

5e Schulmedizinische Therapie

Krampf- und schmerzlindernd wird eine medikamentöse Substitutionstherapie angewendet:

	Schulmedizinische Therapie	Mögliche Nebenwirkungen
Beinkrämpfe	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Medikamentöse Magnesium-Substitution: – Magnesiumpräparate 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Magen/Darm-Beschwerden ▶ Durchfall ▶ Verstopfung

Bewährte Mittel bei Beinkrämpfen

CALC Ⓞ, *Caust, Coloc, CUPR* Ⓞ, *Gels, LYC* Ⓞ, *Mag-p, NUX-V* Ⓞ, *Rhus-t, Sec, SEP, Sil, Sulph, Verat, Vib*

Ⓞ = Groma Praxistipp

CALCIUM CARBONICUM Ⓞ

- ▶ **Krämpfe beim Strecken der Beine**
- ▶ **Wadenkrämpfe nachts im Bett**
- ▶ Krämpfe in den Kniekehlen
- ▶ Krämpfe in den Füßen, **Fusssohlen** und **Zehen**

Gemüt

- ▶ Mangel an Selbstvertrauen, **schüchtern**
- ▶ häuslicher Typ
- ▶ **langsam**
- ▶ zuverlässig, verantwortungsbewusst
- ▶ **ängstlich**, erträgt keine schlechten Nachrichten (TV, Radio, Tagesthemen etc.)
- ▶ geistige Schwäche

Begleitsymptome

- ▶ Neigung zu **Übergewicht**, plump, schwerfällig
- ▶ **langsam**
- ▶ **Mangel an Lebenswärme, kalt-feuchte** Füße
- ▶ Sodbrennen, Blähungen, Gallensteine, Milchunverträglichkeit
- ▶ **Schwäche** geistig und körperlich, **ermüdet** schnell bei jeder **Anstrengung**
- ▶ **Atemnot bei geringster Anstrengung**, Treppensteigen,

- Bergauflaufen
- ▶ Schwindel
- ▶ riecht **sauer** (Schweiss, Stuhl), saurer Mundgeschmack, saures Aufstossen
- ▶ **schwitzt** stark, v.a. Kopf und Nacken
- ▶ Schlaflosigkeit durch hartnäckige Gedanken

Modalitäten

- < **Kälte**, Feuchtigkeit, Vollmond, **Anstrengung**
- > trockenes Klima

Causticum

- ▶ **Kontraktionen von Muskeln und Sehnen**
- ▶ Wadenkrämpfe
- ▶ Krämpfe nachts in der Achillessehne
- ▶ Krämpfe in den **Füßen, Fusssohlen** und **Zehen**
- ▶ **Schwäche, Abnahme der Muskelkraft** bis Lähmung der Extremitäten

Causa

- ▶ **Emotionen**, Ungerechtigkeiten, Kummer, **Kaltwerden, Abkühlung**

Gemüt

- ▶ ausgeprägter Gerechtigkeitsinn bis Fanatismus, Zorn durch Ungerechtigkeiten