

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 54 (1997)  
**Heft:** 10: Von der Dattel bis zur Kokosnuss : Palmen als Nutz- und Heilpflanzen in aller Welt

**Artikel:** Erkälteten Kindern helfen : mit Spuren von Eisenhut und Tollkirsche  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-554901>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 29.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Erkälteten Kindern helfen: Mit Spuren von Eisenhut und Tollkirsche

Kratzen im Hals, Rotznase, Gliederschmerzen, fieberheisses Köpfchen – das sind typische Symptome einer beginnenden Erkältung oder Grippe. Und doch verhält sich jedes Kind anders.

Das eine braucht fünf Decken und zittert immer noch vor Kälte, das andere strampelt sich dauernd frei und will frische Luft, das dritte liegt apathisch in den Kissen, das vierte nervt die ganze Familie mit seiner schlechten Laune und das fünfte will lieber im Zimmer spielen als das Bett zu hüten. Die Homöopathie geht davon aus, dass in allen diesen Fällen eine andere Medizin vonnöten ist.

Der homöopathischen Medizin liegt der Gedanke zugrunde, dass Krankheit der Ausdruck einer Störung des inneren Gleichgewichts ist, und die homöopathischen Mittel werden als notwendige Hilfe zur Aktivierung der körpereigenen Abwehr gesehen. Homöopathie heilt nicht Krankheiten, sondern kranke Menschen – und zwar nach dem Prinzip, dass zwischen dem Symptom einer Krankheit und dem Arzneimittel eine Ähnlichkeit bestehen muss.

## Homöopathie und Eigentherapie – passt das überhaupt zusammen?

Der klassische Homöopath zeichnet sich durch eine umfassende Krankenbefragung und individuelle Behandlung, durch analytische Fähigkeiten, Einfühlungsvermögen



Feuchte Kleider, durchweichte Schuhe – nass bis auf die Haut. Eine starke Unterkühlung birgt immer auch das Risiko, sich eine zünftige Erkältung einzufangen.

und Erfahrung aus. Ist da die Selbstmedikation durch homöopathische Mittel nicht ein Widerspruch in sich? Bei schwerwiegenderen oder länger dauernden Krankheiten muss auf jeden Fall vor leichtfertigen Selbstexperimenten gewarnt werden. Hingegen gibt es eine Vielzahl kleinerer Beschwerden, die sich gut für eine Selbstbehandlung und eine «homöopathische Hausapotheke» eignen. Um das passende Mittel für das Kind zu wählen, muss man ein möglichst klares Beschwerdebild herausarbeiten, das auch die Gemütslage des Kindes berücksichtigt, um dann bei der Beschreibung der Arznei nach grösstmöglichen Ähnlichkeiten zu suchen.

Kinder neigen stärker als Erwachsene dazu, bei jedem kleinen Infekt mit Fieber zu reagieren. Aber: Fieber ist keine Krankheit, sondern eher der Beweis für das «Anspringen» der Immunabwehr, und soll deshalb nicht unterdrückt werden. Homöopathische Mittel senken nicht das Fieber, sondern unterstützen den Körper, helfen, die Beschwerden besser zu ertragen und begünstigen so einen raschen Heilungsverlauf ohne Komplikationen.

Die Gesundheits-Nachrichten wollen Ihnen zeigen, dass es meistens gar nicht so schwer ist, bei grippalen Infekten und Erkältungen die richtige homöopathische Arznei zu finden.

Beobachten Sie Ihr Kind, überlegen Sie sich, ob es sich schon in den Tagen zuvor anders verhalten hat als üblich, und lesen Sie die folgenden (alphabetisch geordneten) Beschreibungen durch. Suchen Sie die homöopathische Arznei aus, in deren Beschreibung Sie die grösste Ähnlichkeit mit den Beschwerden und der seelischen Verfassung Ihres Kindes feststellen können.

### **Plötzliches hohes Fieber, trockene Haut, grosser Durst, entzündeter Hals, Unruhe und Ängstlichkeit**

Bricht das Fieber überraschend und heftig aus, steigt die Temperatur stetig, ist die Haut heiss und trocken, verlangt das Kind immer wieder zu trinken, dann ist **Aconitum** (Blauer Eisenhut) das passende Mittel. Weitere Hinweise: Der Zustand des Kindes verschlechtert sich gegen Abend oder in der Nacht, es ist sehr unruhig, strampelt die

### **ACONITUM**

## **Was? Wie? Wann?**

In der homöopathischen Medizin gibt es hauptsächlich Tropfen (Wirkstoff in alkoholischer Lösung), Tabletten (Milchzucker-gemisch), Globuli (Zuckerkügelchen mit aufgebrachtem Wirkstoff), Salben und Pulver. Man kann sie ohne Rezept kaufen, in Deutschland jedoch nur in der Apotheke. Zur Selbstbehandlung eignen sich nur tiefe Potenzen, z.B. D 4 oder D 6.

Bei der Dosierung gilt die Faustregel: 5 Tropfen = 5 Globuli = 1 Tablette. Die Standarddosierung – wenn nicht anders angegeben – heisst: 3 mal täglich 5 Globuli auf der Zunge zergehen lassen.

Bei Kindern empfehlen sich Tabletten und die winzigen Globuli, die problemlos eingenommen werden und keinen Alkohol enthalten. Säuglingen stopft man die Globuli zwischen die Lippen, und meist lutschen sie die süßen Kügelchen bereitwillig.

Man kann sie auch in wenig Wasser auflösen und dem Baby die Mischung mit dem Löffel geben. Spätestens nach der dritten Gabe einer homöopathischen Arznei soll eine Besserung eintreten. Trifft das nicht zu, müssen Sie eventuell ein anderes Mittel probieren. Sobald eine deutliche Linderung eingetreten ist, setzen Sie das Mittel ab, um es bei einer eventuellen Verschlechterung erneut zu geben.

Beachten Sie bitte: Die Homöopathie kennt keine Dosierungsunterschiede zwischen Kindern und Erwachsenen!

Wichtig: Homöopathische Mittel sollen nicht mit anderen Behandlungsmethoden vermischt werden. Also keine medizinischen Inhalationen, Tees, Bäder – auch nicht mit Heilpflanzen – Hände weg auch von ätherischen Ölen, die die Wirksamkeit beeinträchtigen können.

Bettdecke weg, hat das Bedürfnis nach frischer Luft. Oft kommen Halsbeschwerden dazu, das Schlucken schmerzt, auch die Mandeln können entzündet sein. Meist folgt die Heilung rasch nach Gaben von Aconitum D6, alle halbe Stunde 5 Globuli, jedoch nicht öfter als 4 mal. Manche Kinder reagieren auf die erste Arzneimittelgabe mit einem Fieberanstieg, doch nach zwei bis drei Stunden stabilisiert sich die Temperatur und das Kind kann ruhig einschlafen.

### **Plötzliches hohes Fieber, glühendheiss und nassgeschwitzt, wenig Durst, zugeschnürter Hals, überempfindliche Sinne**

#### **BELLADONNA**

Das heftige Fieber hat sich in wenigen Stunden entwickelt. Das fiebereisse Kind hat Schweißperlen auf der Stirn, möchte sich aber trotzdem fest zudecken. Oft sind Hände und Füsse kalt. Das Kind mag kein grelles Licht, keine lauten Geräusche, keine heftigen Bewegungen. Es wehrt Berührungen ab, Untersuchungen und Fiebermessen sind ihm lästig. Obwohl es müde ist, findet es keine Ruhe, phantasiert und wirkt ängstlich. In diesen Fällen bewährt sich **Belladonna** D6 (Tollkirsche) in der gleichen Dosierung wie bei Aconitum. Belladonna hilft bei Halsschmerzen, wenn der Hals trocken-heiss und das Schlucken schmerhaft ist, ebenso wie bei Schnupfen, der sich schnell entwickelt und eine heisse, leicht gerötete Nase zur Folge hat.



### **Langsam beginnende Infektion, trockener Mund, Bewegung und Anstrengung machen alles schlimmer**

#### **BRYONIA**

Das Kind wirkt abweisend, sondert sich ab, will seine Ruhe. Bis die Erkältung zum Ausbruch kommt, dauert es einen oder zwei Tage. Hat es dann erhöhte Temperatur, fallen die trockenen, aufgesprungenen Lippen und der unstillbare Durst nach kalten Getränken auf. Oft beginnt die Erkältung mit Frösteln, trockenem, schmerzhaften Husten und Stechen in der Brust. Der Schnupfen verläuft ohne besondere Merkmale. Es kann sein, dass zusätzlich eine Verstopfung auftritt. Geben Sie in diesem Fall dem Kind **Bryonia** (Weisse Zaunrübe), und stecken Sie es ins Bett, wo es sich ohnehin am wohlsten fühlt.

### **Ansteckung erwischt, leichtes bis mässiges Fieber, undramatischer Verlauf**

Kinder, die wenig Widerstandskraft haben und sich in Kindergarten oder Schule schnell anstecken, sprechen gut auf **Ferrum phosphoricum** (Eisenphosphat) an. Es ist ein gutes Kindermittel mit einem breiten Anwendungsgebiet und wird erfolgreich eingesetzt, wenn die Ansteckung durch Viren oder Bakterien entstanden ist oder sich kein rechter Grund für das Fieber finden lässt. Bevor das Fieber einsetzt, hustet das Kind etwas, die Gesichtsfarbe ist abwechselnd blass oder rötlich. Oft fühlt sich das Kind trotz Fieber, trockenem Husten und vielleicht auch heiserer Stimme relativ wohl, ist nur schwer im Bett zu halten und will lieber lesen oder im Zimmer spielen.

**FERRUM  
PHOSPHORICUM**

### **Unterkühlung, ausgeprägtes Schwächegefühl, langsame Entwicklung der Beschwerden**

Hat sich das Kind bei einem Wetterwechsel unterkühlt, fühlt es sich schwach und zittrig, hat Kopfweh und Schmerzen unter der Haut, sonst aber kaum Erkältungssymptome, ist das Mittel **Gelsemium** (Wilder Jasmin) angezeigt. Typisch sind Frösteln, grosse Lustlosigkeit, Müdigkeit und Schwäche in den Beinen. Meist bleibt das Fieber schwach bis mässig. Der Infekt entwickelt sich allmählich, dauert etwa eine Woche, und auch nach überstandener Krankheit erholt sich der kleine Patient nur langsam.

**GELSEMIUM**

### **Häufiges Niesen, Frösteln, Reizbarkeit,**

Zuerst fallen das ständige Frösteln und das häufige Niesen auf. Das Kind ist unlustig, gereizt und launisch, selbst unter einem Berg von Decken wird ihm nicht warm. In solchen Fällen hilft **Nux vomica** (Brechnuss). Rechtzeitig angewandt, kann dieses Mittel einen grösseren Infekt oft verhindern, selbst wenn sich nach einiger Zeit Fieber zu den genannten Symptomen gesellt.

**NUX VOMICA**

### **Muskelschmerzen, starkes Schwitzen, Bewegung bessert – Ruhe verschlimmert**

Meist werden die Beschwerden durch Nässe und Kälte sowie Zugluft ausgelöst: sei es, dass das Kind im Regen draussen war, in kaltem Wasser gebadet hat, sei es, dass es nach Spiel und Sport durch Kälte oder Wind zu rasch ausgekühlt ist. Der Infekt kommt schnell, ist aber auch schnell wieder überstanden. Starkes Schwitzen, Fieberbläschen, trockener Husten, geschwollene Lymphknoten am Hals und eine weisslich belegte Zunge (manchmal mit einem roten Dreieck auf der Zungenspitze) können weitere Symptome sein. Das Kind wälzt sich ruhelos im Bett, wechselt immer wieder seine Lage, reckt und streckt sich. Grund: seine Schmerzen im ganzen Körper (Muskeln und Gelenke) lassen nach, sobald es sich bewegt. Diese Erscheinungen sind typisch für **Rhus toxicodendron** (Giftsumach). Leichte Bewegung und Wärme, besonders ein heisses Bad, bringen zusätzlich Besserung.

**RHUS TOXICODENDRON**

• IZR