

# Kopfschmerzen & Migräne

Naturheilkundliche Präparate

## PHYTOTHERAPIE

### PESTWURZ, PETASITES

- Pestwurz wird im Rahmen der Migräneprophylaxe eingesetzt, d.h. es wird kurmäßig mit dem Ziel eingesetzt, die Häufigkeit und Schwere der Migräneattacken zu reduzieren - mit Erfolg.
- Eine plazebokontrollierte Studie zur Behandlung mit Pestwurz zeigte, dass **58% weniger Migräneattacken** auftreten.
- Pestwurz-Extrakt wird in den Therapieleitlinien der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG) sowie der Deutschen Gesellschaft für Neurologie (DGN) zur Migräneprophylaxe empfohlen.

### INGWER

- Gut bei **Verdauungsbeschwerden, Blähungen, Übelkeit** und **Erbrechen** und zur Vorbeugung einer Reise- oder Seekrankheit, auch Schwindelgefühle
- Anregung des Appetits
- Unterstützung der Verdauung.
- **Migränebehandlung**

### GINKGO

- **Durchblutungsstörungen**, besonders im **Gehirn** ein.
- Auch bei Störungen der Hirnleistung, wie Alzheimer, bei Konzentrationsstörungen und Gedächtnismangel.
- auch bei Ohrensausen, Schwindelgefühl und Tinnitus eingesetzt.
- die Fließ- und Strömungseigenschaften unseres Blutes↑.
- Durchblutung der Kapillargefäße↑.

### MUTTERKORN, SECALE CORNUTUM

- **Wirkt bevorzugt auf** das zentrale und vegetative Nervensystem, Gefäßnerven, Magen-Darmkanal, Gebärmutter.
- Passt besonders zu elend aussehenden, mageren Menschen mit tief eingesunkenen Augen mit blauen Ringen in erdfahlem Gesicht.
- Hauptindikationen: Schlaflosigkeit bei Süchtigen. **Migräne, Arteriosklerose. Bluthochdruck, Krampfneigung.** → Durchblutungsstörungen

### **MUTTERKRAUT, CHRYSATHEMUM PARTHENIUM, TANACETUM PARTHENIUM**

- Pharmakologische Untersuchungen mit Extrakten aus **Mutterkraut** (Chrysanthemum parthenium, **Tanacetum parthenium**) in den achtziger Jahren zeigten unter anderem folgende Faktoren auf, die zur Klärung der Wirksamkeit dieser Arzneipflanze bei Migräne vor allem beigetragen haben.
- Mit Extrakten beobachtete man
  - eine Hemmung der Prostagladinsynthese,
  - eine verminderte Serotinausscheidung,
  - eine Hemmung der Histaminfreigabe und
  - eine spasmolytische Wirkung.
- Die Wirksamkeit von Chrysanthemum parthenium als Prophylaktikum und Therapeutikum bei Migräne belegen zwei England durchgeführte klinische Studien.

### **AUSLEITENDER TEE**

Rezeptur:

- |  |      |
|--|------|
| • <b>Löwenzahnwurzeln</b>                | 40 g |
| Leber-Galle-aktivierend                  |      |
| • <b>Birkenblätter</b>                   | 20 g |
| entwässernd und nierenanregend           |      |
| • <b>Brennesselblätter</b>               | 20 g |
| entschlackend                            |      |
| • <b>Wiesenschlüsselblumen</b> mit Kelch | 20 g |
| harnsäureausführend                      |      |
| • <b>Schlehdornblüten</b>                | 20 g |
| Darm entsorgend                          |      |

## HOMÖOPATHIE

### **BELLADONNA D6, TOLLKIRSCH**

- Plötzlich auftretender hämmernder Kopfschmerz, oft rechts
- Wie: ↓Berührung, Geräusch, Licht
- Wie noch: hochrotes, heißes Gesicht, gerötete Augen, Brennen der Haut
- Außerdem: akute Schmerzen, die anfallsartig kommen
- Dosierung: stündlich 5 Globuli D6

### **GELSEMIUM D6, WILDER JASMIN**

- Vom Nacken ausgehende Schmerzen, Gefühl wie betäubt, Sehstörung
- Wie: ↓ abend, warme Räume, Wärme
- Wie noch: dunkelrotes Gesicht, zittrige Schwäche, ohne Energie, Frieren, apatisch, durstlos
- Außerdem: Kopfschmerzen bei seelischer Belastung, verzögerte Genesung
- Dosierung: stündlich 5 Globuli

### **NUX VOMICA D6, BRECHNUSS**

- Spannungskopfschmerzen, schmerzhafter Nacken, Kopfweg mit Übelkeit, Brechreiz
- Wie: ↓Kälte, morgens - ↑Wärme
- Wie noch: morgendliches Würgen und Erbrechen
- Außerdem : gehetzte Lebensweise, innere Anspannung, überarbeitet, gestresst
- Dosierung: stündlich 5 Globuli

### **KALIUM PHOSPHORICUM D12**

- Kopfschmerzen nach geistiger Arbeit, Schulkopfschmerz, Schweißausbrüche
- Wie: ↓morgens, Anstrengung, Aufregung, Föhn - ↑Ruhe und Wärme
- Wie noch: hat Angst seine Aufgaben nicht zu bewältigen, unkonzentriert
- Außerdem: gelbweißlich belegte Zunge, trockener Mund, nervöser Magen
- Dosierung: 2 x 5 Globuli

### **MAGNESIUM PHOSPHORICUM D6, SCHÜSSLERSALZ NR. 7**

- Ist das Schmerzmittel der Schüsslersalze
- Nervenschmerzen, Muskelkrämpfe, Krämpfe
- Einschießende Schmerzen, Schmerzen der Gesichtsnerven, plötzlich kommende und gehende krampfartige Schmerzen
- Wie: ↓Berührung, Kälte  
↑Wärme, Druck, Zusammenkrümmen, Reiben
- Dosierung: die „Heiße Sieben“

### **SANGUINARIA CANDADENIS D6, KANADISCHE BLUTWURZ**

- Schmerzen vom Hinterkopf in rechte Gesichtshälfte, Erbrechen, Gesichtsröte
- Wie: ↓Kälte, Zugluft, tagsüber
- Wie noch: Klimakterium, Bluthochdruck, heiße Hände und Füße
- Außerdem: reizbare Stimmung, cholerisch,
- Dosierung: 3 x 5 Globuli

### **CYCLAMEN D6, ALPENVEILCHEN**

- Migräne beginnt mit Augenflimmern und Doppel-Sehen
- Wie: ↓Sitzen, Stehen, im Freien  
↑Bewegung, Wärme
- Wie noch: Schmerzen im Stirn-Schläfen-Bereich, Schwindel, Benommenheit
- Außerdem: fühlt sich wie ausgelaugt, melancholisch, weinerlich, Frieren
- Dosierung: 3 x 5 Globuli

### **IGNATIA D12**

- Kopfschmerzen, als ob ein Nagel sich durch den Kopf bohrt, Magenkrämpfe
- Wie: ↓Berührung, Genussmittel, Emotionen  
↑Essen
- Wie noch: Lachen und Weinen, körperliche und seelische Beschwerden im raschen Wechsel

- Außerdem: Stimmungsschwankungen, Seufzen, zu Tränen gerührt, Kloßgefühl, Hals wie zugeschnürt
- Dosierung: 2-3 x 5 Globuli

#### **IRIS VERSICOLOR D6, IRIS**

- Migräne mit Sehstörungen, Augenflimmern, besonders in Ruhephasen, Magenkopfschmerz
- Wie: ↓Ruhephasen, abends, nachts  
↑Bewegung
- Wie noch: Verdauungsbeschwerden mit Sodbrennen, saurem Aufstoßen, fettigen Stühlen
- Dosierung: 3 x 5 Globuli

#### **SPIGELIA D6, WURMKRAUT**

- Vorwiegend linksseitige, regelmäßig auftretende Gesichts- und Augenschmerzen
- Wie: ↓Sturm, Kälte, Wetterwechsel  
↑Liegen auf der rechten Seite
- Wie noch: stechende Schmerzen, tagsüber sich verstärkend, Auge trânt vor Schmerzen
- Außerdem: bewährt bei neuralgischen Gesichtsschmerzen, Trigeminusneuralgie
- Dosierung: 3 x 5 Globuli

## MYKOTHERAPIE, HEILPILZE

#### **SHIITAKE**

- vorzüglicher Speisepilz
- Inhaltsstoffe
  - alle 8 essentiellen Aminosäuren
  - Polysaccharide
  - Vitamine B1, B2, B5, B6, B9, B12, E, Provitamin D2
  - reich an Kalzium, Eisen, Phosphor, Kalium, arm an Natrium
  - Eritadenin - niedermolekularer Nukleinsäure und Desoxylentacin (beide Stoffe sind Derivate des Adenins) welche die Verklumpung von Blutplättchen stark einschränken und somit Thrombosen entgegenwirken
- gegen Bluthochdruck – Arteriosklerose
- hilfreich bei Migräne (Mineralien-Unterversorgung)
- geht auf die Intima (das ist die innerste Haut) der Gefäße, die bei Migräne oft entzündet sind
- Einnahme als
  - Speisepilz
  - Pulver-Kapseln: Lentinulin, Kps 120, Infirmarius-Rovit
  - Extrakt-Kapseln: Shii-Take plus, Kps. 60
  - Pulver: Shii-Take, Pulver 100 g