

Regelbeschwerden

Konventionelle Schmerzmittel können Schmerzen während der Blutung wirksam lindern, statistisch helfen sie allerdings nur wenigen Frauen. Homöopathische Arzneien können **nachhaltig** die Beschwerden verbessern.

Wenn der gesamte Organismus während der Regelblutung betroffen ist, also auch die Stimmung und weitere Organbereiche, kommen folgende Wirkstoffe infrage: Kommt es vor der Monatsblutung zu einer Art „Stauung“ im Organismus, steigert sich ein innerlich „kochendes“ Gefühl mit Hitze, Ruhelosigkeit und Erregung zunehmend, kommt **Lachesis** in die enge Wahl. Alle Beschwerden werden sofort besser, wenn die ersten Blutstropfen fließen. Charakteristisch ist die Unverträglichkeit enger Kleidung, sowohl am Bauch als auch im Bereich des Halses. Insbesondere zu Beginn der Menopause, wenn die entlastende Blutung immer häufiger ausbleibt, ist diese Arznei oft hilfreich.

Nux vomica kann angezeigt sein, wenn sich neben sehr krampfhaften Regelschmerzen die Stimmung in Richtung Reizbarkeit, Ungeduld und Hast verändert. Laune und allgemeines Befinden sind insbesondere am Morgen schlecht. Stark beeinträchtigende Kopfschmerzen oder Beschwerden des Verdauungsapparates können die Unterleibssymptome begleiten, möglicherweise sogar im Mittelpunkt stehen. Es kann sich eine hartnäckige Obstipation entwickeln, der Stuhl

kann nur unter Anstrengung und nach mehreren „Anläufen“ entleert werden. Kommt es zu emotionalen Veränderungen mit dem Gefühl, einsam, allein und verlassen zu sein, könnte **Pulsatilla** das Mittel der Wahl sein. Betroffene sind emotional labil, schnell zu Tränen gerührt und haben ein großes Bedürfnis nach Trost und Unterstützung. Die lokalen Symptome können sehr unterschiedlich sein und sind kaum hinweisend. Charakteristisch ist allerdings, dass die Beschwerden sich rasch verändern und schnell abwechseln. Die Blutung ist meist schwach, sie kann von einer „Blasenschwäche“ begleitet werden. Typisch ist auch die Labilität des Kreislaufs, insbesondere in warmer, stickiger Umgebung. Geht die Menstruation mit ausgeprägter emotionaler Reizbarkeit einher, insbesondere im Zusammenhang mit anstehenden häuslichen Pflichten, kommt vor allem **Sepia** in Betracht. Der Schmerz ist stark, krampfartig und erstreckt sich nach unten, in Richtung der Oberschenkel. Anstrengende sportliche Aktivitäten bessern sowohl die Lokalsymptome als auch den Allgemeinzustand. Viele Beschwerden verschlechtern sich bei Frauen, die Sepia benötigen, während der Regelblutung: Entzündungen mit Ausfluss im vaginalen Bereich, Herpeserkrankungen oder es

entwickeln sich in dieser Zyklusphase wiederkehrend Harnwegsinfekte.

Bei einigen Arzneimitteln sind vor allem die Beschwerden im Bereich des Bauches auffällig: Starke, krampfartige Regelschmerzen, die betroffene Frauen dazu nötigt sich zu krümmen und die Beine anzuheben, um die Beschwerden einigermaßen zu lindern, könnten durch Anwendung von **Colocythis** gebessert werden. Warme oder heiße Auflagen sind ebenfalls angenehm. Begleiten Völlegefühl und sehr viel Blähungen die Menstruation, denken wir an **Lycopodium**. Jeder Bissen Nahrung scheint sich schnell in Gas zu verwandeln. Insbesondere am Nachmittag verschlechtern sich

lokale Beschwerden und allgemeiner Zustand. Ein weiterer Hinweis auf die Arznei ist die Klage über nicht zu kontrollierendes Verlangen nach süßen Speisen während der Regelblutung. Abschließend sei auf eine wichtige Arznei bei sehr starker Regelblutung hingewiesen. **Eriogon canadensis** kann in der Lage sein, diese schnell zu beherrschen. Charakteristisch sind helle Blutungen, die von einer Reizung der Harnblase (häufiger Harndrang, Schmerz beim Urinieren) oder des Darms (Diarrhöe, Schmerzen beim Stuhlgang) begleitet werden. ■

*Dr. med. M. Berger,
Facharzt für Allgemeinmedizin/
Homöopathie*



© Ferli Achirulli / 123rf.com