

## Sommer-Sonne-Strand

Herrlich ist doch die Sommerzeit. Doch es lauern überall Gefahren wie z. B. der Sonnenbrand. Unvorsichtig zu lange in der Sonne gelegen oder zu wenig Sonnenschutz angewendet führt meist immer zur Rötung der Haut, welche oftmals mit starken Schmerzen einher geht.

Ist der Schmerzcharakter ein heftiges Brennen auf knallroter Haut, fröstelt der Betroffene und verlangt nach Wärme, so denken wir an **Belladonna C 200**, alle 2 Stunden eine Gabe (= 5 Tropfen/Globuli), am besten gibt man 5 Korn in ein Glas mit einem ¼ l Wasser und lässt von diesem alle 2 Stunden einen Schluck nehmen.

Besteht jedoch ein brennender Durst und es werden dennoch nur winzige Schlückchen getrunken, so fällt die Wahl auf **Arsenicum album C 30** stündlich eine Gabe.

Fühlt sich der Organismus wie zerschlagen an und der Sonnenbrandgeschädigte beklagt einen heftigen Durst und das Glas wird von ihm in großen Schlucken geleert, so ist **Rhus Tox C 200** angezeigt.

Gibt er an ein Körpergefühl zu haben, als ob er verprügelt wurde und hat große Angst berührt zu werden, so rückt in der Auswahl unser vielseitig gelobte **Arnica C 200** an erste Stelle.

Handelt es sich um Verbrennungen 1. Grades mit Blasenbildung der Haut, so wähle man **Cantharis C 200** alle 2 – 3 Stunden eine Gabe.