

Reiseapotheke

Gerade Länder wie Ägypten und Mexiko erfreuen sich immer mehr als Reiseziele der Deutschen. Jedoch Achtung: sowohl der Fluch der Pharaonen als auch Montezumas Rache lauern in diesen Ländern auf Schritt und Tritt. Da heißt es gut gerüstet in den Urlaub zu reisen.

Seit Jahrzehnten hat sich **Okoubaka D 6** (Rinde eines westafrikanischen Baumes) als das Vorbeuge- und Heilmittel bei Durchfällen aller Art bestens bewährt. Sinnvollerweise nimmt man schon eine Woche vor Reiseantritt dreimal täglich fünf Korn davon ein. Bei Beginn der Erkrankung nimmt man alle 5 bis 10 Minuten fünf Korn. Bei Besserung werden die Abstände vergrößert. Auch sinnvoll ist ein Bierhefepresskapselpräparat mit im Gepäck zu haben. Davon nimmt man dreimal täglich eine Kapsel und bei jedem weiteren wässrigen Stuhlgang. Aber nicht nur der Durchfall sollte abgedeckt sein, auch die Infektionskrankheiten. **Aconitum C 30** (Sturmhut) ist das erste Mittel der Wahl: Hals- oder Ohrenweh, steifer Nacken oder Herzneurose durch den Flugstress. 2 Korn auf die Zunge und zwei weitere in ein Wasserglas, umrühren und davon alle 15 – 30 Minuten ein Schluck gut einspeicheln! Tritt eine Schweißbildung der Haut auf, so ist stattdessen **Belladonna C 30** (Tollkirsche) angezeigt. Für die Folgen von Sturz, Schlag, Prellung sollte **Arnica C 200** (Bergwohlverleih) im Gepäck dabei sein. Für eventuelle Bauchschmerzen und Übelkeit **Nux vomica C 30** (Brechnuss) und akuter Rückenschmerz / Hexenschuss **Colocythis C 200** (Koloquinte). Dosierung der übrigen Mittel wie unter Aconitum beschrieben.

Gute Reise – und kommen Sie wieder gesund zurück!