

Einnahmeanleitung für homöopathische Arzneimittel (C-Potenzen, Globuli)

Matthias Dahmen
Facharzt Allgemeinmedizin FMH
Grossfeldstrasse 79
7320 Sargans (SG)



Bitte lesen Sie die folgende Anleitung zur Einnahme der C-Potenz aufmerksam durch. befolgen Sie bitte auch die für Sie zusätzlich angekreuzten Anweisungen.

Bitte nehmen Sie **2** Globuli ohne sie anzufassen [abends vor dem Zubettgehen] [morgens nach dem Aufwachen] trocken auf die Zunge. Vor und nach der Einnahme sollten Sie 30 Minuten nichts essen oder trinken und nicht die Zähne putzen.

Bitte **meiden** Sie während der gesamten Behandlungsdauer / in Zukunft Medikamente soweit möglich. Dringend notwendige ärztlich verordnete Medikamente (Medikamente gegen Bluthochdruck, Blutzuckerkrankheit, Schmerzmittel u.ä.) nehmen Sie bitte unverändert weiter und besprechen das Vorgehen mit mir. Insbesondere **meiden** Sie bitte andere **homöopathische oder pflanzliche** Medikamente.

Bitte **meiden** Sie ausserdem die Einnahme und das Einatmen bzw. den Gebrauch folgender Substanzen:

- *Kampher* und kampherhaltige Substanzen (in Rheuma- oder Erkältungssalben, Mottenkugeln, Nasensalben, Tigerbalsam, Erkältungs-Lutschtabletten und einzelnen Kosmetika).
- Salben, wenn sie *Cortison*/Medikamente enthalten (Fettsalben ausgenommen).
- *Eukalyptus/Pfefferminz/Menthol* (enthalten z.B. in Zahnpasten, Menthol-Zigaretten, Hustenbonbons, vielen Kräutertees und auch im Saunaaufguss). Eine homöopathieverträgliche Zahncreme bekommen Sie in der Apotheke (z.B. Firma Elmex).
- *Kaffee*, auch koffeinfreier (Getreidekaffee ist erlaubt), Mokka, Coca-Cola
- Hochprozentiger *Alkohol* (Schnaps u.ä.)
- *Schwefel*-haltige Nahrungsmittel (E220 z.B. in Fertig-Kartoffelstock und Trockenobst; Weiss- und Rotwein) und schwefelhaltige Substanzen (z.B. Thermalwasser)
- *Chinin* (z.B. in Tonicwater, Gingerale, Bitterlemon)
- *Kamille* (z.B. in Kräutertees, Badezusätzen, Salben, Mundspülungen)
- *Essig*, besonders Balsamico, Apfelessig in geringen Mengen (Salatsauce) erlaubt
- Scharfe *Gewürze* (Curry u.a.)
- *Schwarztee*. Erlaubt sind dünner Grüntee, Lindenblütentee, Bambustee, alle Früchtetees und bei Bedarf Fencheltee (Blähungen / Bauchweh).

Und, wenn angekreuzt, auch folgende Substanzen:

- Saure Lebensmittel* (Citrone, Sauerkraut)
- Tabak* (Rauchen bitte mindestens reduzieren, besser noch pausieren)
- Kochsalz* in grösseren Mengen
- Eisenpräparate*

Das Arzneimittel wirkt mindestens [35-40 Tage] [3 Monate], die Wirkung kann aber auch deutlich länger anhalten. Bitte machen Sie sich kurz Notizen über alle wesentlichen Beschwerden, Veränderungen und Auffälligkeiten (auch Träume), die unter der Behandlung auftreten. In den ersten 3 Tagen und erneut zwischen 10.-14. Tag nach Einnahme können Beschwerden stärker werden oder akute Erkrankungen auftreten (homöop. Erstverschlimmerung). Sind die Beschwerden unerträglich stark oder länger als 7-10 Tage anhaltend, kontaktieren Sie mich telefonisch (081 710 61 34).

Telefonzeiten sind entweder wie im einzelnen mit Ihnen vereinbart oder Montag, Mittwoch und Freitag von 8-9 Uhr und für Berufstätige zusätzlich Dienstag von 17-18 Uhr. In dringenden Notfällen auch Samstag und Sonntag 11-12 Uhr (Natel 077 218 22 60).