



# Hormonelle Dysbalancen

## heilen mit Homöopathie

Hitzewallungen, Herzrasen, depressive Verstimmungen, Konzentrationsprobleme, Hirnnebel – alles Symptome einer hormonellen Dysbalance. Mit Homöopathie kann das Gleichgewicht wieder hergestellt werden. Unsere Autorin, die Heilpraktikerin und erfahrene Homöopathin Monika Liegl, schildert uns Fälle aus ihrer Praxis.

Von Monika Liegl (Hp.), Eppertshausen

Unter einer hormonellen Dysbalance versteht man, dass das feine Wechselspiel der Hormone, deren Freigabe vom Hypothalamus gesteuert und deren Produktion und Ausschüttung durch die Hypophyse (Hirnanhangdrüse) erfolgt, gestört ist. Besonders sensible Zeiten sind Pubertät, Schwangerschaft und Klimakterium. Deshalb sind Frauen häufiger betroffen als Männer.

### Lachesis – ein Gift der Buschmeisterschlange

Eines unserer wichtigsten homöopathischen Mittel in den Wechseljahren ist Lachesis, gewonnen aus dem Gift der Buschmeisterschlange. In homöopathischer Verdünnung ist es völlig unschädlich, durch die Potenzierung jedoch sehr wirkungsvoll. Lachesis-Frauen brauchen die Periode, wie kaum ein anderer Konstitutionstyp. Ihnen geht es vor der Menstruation fast immer schlecht, mit Eintreten der Blutung stellt

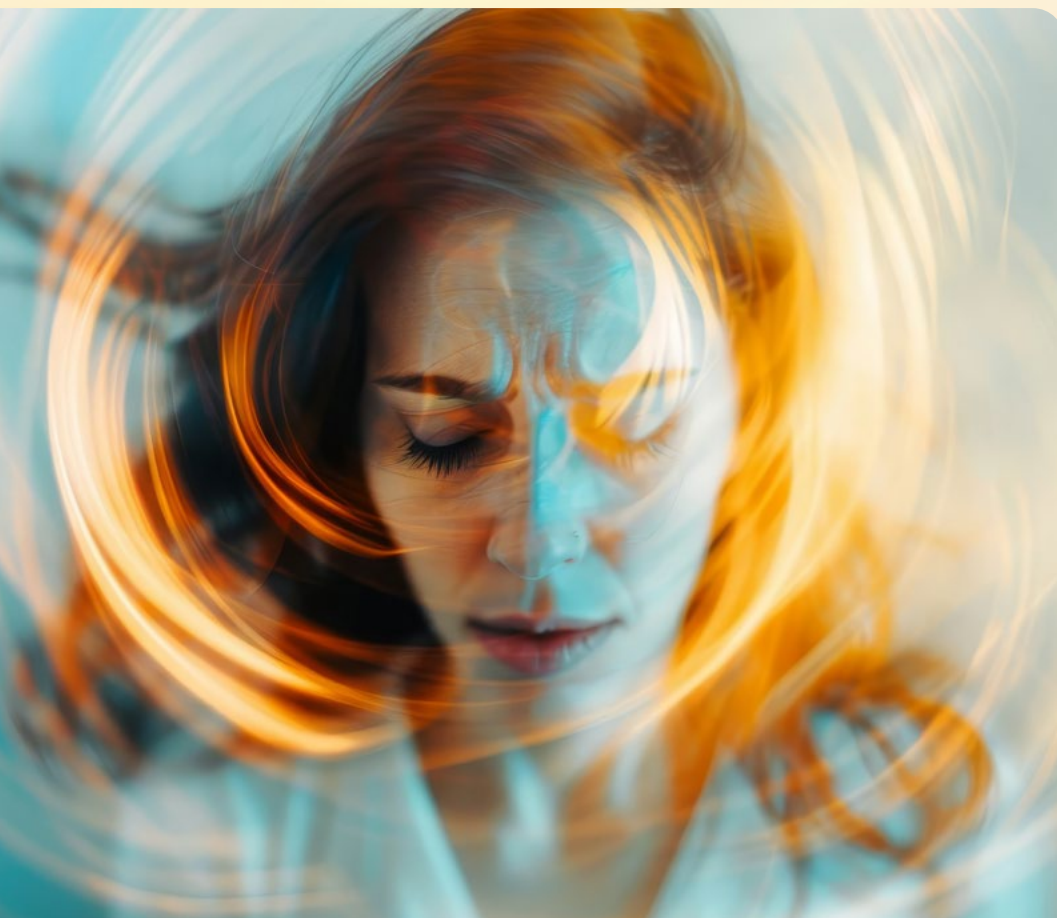
sich Erleichterung ein. Da aber die monatlichen Blutungen in Zeiten des Wechsels unregelmäßig auftreten, leiden die Lachesis-Frauen besonders.

#### Typische Lachesis-Symptome:

- Herzschmerzen beim Liegen auf der linken Seite
- generell starke Linksseitigkeit von Beschwerden
- etwa: linksseitige Eierstocktumore
- linksseitige Halsentzündungen (die nach rechts wandern und sich durch warme Getränke verschlechtern)
- Unverträglichkeit von Enge und Druck an Hals oder Taille
- Kloßgefühl im Hals (keine Besserung durch Schlucken)
- Hineinschlafen in eine Verschlimmerung der Symptome
- plötzliches Erwachen durch einen kurzen Anfall von Atemnot
- Hitzewallungen (oft ohne Schweiß)

- anfallsartiges Herzklopfen, Herzrhythmusstörungen
- Reizbarkeit, Eifersuchtsneigung, ausgeprägte Gesprächigkeit
- septische Zustände: wegen schlechter Säftemischung des Blutes durch Kleinigkeiten auslösbar (z. B. Rosendornpiekser, nach Ohrlochstechen oder Piercings)
- starke Libido (Sex als Spannungsabbau)





© Lucija/Adobe Stock

- Freiheitsliebe, künstlerische Begabung, Leidenschaft bis hin zur Ekstase

### Fallbeispiel „Lachesis“

Gabriele, 55 Jahre

Gabriele ist eine temperamentvolle Frau, die immer eine Bühne braucht. Sehr gesprächig, kommt sie „vom Ästchen zum Stöckchen“ und als Behandlerin hatte ich stets die Aufgabe, sie wieder zum Thema zurückzubringen. Ich spürte immer, wie sehr sie innerlich unter Druck stand. Diesmal kam sie wegen klimakterischer Beschwerden.

Seit einem halben Jahr hatte sie keine Periode mehr. Seitdem litt sie unter starken Hitzewallungen, zum Glück nur tagsüber. Das Ungewöhnliche war, dass trotz starker Hitze kein Schweiß kam. Stattdessen stellte sich Herzklopfen ein, das so heftig war, dass sie ihre Arbeit unterbrechen musste. Ihr war dann, als bliebe ihr das Herz gleich stehen. Sie hatte das Gefühl, all ihre Ventile

seien dicht und sie platze fast unter dem Druck. Peinlich war ihr, dass sich auch ihr Gesicht rötete, ihre Wangen glühten.

Lachesis verschaffte ihr zunächst starke Erleichterung, indem sich Schweiß einstellte. In der Folgezeit nahm sie es immer dann, wenn das Herzjagen wieder kam. Eine Abklärung auf eine mögliche Schilddrüsenüberfunktion blieb zum Glück ohne Befund. Treten keine sonstigen belastenden Symptome auf, sollte Schwitzen bei Lachesis-Frauen kein Grund sein, homöopathisch zu intervenieren. Wichtig zu wissen: Gebärmutterentfernungen oder Hormongaben wegen starker Blutungen kurz vor der Menopause können bei Lachesis-Patientinnen zu einer Symptom-Wanderung auf eine tiefere Ebene führen.

#### Und der Lachesis-Mann?

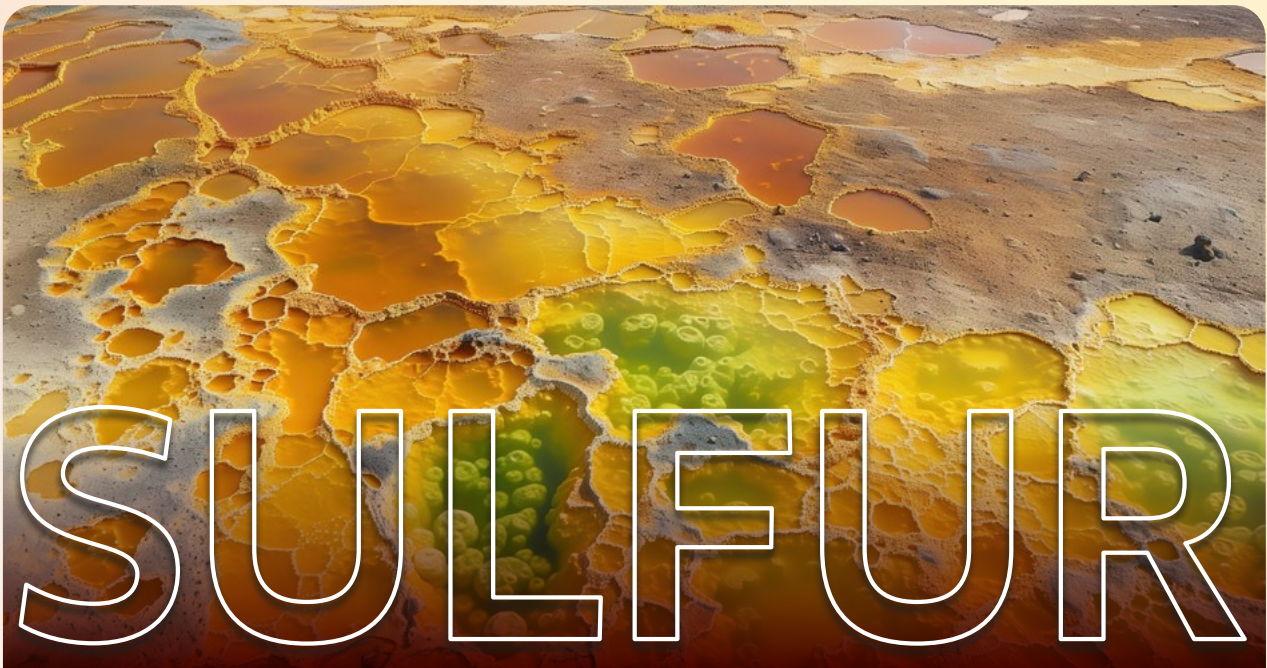
Nun stellt sich die Frage, wie der Lachesis-Mann seine Spannungen abbaut. Ihm hilft – wie auch der Lachesis-Frau – eine stark ausgelebte

Sexualität und häufige ungeteilte Aufmerksamkeit beim Reden. Da Lachesis-Menschen als Freigeister häufig im künstlerischen Bereich angesiedelt sind, hilft ihnen auch eine entsprechende Tätigkeit, sei es als Bildhauer, Musiker oder Dramaturg. Wie die Lachesis-Frau ist der Lachesis-Mann sehr leidenschaftlich und lebenshungrig und beim Aufeinandertreffen von zwei Lachesis-Menschen hätten wir eine sich wohl gegenseitig inspirierende, aber doch hochexplosive Mischung. Aber so wie sich der milde, zurückhaltende Mensch eher zu einem temperamentvollen Gegenüber hingezogen fühlt, um sich an dessen Feuer zu wärmen, so ist es auch umgekehrt selten, dass zwei hitzige Gemüter die gegenseitige Nähe suchen. Die menschliche Seele strebt meist nach Ausgleich ihrer unterrepräsentierten Seiten.

Ein weiteres großes Mittel in den Wechseljahren ist Sulfur, Schwefel.

#### Der „Sulfur-Typ“ fällt durch folgende Symptome auf:

- Schlaflosigkeit meist links
- Alpträume in Rückenlage
- meist warmblütige, durstige Menschen mit Verlangen nach kalten Getränken
- Hitze auf dem Scheitel
- Neigung, die Beine wegen der Bettwärme rasch abzudecken
- Katzenschlaf
- liebenswerte Chaoten (die zum Sammeln von Dingen neigen)
- auffällig: eine Historie mit Hautausschlägen (oft unterdrückt)
- Hautausschläge mit Juckreiz und Brennen, wollüstiges Kratzen (das nicht bessert)
- Dusch- und Badeabneigung (weil Juckreiz verschlechternd)
- Verlangen nach Süßigkeiten, gewürzten und fetten Speisen, die die Hautausschläge befeuern
- Tagestief gegen 11 Uhr vormittags, mit einem Anfall von Heißhunger
- schlaflos durch Hunger
- Schläfrigkeit nachmittags und abends, aber schlaflos beim Zubettgehen
- stundenlanges Diskutieren über verschiedenste Theorien



### Fallbeispiel „Sulfur“

Iris, 51 Jahre

Als Iris zu mir kam, lag die letzte Menstruation vier Monate zurück. Sie sagte, sie kenne sich selbst nicht mehr. Sie litt unter Hitzewallungen mit Schweiß und heftigen Schlafstörungen. Obwohl sie mit kalten

Leben gegangen, mit viel Energie für Aktivitäten und abendliche Treffen mit Freunden auf ein Glas Rotwein. Durch den Schlafmangel fehle ihr nun die Kraft. Um 14 Uhr habe sie ihr erstes Tief. Da sei sie noch auf der Arbeit im Supermarkt. Sobald die Sonne untergehe, brauche sie eine Runde

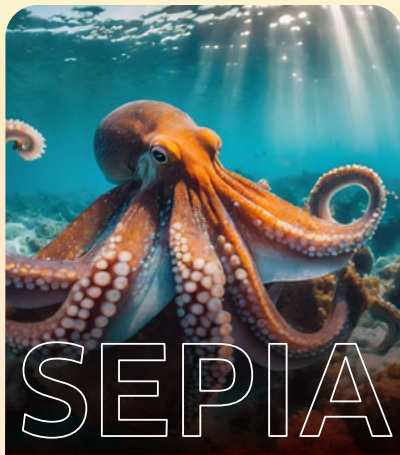
Schlaf. Sie habe an Gewicht zugenommen, was sie auf die abendlichen Süßigkeiten schob, die sie brauchte, um sich wach zu halten. Ich empfahl ihr, mittags nur leichte Speisen zu essen, zum Beispiel einen Salatteller und kurz vor Sonnenuntergang noch einen Spaziergang zu machen, um den

## „Sulfur-Typen“: warmblütige Menschen mit Verlangen nach kalten Getränken und Hang zu Hautausschlägen.

Füßen zu Bett ging, im Winter mit Socken, musste sie diese abstreifen, sobald sie im Bett warm geworden waren, da ihre Füße brannten. Kaum war die schwierige Einschlafphase überwunden, erwachte sie schon durch leiseste Geräusche, die sie vorher nie wahrgenommen hatte. Dann kamen Schweißausbrüche, die nun auch zu Juckreiz am ganzen Körper führten. Sie fürchtete, die alte Neurodermitis, unter der sie bis zu ihrer Pubertät gelitten hatte, könnte wieder auftreten. Bislang sei sie immer mit Freude durchs



Schlaf an dieser Stelle zu übergehen. Dazu gab ich ihr Sulfur, was tatsächlich den alten Hautausschlag für kurze Zeit wieder zum Vorschein brachte. Die Schweißausbrüche blieben in schwacher Form zwar bestehen, führten aber nicht mehr zu Juckreiz und Kraftlosigkeit. Auch die Periode zeigte sich noch einmal in schwacher Form, um dann auszubleiben. Sie hatte ein neues Projekt: Einen Gesprächskreis für Frauen im Klimakterium. Die Kraft war wieder da. Auch *Sepia officinalis*, gewonnen aus dem Tintenbeutel des Tinten-



© meilny/Adobe Stock

fisches, hilft bei hormonellen Dysbalancen.

**Der Sepia-Typ zeichnet sich durch folgende Symptome aus:**

- Abneigung gegen Trost und körperlichen Kontakt
- häusliche Pflichten werden vernachlässigt
- kann sich aus einer inneren Trägheit heraus nur schwer aufraffen, etwas in Angriff zu nehmen
- starke Besserung, sobald er/sie sich bewegen, tanzen oder körperlich verausgaben kann
- instabiler Kreislauf mit Errötungsneigung, Ohnmachtsanfälle (besonders in der Pubertät)
- kalte Füße bei heißem Kopf oder umgekehrt
- Schlaflosigkeit durch Ruhelosigkeit, v. a. in den Beinen
- Hitzewallungen im Sitzen und bei körperlichen Anstrengungen
- Launenhaftigkeit, Reizbarkeit
- Apathie, Arbeiten zu verrichten, bei denen das eigene Wesen verleugnet werden muss
- Pigmentflecken im Gesicht

**Fallbeispiel „Sepia“**

Oliver, 53 Jahre

Wie ich es bei Männern oft erlebe, kam Oliver auf Wunsch seiner Frau. Sie machte sich Sorgen, weil er sich in den letzten Monaten stark verändert hatte. Er zog sich öfter zurück und war in jeder Hinsicht lustlos und gereizt. Oliver war schmal und drahtig und wirkte auf mich recht schwermütig. Er klagte über starken Haar-

ausfall und berichtete, das Einzige, was ihn momentan noch antreibe, sei Sport. Er war leidenschaftlicher Radfahrer, ging auch gerne ins Fitnesscenter. Letzteres mied er jetzt aber, weil ihm zum einen der Antrieb fehlte und er zum anderen inzwischen bei sportlicher Anstrengung so sehr zu Schweißausbrüchen neigte, dass er sich wie mit Wasser übergossen fühlte. Die Arbeit in einem Telekommunikationsunternehmen mache ihm kaum noch Spaß. Es falle ihm oft schwer, die Konzentration zu halten. Manchmal habe er ein regelrechtes Leeregefühl im Kopf. Dann träume er sich weg auf sein Fahrrad, auf dem er am liebsten allein unterwegs sei.

Die Beziehung zu seiner Frau mache ihm ebenfalls Kopfzerbrechen. Jetzt, wo die Tochter aus dem Haus war, fehle es dem Paar an Gemeinsamkeiten. Auch habe seine Frau Erwartungen im Bett, die er immer weni-

ger erfüllen könne und wolle. Wenn es tagsüber knirsche, gehe er lieber auf Rückzug.

Da er sich zu Spiritualität hingezogen fühle, lese er abends Bücher dazu oder fahre eine große Runde mit dem Fahrrad. Das tue ihm gut.

Auf sein Verhältnis zum Tanzen angesprochen, kam etwas Leben in ihn. Lateinamerikanische Tänze mochte er früher sehr.

Ich riet ihm, gemeinsam mit seiner Frau einmal über einen Tanzkurs nachzudenken. Außerdem gab ich ihm Sepia. Bei seinem nächsten Besuch, sechs Wochen später, sah ich gleich, dass es ihm besser ging. Er ging wieder regelmäßig zum Fitnesstraining, denn die Schweißausbrüche waren weniger geworden. Auch hatte er wieder Kraft für seine Arbeit und wollte mit seiner Frau einen Neuanfang wagen. Der Tanzkurs sollte tatsächlich schon bald in Angriff genommen werden.



**Der „Sepia-Typ“ will nicht getröstet werden und scheut körperlichen Kontakt.**

© Sasint/Adobe Stock

## Noch ein Wort zur Schilddrüse und Hashimoto

Da die Hormone der Geschlechtsdrüsen eng mit denen der Schilddrüse interagieren, kann es in Zeiten hormoneller Umstellung auch eher zu einer Autoimmunkrankheit der Schilddrüse, dem Hashimoto, kommen. Dabei greifen T-Lymphozyten das Schilddrüsengewebe an. Die Jodierung der Nahrung spielt dabei eine sehr unrühmliche Rolle, da sie den Autoimmunprozess anheizt. Auch schwere Infektionskrankheiten und seelische Schocks können einen Hashimoto auslösen, von dem Frauen zwei- bis dreimal häufiger als Männer betroffen sind.

Die meisten ahnen nicht, dass sie die Krankheit haben, weil die Symptome recht unspezifisch sind. Da oft Frauen im Alter zwischen 30 und 50 Jahren betroffen sind, werden sie oft mit klimakterischen Symptomen in Verbindung gebracht. So wird die Krankheit oft erst erkannt, wenn es bereits zu einer Unterfunktion durch den Untergang von Schilddrüsengewebe gekommen ist. Die fehlenden Hormone müssen dann ersetzt werden. Bei rechtzeitigem Erkennen kann man das verhindern, indem man Seefische und künstlich jodierte Lebensmittel meidet, Selen und bei Bedarf auch Zink, Magnesium und andere orthomolekulare Stoffe substituiert und eine homöopathische Konstitutionsbehandlung beginnt. Um den Zeitpunkt, bis zu dem die Krankheit noch behandlungsfähig ist, nicht zu verpassen, sollte man auf folgende Symptome achten:

- stete Gewichtszunahme mit erschwertem Abnehmen
- Trägheit und Müdigkeit
- Brainfog („Gehirnnebel“ mit Konzentrationsschwierigkeiten, Vergesslichkeit und mentaler Erschöpfung)
- erfolglose Versuche, schwanger zu werden
- Neigung zu Fehlgeburten
- Chronische Nackenschmerzen mit starker Verhärtung der hinteren Halsmuskulatur
- Zunehmender Haarausfall

### Die Autorin



**Monika Liegl** wurde 1955 in Frankfurt am Main geboren und lebt im Rhein-Main-Gebiet. Sie ist Mutter von drei erwachsenen Kindern und seit 33 Jahren Heilpraktikerin in eigener Praxis. Sie ist Mitglied im Verein Homöopathen ohne Grenzen e.V., Abteilung Flüchtlinge. Über ihr aktuelles Buch sagt sie: „Gegen Ende meiner Praxistätigkeit bleibt mir nun mehr Zeit zu recherchieren, um zu verstehen, welche Schwierigkeiten die Homöopathie in den über 200

Jahren ihres Bestehens zu bewältigen hatte, wer ihre Gegner sind und was es mit dem Placeboeffekt laut neuester Forschung wirklich auf sich hat. Ich habe dieses Buch geschrieben, weil ich nichts Vergleichbares in solch kompakter Form gefunden habe.“ Und ganz aktuell: „Mit diesem Buch möchte ich vor allem eine gut fundierte Argumentationshilfe gegen die oberflächlichen Argumente der Skeptikerbewegung und den erneuten Versuch unseres Gesundheitsministers, die Homöopathie aus dem Leistungskatalog zu streichen, geben.“

Mehr unter: [www.monika-liegl.de](http://www.monika-liegl.de)

### Buchtipps



**Monika Liegl: „Auf den Spuren der Homöopathie - Ein Resümee nach 30 Jahren Praxis“**

#### Buchbeschreibung:

In Zeiten mit starkem Gegenwind eine Lanze für die klassische Homöopathie zu brechen, ist der Autorin eine Herzensangelegenheit. Es ist ein Buch entstanden, wie sie es sich selbst als interessierte Patientin und bereits während ihrer homöopathischen Ausbildung gewünscht hätte. 2024, 18,- €,

ISBN: 9 783758 3261 72

e-Book: 9 783758 333 620 für 8,99 €

**Monika Liegl: „Wenn ich groß bin ... halte ich mir auch einen Flüchtling: 4 Jahre mit unserem afghanischen Patensohn“**

BoD - Books on Demand; 2024, 12,- €

ISBN: 978-3756887675



## Hashimoto wird oft erst durch einen Schilddrüsen-Antikörpertest erkannt.

Bei all diesen Symptomen sollte frau und man hellhörig werden. Eine Untersuchung der Schilddrüsenwerte fT3, fT4 und TSH gehören zum normalen Repertoire des Hausarztes. Sind diese unauffällig, kann man auf eigene Kosten die Schilddrüsen-Antikörper testen lassen. Denn oft wird die Krankheit erst dadurch erkannt. Sind die erstgenannten Werte jedoch auffällig, so bekommt man ohnehin eine Überweisung zum Endokrinologen, der auch die Antikörper

misst und einen Ultraschall der Schilddrüse vornimmt. ■

### Hinweis

Es wird dringend empfohlen, die hier beschriebenen Mittel nicht nach eigenem Gutdünken auszuprobieren, sondern unbedingt einen darin erfahrenen Therapeuten aufzusuchen, um die Hormonlage nicht noch mehr durcheinanderzubringen.