschenscheu. Betätigungsunlustig, Essen bessert seine Stimmung und die Beschwerden werden dadurch erleichtert. Liebt eine warme Stube; geistige und körperlich Anstrengung verschlimmern seinen Zustand. Es ist ein sehr gutes „Altenmittel“, da es auf fast alle Beschwerden gut anspricht. Allerdings ein „Verjüngungsmittel“ ist es nicht. Potenzen: D 12 bis D 30, bei nur einmal am Tage 5 Tropfen, am besten morgens vor dem Frühstück.

Aurum-
Typ

Hoher Blutdruck ist besonders im Alter eine fast natürliche Feststellung. Wird dies nur bei Messungen festgestellt und sind sonst keine hochdruckbedingte Beschwerden vorhanden, ist eine Behandlung vor allem mit starken blutdrucksenkenden Mitteln nicht empfehlenswert. Die dabei auftretenden von bestimmten Medikamenten ausgelösten Nebenwirkungen sind schlimmer, als ein Hochdruck ohne besondere Beschwerden. Aurum ist für Menschen die nach landläufigen Vorstellungen dem Typ eines Metzgermeisters entsprechen: dick, mit kurzem Hals und immer mit hochrotem Gesicht. Es ist angezeigt bei trübsinniger Stimmung, Mutlosigkeit, Verzweiflung, Selbstmordgedanken, Entschlußlosigkeit. Außerdem bei starkem Mundgeruch und wenn der Patient über Blutandrang zum Kopf, Herzklopfen mit Herzstolpern und Bangigkeit klagt. Es hilft vielen Menschen zu einem unbeschwerten Alter.

Dosierung: D 30 einmal täglich 5 Tropfen, am besten vor dem Schlafen.

Plumbum-
Typ

Hier handelt es sich um blasse alte Leute mit Bluthochdruck. Die unter den Folgen von Schlaganfällen leiden. Gedrücktes und niedergeschlagenes Wesen, mit Schwäche (Hinken) der Beine. Nachts starke Wadenkrämpfe. Auch bei Altersepilepsie, wenn die Worte beim Sprechen ausfallen und Verstopfung nach Schlaganfall dem Menschen zu schaffen macht. **Hyper-tonie und Altersarteriosklerose. Fortschreitende Muskel-Atrophie.** Chronische Gicht, **extrem und rasche Abmagerung.**

Dosierung: D 12 bis D 30.

Weitere Mittel sind: Anacardium bei Gedächtnisschwäche, Altersjucken. Rhus tox bei Altersrheuma wenn Bewegung bessert und Ruhe verschlimmert. Secale bei Altersbrand und Kreosot, Acidum nitricum, Fagopyrum.

Gerson (H. M. 1911)

Walter Grünwedel

Wechseljahre von Frau und Mann

Schrift von Walter Grünwedel

Wie ich bereits erwähnt habe, beginnen die Wechseljahre bei der Frau ab dem 40igsten Lebensjahr. Beim Manne etwas später. Beide befinden sich im 7. Lebensjahrsiebt ($7 \times 7 = 49$). In diesem Lebensjahrsiebt, haben neue seelische und geistige Selbständigkeiten zu einem bewussten sozialen Leben geführt. Viele Interessen, die in den vorausgegangenen Lebensjahrsiebten wichtig erschienen, treten in den Hintergrund. Auch treten gewisse gesundheitliche Störungen auf. Meistens sind es Erkrankungen, die in der zweiten Lebenshälfte typisch sind. Der körperliche Abbau hat begonnen. Die Gewandtheit, ob im täglichen Berufs- und Arbeitsleben oder in der Freizeit, bei bisher gerne ausgeübten Sportarten, lässt spürbar nach.

Man ist nicht mehr der „Alte“. Es entsteht der Eindruck, man unterliege einem Verarmungswahn. Nicht nur das Körperliche, auch das Geistig-Sinnliche scheint sich zurückzubilden, und man kommt in eine Krise, wo auch die seelische Kraft zu erlahmen droht. Hier gilt es besonders, sich zu bemühen und ein neues geistiges Bewusstsein zu schaffen. Ein Mensch, der sich bemüht, auf jeder Lebensstufe die Gemüts- und Gefühlskräfte anzuregen und zu erhalten und in sein Bewusstsein aufzunehmen, kann durch diese Verinnerlichung zu einem neuen Lebensgefühl gelangen.

Der Mensch sollte versuchen, das ganze Leben hindurch bis zu seinem Tode ein „Lernender“ zu sein und zu bleiben. Dadurch wird er im fortgeschrittenen Alter, eben ab dem 7. Lebensjahrsiebt, noch die in ihm liegende Heilkräfte entwickeln und von dem weiter- bzw. zurückgeben, was er in den vorausgegangenen Lebensjahren empfangen hat.

Das 7. Jahrsiebt

Im 7. Jahrsiebt entsteht eine neue Beziehung im Seelischen als auch im Geistigen zu der Welt. Die gewonnene geistige Selbständigkeit, das Errungene wird fruchtbar gemacht und ein bewusstes soziales Wirken hebt an. Der Mensch kann sich für andere Menschen, sei es in der Familie oder im Freundes- oder Bekanntenkreis, interessieren und einsetzen. Er kann Verantwortung für das Gemeinwohl übernehmen. Die Sorge um das eigene Familienleben ist mit der Verkleinerung der Familie, die Kinder sind aus dem Haus, auch kleiner geworden. Was in den langen Lebensjahren entstanden ist, muss seinen Weg in die Welt finden. Es ist nicht immer leicht, damit auch anzukommen bei seinen Mitmenschen.

Es kann scheitern daran, dass man sich nicht deutlich genug ausdrückt, oder dass das Beharrungsvermögen, die Durchhaltekraft erlahmt. Auch zwischenmenschliche Beziehungsstörungen können nachteilig auf diese Weiterentwicklung einwirken. Man muss dabei auch auf die Eigenart des anderen eingehen und diese akzeptieren lernen und evtl. einen Ausgleich finden. Der Ausgleich verbindet wieder beide, man wird den Weg zum anderen Menschen offen und tragfähig gestalten. Geht es auf das 60. Lebensjahr zu, und damit ist das 8. Lebensjahrsiebt erreicht, müssen wir zu einem neuen Lebensstil finden. Wir sollten uns nach neuen Aufgaben umsehen, um auch in diesem Alter noch Neues zu schaffen.

Die in der Jugend gewonnene Erdenreife, von der wir auch bisher lebten und die unser Leben gestaltete, sollte in eine „Geistesreife“ übergehen. Der Wunsch etwas Neues zu schaffen, soll uns beseelen. Wer bisher das Gemeinwohl in sein Leben einbezogen hat und selbst nicht mehr so an den Dingen hängt, kann selbstlose Erneuerung schaffen.

Das 8. Jahrsiebt.

Es liegt an jedem selbst, an seiner Veranlagung, seiner Temperamentsgrundlage seines Seelenlebens, seiner Motivation, ob er zu einem künstlerischem, religiösen, vermittelnden oder heilenden neigt, wozu er auch Lust und Liebe entwickeln kann.

Dabei kann er zu einer lehrenden und anerkannten Person werden. Besonders das Krisenjahr um die 56, bringt letzte Verwirklichungsmöglichkeiten mit schöpferischen Impulsen.

Die Krise des Klimakteriums mit Erregungszuständen und Depressionserscheinungen, der kummervollen Gedanken oder hektischer Aggressivität ist typisch für diese Altersstufe. Sie kann durch schöpferische Impulse verdrängt werden und das Leben in dieser Zeit sinnvoll gestalten.

Im 9. Lebensjahrsiebt, ab dem 63. Lebensjahr beginnt der aktive und berufliche Ruhestand; Wir sollten nun unser Lebenswerk, unser Erreichtes überschauen.

Durch die Vergeistigung des Körperlichen, des physischen Leibes, haben wir eine gewisse Reife erlangt.

Leider beginnt aber bei vielen in dieser Zeit, das Festklammern an alte Erinnerungen, an das, was man einmal war, was man erlebte, positiv als auch negativ. Die Vergangenheit ergreift bei vielen das Leben. Die Gegenwart wird nur noch unter dem Gesichtspunkt der Vergangenheit mit Vergleichen wahrgenommen. Die Zukunft ist bei vielen nur noch Utopie und vom Wunsch beseelt, dass es im Leben weiterhin so gut zu zufriedenstellend weitergeht. Auch die Altersdepression verliert sich in der Vergangenheit.

Der schöpferisch wirksame Mensch, der in der Zeit von 56 bis 63 seine geistige Richtung in seinem Wirken als Aufgabe gefunden hat, kann an das anknüpfen. Er hat jetzt dafür viel mehr Zeit um Inspirationen, klare Erkenntnisse zu finden, um nicht nur die Vergangenheit besser zu verstehen und zu durchleuchten, sondern aus diesen Erkenntnissen heraus, eine lehrende und informative Aufgabe weiter zu führen, die richtungsweisend für die Zukunft sein kann. Er kann auch geistige Versäumnisse nachholen und lernen zum Schicksal „ja“ zu sagen.

Er hat die Fähigkeit erworben, sich sachlich zurückzuzuwenden und sich „Neuem“ zuzuwenden.

Das 10. Jahrsiebt, ab dem 63.- 70., bringt für viele Lebensprobleme. Es ist die Zeit wo die meisten in Rente gehen oder pensioniert werden. Trotzdem viele aus verantwortungsvollen Posten ausscheiden müssen, die sie als Vorgesetzter, als Chef in leitender Stellung jahrzehntelang innehatten, ist die Möglichkeit ihre Erfahrungen, Kenntnisse usw., weiterzugeben nicht beendet, wenn auch nicht berufsbezogen und aus der praktischen Tätigkeit hervorkommend.

Hier zeigt sich der Grad der Selbständigkeit auch in Richtung Vertrauen und Verantwortung, die man erlangt hat und nun auf andere Art und in neuen Richtungen weitergegeben werden kann.

Auch das ist nicht so einfach und leicht und erfordert viel Einfühlungsgefühl und Einsicht in das Neue. Was dem geübten und jahrelang Praktizierenden nicht schwerfallen kann.

Vor allem in Vereinstägigkeiten, sozialen Institutionen, kirchlichen Tätigkeiten werden solche Menschen gesucht.

In der Gesellschaft, in der Industrie und das reale Leben bestimmende Einrichtungen, wird allerdings wenig Platz dafür sein. Da werden die „Alten“ in eine sinnlose Einsamkeit abgeschoben, man sagt ihnen Mängel nach, die z.T. auch vorhanden sind.

Alter heißt Vergangenheit in sich tragen, Jungsein bedeutet Zukunft haben. Alles unterliegt der Wandlung.

Zukunft entsteht durch Taten, die wir verrichten: Erfahrungen entstehen durch Geschehenes. Tod und Geburt sind die Tore zur geistigen Welt.

Wenn wir die Kräfte, die wir für das Vergangene und Vergängliche aufwenden dem Neuen und Zukünftigen zuwenden, steigt die innere geistige Mobilität und mit ihr auch unsere innere Lebenslinie stetig an.

Das Älterwerden hat, genau wie das Heranwachsen, seinen besonderen und eigenen Sinn. Wir dürfen es als eine große Gnade betrachten, wenn wir erkennen, dass unsere Existenz und unser Leben von uns bestimmt und gelenkt werden kann.

Dafür hat uns unser Herrgott unseren Geist und unseren Verstand gegeben, damit wir unsere Aufgabe, die uns als Menschen übertragen wurde, erkennen und erfüllen werden. Das ist der eigentliche Sinn unseres Lebens.

Wechseljahre aus der Sicht der Homöopathie.

Durch die Umstellung des Hormonhaushaltes, besonders bei der Frau um das 50. Lebensjahr, können Beschwerden auftreten. Sie äußern sich in Hitzewallungen, ein plötzlicher Blutandrang zum Kopf. Das Gesicht und die Arme werden rot und meistens tritt dann ein Schweißausbruch auf. Angst und Depressionen sind weitere Begleiterscheinungen. Dies alles kann sich bis zu zehn Jahre hinziehen. Es handelt sich um natürliche Erscheinungen und sollten daher nur dann medikamentös behandelt werden, wenn sie das (Familien-)Leben über Gebühr belasten.

Die Behandlung mit Östrogen, wie sie in der Schulmedizin gerne angewandt wird, ist nicht ohne Risiko. In der Homöopathie werden vor allem die symptomatischen Beschwerden s.o. behandelt und so dem Patienten Hilfe und Erleichterung gebracht. Ich möchte einige Mittel hier aufzeigen.

- Bei Hitzewallungen, Schweißausbrüche und einer nervlichen Übererregbarkeit wird auf **Glonoinum D4** hingewiesen.
- Beschwerden wie vor und dazu Niedergeschlagenheit, Ratlosigkeit verlangt **Cimicifuga D3**.
- Überempfindliche und schnell überbelastete nervige Frauen, die durch krampfhaftes Weinen nach Luft verschaffen können, die viel seufzen und auch schweigsam sind, hilft **Ignatia D6**.
- Aufgeregte, geschwätzige, elfersichtige Frauen, die die Sonne nicht vertragen, die Beschwerden treten besondere nach dem Schlaf, und überwiegend linksseitig auf brauchen **Lachesis D12**.
- Brünette, schlanke, dunkelhaarige, die launisch und mit ihrem Kummer allein gelassen ein wollen, beim Sprechen über ihre Probleme zu weinen beginnen sollten **Sepia D6** nehmen.

Anwendung:

- Am besten eignen sich Tabletten, 2 Stück eine halbe Stunde vor den Mahlzeiten auf der Zunge zergehen lassen.
- Im akuten Falle auch ein- bis zwei-stündliche Einnahme.

Barium carbonicum

Diesem Menschen können wir mit Barium carbonicum D12 oder D30 helfen, und viele Beschwerden zum Abklingen bringen. Die hohen Potenzen sind symptomatisch, da man bei älteren Menschen selten eine akute als eine chronische Erkrankung zu behandeln hat. Auch vertragen ältere Menschen höhere Potenzen besser als niedrige.

Conium Typ

Auch hier haben wir es mit einem Menschen zu tun, der ebenfalls über Schwindel klagt, besonders beim Umdrehen im Bett. Vergesslichkeit, weinerlich, missmutig und menschen-scheu, betätigungsunlustig. Essen bessert seine Stimmung und die Beschwerden werden dadurch erleichtert. Liebt eine warme Stube. Geistige und körperliche Anstrengung verschlimmern seinen Zustand. Es ist ein sehr gutes „Altenmittel“, da es auf fast alle Beschwerden gut anspricht. Allerdings ein „Verjüngungsmittel“ ist es nicht.

Potenzen: D12 bis D30, bei nur einmal am Tage 5 Tropfen, am besten morgens vor dem Frühstück.

Aurum-Typ

Hoher Blutdruck ist besonders im Alter eine fast natürliche Feststellung. Wird dies nur bei Messungen festgestellt und sind sonst keine hochdruckbedingten Beschwerden vorhanden, ist eine Behandlung vor allem mit starken blutdrucksenkenden Mitteln nicht empfehlenswert. Die dabei auftretenden, von bestimmten Medikamenten ausgelösten Nebenwirkungen, sind schlimmer, als ein Hochdruck ohne besondere Beschwerden. Aurum ist für Menschen die nach landläufigen Vorstellungen dem Typ eines Metzgermeisters entsprechen: dick, mit kurzem Hals

und immer mit hochrotem Gesicht. Es ist angezeigt bei trübsinniger Stimmung, Mutlosigkeit, Verzweiflung, Selbstmordgedanken, Entschlusslosigkeit. Außerdem bei starkem Mundgeruch und wenn der Patient über Blutandrang zum Kopf, Herzklopfen mit Herzstolpern und Bangigkeit klagt. Es hilft vielen Menschen zu einem unbeschwerten Alter.

Dosierung: D30 einmal täglich 5 Tropfen, am besten vor dem Schlafen.

Plumbum-Typ

Hier handelt es sich um blasse alte Leute mit Bluthochdruck. Die unter den Folgen von Schlaganfällen leiden. Gedrücktes und niedergeschlagenes Wesen, mit Schwäche (Hinken) der Beine. Nachts starke Wadenkrämpfe. Auch bei Altersepilepsie, wenn die Worte beim Sprechen ausfallen und Verstopfung nach Schlaganfall dem Menschen zu schaffen macht. Hypertonie und Altersarteriosklerose. Fortschreitende Muskel-Atrophie, chronische Gicht, extrem und rasche Abmagerung.

Potenzen: D12 bis D30.

Weitere Mittel sind:

- **Anacardium** bei Gedächtnisschwäche, Altersjucken.
- **Rhus tox** bei Altersrheuma wenn Bewegung bessert und Ruhe verschlimmert.
- **Secale** bei Altersbrand und
- **Kreosot, Acidum nitricum, Fagopyrum**

Walter Grünwedel

Biographie & Infos zu Walter Grünwedel

Walter Grünwedel geboren am 24. Mai 1921, gestorben am 26. April 2017 im Alter von fast 96 Jahren. Bereits als junger Knabe kam er mit der Homöopathie in Berührung, denn seine Großmutter hatte ihm bei aufgetretenen Beschwerden „Globuli“ gegeben und er fühlte sich danach wieder besser.

Die Faszination der kleinen weißen Kügelchen, den sogenannten Globuli, hatte ihn sein ganzes Leben lang nicht mehr losgelassen. Er hat sich sehr intensiv mit der klassischen Homöopathie - nach der Lehre von Dr. Samuel Hahnemann - beschäftigt. Auf Besuchen von Vorträgen und Seminaren sowie im Selbststudium der erschienenen Literatur in medizinischen Zeitschriften und Büchern hat er sich ein umfassendes Wissen über die Heilweise der Homöopathie angeeignet.

Walter Grünwedel ist am 1. März 1953 als Mitglied bei dem Homöopathischen Verein in Weingarten eingetreten, war ab 1968 im Vorstand und von 1994 bis 1999 Vereinsvorsitzender. Er hat in mehr als 80 Vorträgen selbst über naturheilkundliche und homöopathische Themen referiert und entsprechende Skripte verfasst. Bis zum Jahre 2001 mit seiner Schreibmaschine geschrieben, ab 2001 dann mit einem PC. Er hat weiterhin 258 Kurzreferate, Presseberichte, Notizen verfasst, welche sich mit „Homöopathie“ und anderen weltanschaulichen Themen beschäftigen.

Mit dem im Jahre 1907 in Weingarten gegründeten homöopathischen Verein hat er sich sehr stark engagiert und nach den Kriegswirren des 2. Weltkrieges - mit Christian Schaufelberger - den homöopathischen Verein in Weingarten im Jahre 1951 wieder neu aktiviert. In über 50 Jahren seiner ehrenamtlichen Tätigkeit beim homöopathischen Verein in Weingarten hat er viele Aufgaben übernommen, sei es als Schriftführer und Kassier, oder als 2. Vorsitzender.

Nach der Pensionierung von Walter Grünwedel aus den Diensten der Deutschen Bundesbahn entfaltete er eine rege Tätigkeit beim homöopathischen Verein in Weingarten und auch in den umliegenden homöopathischen Vereinen in Bretten, Durlach-Aue, Grötzingen, Wöschbach, Grünwettersbach und Hagsfeld. Er hielt zahlreiche Vorträge auch bei anderen Gruppen wie z. B. Hausfrauenbund, Landfrauenverein sowie bei Alten- und Seniorenwerke und führte Seminare durch, um den Gedanken der homöopathischen Heilweise weiter zu verbreiten.

Im Jahr 1990 übernimmt Walter Grünwedel an der Volkshochschule in Karlsruhe als Dozent einen Weiterbildungskurs mit dem Thema: „Was ist, was will, was kann die Homöopathie“. Bei regem Interesse wurden den Teilnehmern die klassischen homöopathischen Arzneimittel für die praktische Anwendung bei bestimmten Krankheiten erläutert.

In den folgenden Jahren erschienen in der „TURMBERG RUNDSCHAU“ zahlreiche Berichte und Abhandlungen von Walter Grünwedel verfasst, über Krankheiten und deren homöopathische Behandlungsmöglichkeiten. Bis ins hohe Alter hat er immer wieder Vorträge zu den verschiedensten Themen übernommen.

Walter Grünwedel wurde in Anerkennung seiner langjährigen, außerordentlichen Verdienste für den Homöopathischen Verein Weingarten im Jahre 2000 zum Ehrenvorsitzenden ernannt.

Das Skript zu dem Vortrag „Wechseljahre der Frau - des Mannes, Betrachtungen aus homöopathischer Sicht und deren Mittel dafür“ müsste er in den 1980ziger Jahren geschrieben haben.

Text verfasst von Winfried Schöffler
Vereinsmitglied seit 1988, langjähriger Vorstandsvorsitzender