

# Checkliste für Ihre Homöopathische Reiseapotheke

Beschwerdebild

Ursachen/Symptome – empfehlenswerte Arzneimittel

**Bindehautentzündung**

bei trockenen Augen: **Chelidonium** Augentropfen  
bei geröteter Bindehaut: **Euphrasia** Augentropfen  
oder **Echinacea/Quarz**  
innerlich: durch Zugluft, Kälte, Sonne, sehr lichtempfindlich, Bindehaut hellrot und geschwollen, zuerst trocken, später tränend, weite Pupille: **Belladonna** D30;  
durch trockenen, kalten Wind: brennende, trockene Lider, Bindehaut heiß, gerötet, trocken, Schmerzen: **Aconitum** D3

**Durchfall:**

allgemein: Birkenkohle Kps. Weleda  
-durch leichte Lebensmittelvergiftung, v. a. Fleisch, Fisch, Früchte, Kaltes, Saures: Krankheitsgefühl, Unruhe, Brechdurchfall: **Arsenicum album** D12  
- Im Sommer oder nach Ärger: gelblich, übelriechend, starker Durst auf Kaltes: **Bryonia** D10

**Erkältung:**

Allgemein zur Stärkung der körpereigenen Abwehr: **Echinacea** D4  
Tropfen: Infludo, Ferrum phos. comp Globuli für Kinder; oder Denisia 4

**Fieberhafter Infekt:**

Plötzliches, hohes Fieber, trockene Haut, Unruhe, Durst: **Aconitum** D30  
Heiße, feuchte Haut, rotes Gesicht, hohes Fieber: **Belladonna** D30  
Bei sich langsam entwickelnder Grippe: Durst, Fröstel am Abend, nachts Fieber, Kopfschmerzen, Schnupfen Husten: **Bryonia** D6  
dito, aber Frostschauer, leichtes Fieber, Kopf- und Halsschmerzen, Schnupfen: **Gelsemium** D12

**Heuschnupfen:**

Allgemein bei verschiedenen Symptomen: vorbeugen mit **Galphimia glauca** D4, akut: **Cardiospermum** D3

**Insektenstiche:**

akut: **Apis** D6  
Schwellungen: **Ledum** D6

**Kopfschmerzen:**

Denisia 6

**Magenverstimmung:**

Nach zu schwerem Essen, zuviel Alkohol, Nikotin: saures, bitteres Aufstoßen, Übelkeit, Erbrechen: **Nux vomica** D6 oder Denisia 7  
oder Nux vomica comp. ev. ins Trinkwasser

<b>Ohrenschmerzen:</b>	Aconitum comp. Ohrentropfen innerlich: Otovonen Symptome wie bei Fieber behandeln
<b>Reiseübelkeit:</b>	vorbeugend: <b>Cocculus</b> D4, bereits 2 Tage vor der Reise beginnen; oder Nausyn oder Denisia 3
<b>Schnupfen:</b>	wäßriger scharfer Fließschnupfen: <b>Allium Cepa</b> D4 heftiger Niesreiz, schleimiger, juckender Schnupfen: <b>Euphorbium</b> D4 Fließschnupfen tags im Freien, nachts Nase verstopft: <b>Nux vomica</b> D4 Als Nasenspray: Euphorbium comp.
<b>Sonnenallergie:</b>	feuchtes stark juckendes Ekzem: <b>Natr. chlorat.</b> D12
<b>Sonnenbrand:</b>	Haut brennt, ist rot und heiß, ev. Schmerzen: <b>Belladonna</b> D30 Bläschenbildung, starkes Brennen: <b>Cantharis</b> D6 äußerlich: Combudoron Gelee ev. Tropfen
<b>Sonnenstich:</b>	<b>Apis</b> D6 oder <b>Belladonna</b> D6
<b>Sportverletzungen:</b>	<b>Arnica</b> D6 äußerlich: Arnika Salbe Weleda oder Arnika Wundtuch Wala, Traumeel Salbe
<b>Thromboseprophylaxe:</b>	<b>Aesculus</b> D4
<b>Verstopfung:</b>	Kein Bedürfnis, Stuhl zu lassen, obwohl man ihn spürt Verstopfung ohne Drang: <b>Graphites</b> D6 Krampfartige Verstopfung mit Drang, aber vergeblich: <b>Nux vomica</b> D12 (abends einzunehmen)
<b>Zahnschmerzen:</b>	<b>Plantago major</b> D6

**zusätzlich:alle Standardmedikamente, die Sie persönlich brauchen!**

**Wir wünschen Ihnen einen schönen, erholsamen Urlaub**  
**Ihr Merian-Team**

**Beim Kauf von Artikeln für Ihre Reiseapotheke erhalten Sie ab 30 € Einkauf kostenlos einen praktischen und hübschen Reisewecker (incl. Batterien)**

