

# 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: Otovowen Symptome wie bei Fieber behandeln
<b>Reiseübelkeit:</b>	vorbeugend: <b>CocculusD4</b> , bereits 2 Tage vor der Reise beginnen; oder Nausyn oder Denisia 3
<b>Schnupfen:</b>	wäßriger scharfer Fließschnupfen: <b>Allium CepaD4</b> heftiger Niesreiz, schleimiger, juckender Schnupfen: <b>EuphorbiumD4</b> Fließschnupfen tags im Freien, nachts Nase verstopft: <b>Nux vomicaD4</b> Als Nasenspray: Euphorbium comp.
<b>Sonnenallergie:</b>	feuchtes stark juckendes Ekzem: <b>Natr. chlorat.D12</b>
<b>Sonnenbrand:</b>	Haut brennt, ist rot und heiß, ev. Schmerzen: <b>BelladonnaD30</b> Bläschenbildung, starkes Brennen: <b>CantharisD6</b> äußerlich: Combudoron Gelee ev. Tropfen
<b>Sonnenstich:</b>	<b>ApisD6</b> oder <b>BelladonnaD6</b>
<b>Sportverletzungen:</b>	<b>ArnicaD6</b> äußerlich: Arnika Salbe Weleda oder Arnika Wundtuch Wala, Traumeel Salbe
<b>Thromboseprophylaxe:</b>	<b>AesculusD4</b>
<b>Verstopfung:</b>	Kein Bedürfnis, Stuhl zu lassen, obwohl man ihn spürt Verstopfung ohne Drang: <b>GraphitesD6</b> Krampfartige Verstopfung mit Drang, aber vergeblich: <b>Nux vomicaD12</b> (abends einzunehmen)
<b>Zahnschmerzen:</b>	<b>Plantago majorD6</b>

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)**

