

Vorbereitung zur Erstanamnese

Gesundheit ist eine der wichtigsten Qualitäten, die unser Leben auszeichnen.

Mein Ziel ist es, Sie durch meine homöopathische Behandlung von Ihrer Erkrankung zu heilen und Ihre Beschwerden zu lindern.

Der **Erfolg der homöopathischen Therapie** hängt insbesondere von **Ihrer sorgfältigen Vorbereitung** ab. Deshalb ist es wichtig, dass Sie folgende Dinge vor Ihrem Termin zu Hause gründlich „recherchieren“. Nehmen Sie sich daher hierfür bitte ausreichend Zeit.

1. Erstellen Sie einen „Familienstammbaum“.

Hierzu eignet sich ein mindestens DIN A4 großes, querformatiges Blatt, auf dem Sie alle Blutsverwandten Ihrer Familie und deren chronische Erkrankungen und Auffälligkeiten sowie ggf. Todesursachen aufführen. Beginnen Sie bei sich selbst und führen Sie bitte auch die jeweiligen Seitenlinien im Stammbaum (Geschwister, Onkel/Tanten etc.) auf.

Chronische Krankheiten und für die homöopathische Behandlung bedeutsame Auffälligkeiten sind z. B.:

- Krebs
- Diabetes
- Alkoholismus
- psychiatrische Erkrankungen (Suizid, Depression, ADHS etc.)
- Multiple Sklerose, Parkinson
- Hodenhochstand, Phimose, Verklebungen
- Fehlgeburten, Zwillingsgeburten, Aborte
- Behinderungen, Missbildungen
- Tuberkulose
- Schilddrüsenerkrankungen
- Allergien, Neurodermitis, Psoriasis, Gürtelrose, andere Hauterkrankungen
- Gicht, Rheuma
- Gallen-, Nieren-, Blasensteine
- Herzerkrankungen, Herzinfarkt, Bluthochdruck, Schlaganfall
- Colitis ulcerosa, Morbus Crohn
- Fistelbildungen, Warzen
- Malaria bzw. Malariaphylaxen

- Bluttransfusionen
- Geschlechtskrankheiten (Bitte befragen Sie hierzu Ihre Verwandten, da diese Erkrankungen oft vergessen oder verschwiegen werden.)

Die o. g. Erkrankungen sind nur Beispiele und sollen Ihnen einen „Überblick“ darüber geben, was wichtig ist. Sollten in Ihrer Familie andere, nicht hier aufgeführte Auffälligkeiten vorliegen, führen Sie diese bitte ebenfalls auf.

2. Chronologische Auflistung der eigenen Krankheitsgeschichte

Am besten eignet sich hierzu ein „Zeitstrahl“. Geben sie **keine Jahreszahlen**, sondern immer **Ihr Alter** zu dem jeweiligen Zeitpunkt der Erkrankung an.

- Der Verlauf Ihrer „eigenen“ Schwangerschaft und Geburt ist auch von Bedeutung (Gab es vor Ihrer Geburt oder kurz danach besondere Ereignisse, wie z. B. Erbrechen der Mutter während der Schwangerschaft, Gelbsucht direkt nach Geburt, Drogen/Alkoholmissbrauch der Eltern etc.?).
- Kinderkrankheiten, die sie selbst hatten (insbesondere auch doppelt oder spät aufgetretene Kinderkrankheiten)
- Operationen, Verletzungen/Unfälle
- eingenommene homöopathische Medikamente (von Bedeutung sind alle Potenzen über D bzw. C 30)
- schulmedizinische Medikamente (Cortison, häufige (mehr als 1x pro Jahr) Antibiotika-Therapie, Psychopharmaka), die über einen längeren Zeitraum eingenommen wurden
- Impfungen (Wann waren diese? Haben Sie diese vertragen? Trat Fieber auf?)

3. Beschreiben Sie bitte Ihre aktuellen Beschwerden (akut oder chronisch).

- Seit wann bestehen die Beschwerden?
 - Gab es einen besonderen Anlass/Auslöser?
 - Wie charakterisieren sich Ihre Beschwerden?
 - Wann und unter welchen Umständen bessern oder verschlechtern sie sich?
- Nehmen Sie sich Zeit und überlegen Sie am besten in einem „Kopf-bis-Fuß“-Schema, was Ihnen an sich auffällt (z. B. Schlaf, Sehen, Hören, Verdauung, Haut, bei Frauen: Menstruation usw.).

Sollten während der Vorbereitung Fragen auftauchen, wenden Sie sich bitte an mich.