

Homöopathie: für ein besseres Bauchgefühl

Die Festtage mit ihren üppigen und süßen Versuchungen sind vorbei. Was bleibt, ist unter Umständen das eine oder andere Kilo mehr auf den Hüften und nicht selten ein ungutes Bauchgefühl. Der Magen zwickt, die Verdauung lässt zu wünschen übrig, und auch Leber und Galle sind überfordert. Jetzt ist Hilfe zur Selbsthilfe gefragt! Und zwar ganz sanft und natürlich: Mit Homöopathie holen Sie sich Ihr Wohlbefinden wieder zurück.

Süße Leckereien, deftige Braten, dazu ein gutes Glas Wein. All das in gemütlicher Atmosphäre im Kreise der Liebsten. Da kann es schon vorkommen, dass man am Festtisch das eine oder andere Mal zu viel zu greift. Die Folge: Ein unangenehmes Völlegefühl, Blähungen, Magen- und Bauchschmerzen oder Übelkeit – das Wohlbefinden leidet. Um die Verdauungsvorgänge sanft zu unterstützen, dürfen die Selbstheilungskräfte des Körpers ordentlich angekurbelt werden. Mit homöopathischen Substanzen gelingt das besonders gut.



Carduus marianus (Mariendistel) wird angewendet, wenn im Zusammenhang mit Leber und Galle Übelkeit, Brechreiz, kolikartige Schmerzen und Durchfall auftreten.

Wenn der Magen leidet

Bei vielen Menschen schlägt sich die Ernährung direkt auf den Magen. Sodbrennen, Aufstoßen oder gar eine Gastritis, eine Entzündung der Magenschleimhaut, beeinträchtigen den Genuss beim Essen massiv. Je nach Art der Beschwerden können unterschiedliche homöopathische Mittel helfen: Belladonna (Tollkirsche) kommt bei Magenschmerzen mit Druckempfindlichkeit sowie ausstrahlenden Schmerzen in den Rücken zum Einsatz. Bryonia (Rotbeerige Zaunrübe) beruhigt die Schleimhäute und Pulsatilla (Wiesenküchenschelle) wirkt bei Völlegefühl und Druck im Magen vor allem nach fettem Essen. Wenn auch die Psyche den Magen beeinflusst, ist Argentum nitricum (Silbernitrat) empfehlenswert. Es wirkt bei psychosomatischen

Beschwerden des Verdauungsapparates, wenn Völlegefühl und Blähungen durch Unruhe und Nervosität ausgelöst werden.

Helper für Leber und Galle

Leber und Galle sind wesentliche Organe für den Stoffwechsel. Die Leber arbeitet wie eine chemische Fabrik und sorgt für den Abbau giftiger Stoffe, sie übernimmt eine zentrale Rolle im Blutkreislauf. Außerdem produziert sie Gallensäfte, die für die Verdauung wichtig sind. Die Gallenblase steht in direktem Wechselspiel mit der Leber. Sie ist wesentlich an der Fettverdauung beteiligt. Kein Wunder also, dass ein Unwohlsein

oder Schmerzen auftreten können, wenn Leber und Galle durch zu üppiges Essen beeinträchtigt sind. *Carduus Marianus* (Mariendistel) entfaltet dagegen seine sanfte Wirkung.

Es wird angewendet, wenn im Zusammenhang mit Leber und Galle Übelkeit, Brechreiz, kolikartige Schmerzen und Durchfall auftreten. *Berberis* (Sauerdorn oder Berberitze) hingegen nützt man bei Erkrankungen des Oberbauches, speziell bei Gallensteinen und dadurch ausgelösten Koliken. Ein sanfter Helfer gegen Blähungen ist *Mentha piperita* (Pfefferminze), bei chronischen Störungen des Leber-Galle-Systems kann man zu *Chelidonium* (Schöllkraut) greifen.

Gegen den Druck im Darm

Ein typisches Zeichen für ein Ungleichgewicht des Verdauungstraktes: Der Gang zur Toilette funktioniert nicht nach Wunsch. Verstopfung, Blähungen, Bauchschmerzen und Koliken machen das Leben schwer. Auch hier hält die Homöopathie

sanfte Unterstützung bereit: *Magnesium chloratum* (Magnesiumchlorid) kommt bei nervösen Verdauungsstörungen, hauptsächlich bei Verstopfung, zum Einsatz. Ebenfalls gegen Verstopfung hilft *Alumina* (Tonerde). *Lycopodium* (Bärlapp) setzt man bei Entzündungen und Störungen der Galle ein, die sich in schwierigem und unregelmäßigem Stuhlgang zeigen. Bei kolikartigen Bauchschmerzen und hartem Stuhl entfaltet *Nux vomica* (Brechnuss) seine sanfte Wirkung.

Tipp: Homöopathische Komplexmittel für noch mehr Wirkung

Um mit der Homöopathie möglichst große Wirkung zu erzielen, haben sich Komplexmittel sehr bewährt. Sie kombinieren mehrere Substanzen miteinander und werden von Experten so zusammengestellt, dass die geballte Wirkstoff-Kraft besonders heilsam wirkt.

APOZEMA® homöopathisch. natürlich. sicher.

Die sanfte Medizin für die ganze Familie

Schleimhautschwäche im Darm und im Magen?
Fühlen Sie sich aufgebläht und schwer von APOZEMA® Gastritis-Tropfen Nr. 16, Leber- und Galle-Tropfen Nr. 21 und Stuhlgeregelungs-Tropfen Nr. 34 schenken Ihnen neue Unbeschwertheit.

Apozema®-Complextropfen regen die Selbstheilungskräfte des Körpers an und unterstützen Ihr Wohlbefinden mit der natürlichen Kraft der Homöopathie.

