



# Auf die **sanfte** Tour

Besonders junge Familien und Gesundheitsbewusste schätzen die Vorteile der Homöopathie. Dabei muss man nicht unbedingt an sie glauben. Die alternative Heilmethode überzeugt ganz einfach: Sie ist wirksam

Der Stein des Anstoßes lag auf Fehmarn. Karoline Vöge erinnert sich noch genau an das Osterfest vor vier Jahren. Sie besuchte ihren Bruder und dessen Familie auf der Ostsee-Insel, als sie über einen Kantstein stolperte und stürzte. Die Lippe war aufgeschlagen, das Dekolleté aufgeschürft. „Meine Schwägerin hat mir sofort Arnica-Kügelchen gegeben, die haben super geholfen“, so die selbstständige Unternehmensberaterin. Auch der Arzt, zu dem sie nach ihrem Unfall ging, empfahl das vielleicht bekannteste und meistverkaufte homöopathische Mittel, das sich bei Verletzungen aller Art bewährt hat. „Ich hatte das Gefühl, die Heilung ging viel schneller als sonst.“ Seitdem greift die 31-Jährige immer zu Arnica, wenn sie Beulen oder

blaue Flecke hat, „die bekomme ich schnell“. Vor ihrem Sturz habe sie nur wenig über Homöopathie gewusst, sagt Karoline Vöge. Danach begann sie, sich zu informieren, las im Internet darüber. „Ich bin grundsätzlich Neuem gegenüber aufgeschlossen – und dankbar für alles, was hilft und nicht chemisch ist.“ Inzwischen stehen in ihrer kleinen Hausapotheke auch die Mittel Nux vomica und Arsenicum album, die sie gelegentlich bei Magenbeschwerden und Übelkeit nimmt.

Es ist typisch, dass Karoline Vöge ihre ersten Globuli von ihrer Schwägerin, einer zweifachen Mutter, bekam. Eltern haben einen starken Anteil an Siegeszug der Homöopathie. Dr. Mirko Berger, Arzt, Homöopath und Initiator des Internetportals [www.homoeopathie-heute.de](http://www.homoeopathie-heute.de), hat die Erfahrung gemacht, dass sich seine Patienten grob in drei Gruppen einteilen lassen. „Da sind zunächst die Gesundheitsbewussten, die sich um ihren Körper kümmern, eine gewisse Skepsis gegenüber schulmedizinischen Medikamenten haben und einen natürlichen Weg suchen. Zweitens junge Familien, die für ihre Kinder sanfte, nebenwirkungsarme Methoden anwenden möchten. Und drittens Männer und Frauen mit chronischen Krankheiten wie Asthma oder Rheuma, die schon eine lange Odyssee auf der Suche nach Hilfe hinter sich haben. Herkömmliche Medikamente bekämpfen nur ihre Symptome. Die Homöopathie aber kann den

## **Britta Stolzenberg und Udo Gänz**

**Das Ehepaar behandelt sich und die Söhne Tom, 8, Piet, 4, und Theo, knapp 1, oft homöopathisch**

Britta Stolzenberg: „Ich habe immer Arnica griffbereit, in der Schublade und auch in der Tasche, wenn wir unterwegs sind. Wenn ich es zum Beispiel auf dem Spielplatz Müttern anbiete, deren Kinder hingefallen sind oder sich gestoßen haben, habe ich bisher immer positive Reaktionen erlebt. Ich mache keinen Hehl aus meiner Überzeugung, weil wir so gute Erfahrung mit der Homöopathie gemacht haben – aber auf einer Mission bin ich deswegen nicht.“



## Karoline Vöge

„Spannend und interessant“ findet die Unternehmensberaterin die Heilmethode

„Ich habe gleich beim ersten Versuch die Erfahrung gemacht, dass Homöopathie hilft. Mir gefällt, dass sie die Selbstheilungskräfte unterstützt und sich auch mit Krankheitsursachen beschäftigt, nicht nur mit den Symptomen. Demnächst möchte ich sie gegen Heuschnupfen ausprobieren.“

war verblüffend“, so der Vater. „Erkältungen sind der Klassiker“, sagt Britta Stolzenberg, die ihren Söhnen zum Beispiel auch bei Beulen und Schrammen, Husten, Hals- und Ohrenschmerzen oder Wachstumsschmerzen Globuli gibt. Piet, der Vierjährige, steht manchmal schon vor ihr und fordert: „Mama, ich brauche ein Kügelchen!“

Die Überzeugung sei nach und nach durch die Erfolge gekommen, die sie mit homöopathischen Behandlungen gehabt hätten, sagt Udo Gänz. Längst nimmt das Ehepaar die Mittel auch selbst und hat einen Hausarzt in der Nähe gefunden, der gleichzeitig Homöopath ist. Sie stehen in engem Kontakt, oft können sie telefonisch abklären, welches Mittel sie einsetzen sollen. Oder sie sehen in einem der Handbücher nach, die inzwischen angeschafft wurden. Grundsätzlich versuchen die beiden es im ersten Schritt mit der Homöopathie. Schlägt auch das zweite oder dritte gewählte Mittel nicht an, greifen sie auf Rat ihres Arztes auf die Schulmedizin zurück. „Ich fühle mich gut aufgehoben“, sagt Britta Stolzenberg über diese Lösung. Britta Stolzenberg und Udo Gänz gehören zu einer größer werdenden Gruppe von Frauen und Männern, die sich selbst um ihre Gesundheit kümmern wollen, die Anordnungen von Schulmedizinern auch schon mal kritisch hinterfragen und nach Alternativen suchen. Eine Studie ergab, dass 58 Prozent aller Patienten sich wünschen, ihr Arzt möge ihnen öfter alternative Methoden anbieten,

gesamten Verlauf ihrer Krankheit positiv beeinflussen.“ Auf seiner vor etwa einem Jahr gestarteten Internetseite will Berger Interessierte mit „guten, klaren Informationen über die Homöopathie und Hinweisen auf die Möglichkeiten zur Selbsthilfe versorgen“. Der Bedarf scheint groß: Etwa 10 000 Besucher klicken die Seite jeden Monat an. „Homöopathie ist eben ein spannendes Thema, für das man sich begeistern kann“, sagt Berger. „Ich kenne niemanden, der sich für Schmerzmittel begeistert.“ Auch wenn die Resonanz meist positiv ist, begegnet Berger doch immer wieder Skeptikern, die sagen: „Ja, ja, man muss eben an die Homöopathie glauben...“ Bergers Antwort für alle Zweifler: „Nein, muss man nicht – man muss sie nur anwenden! Sie müssen ja auch nicht ans Wasser glauben, um nass zu werden – Sie müssen nur reinspringen!“ „Das Wichtigste ist, dass du es selbst erlebst“, sagt auch Udo Gänz, 40, Inge-

nieur und Vater von drei Söhnen im Alter von elf Monaten bis acht Jahren. Wie seine Frau Britta Stolzenberg, 42, ist er „streng schulmedizinisch“ aufgewachsen. Zum ersten Mal in Berührung mit dem Thema Homöopathie kam das Paar während Brittass erster Schwangerschaft. Im Geburtsvorbereitungskurs verteilte ihre Hebamme einen übersichtlichen A4-Zettel, auf dem typische Erkrankungen bei Kindern, die Symptome und das passende homöopathische Mittel aufgelistet waren. „Ich dachte: Das sieht einfach aus, das können wir dann ja mal ausprobieren“, erinnert sich Udo Gänz, und seiner Frau gefiel, dass die Hebammenpraxis offen für Naturheilmunde war, aber nie dogmatisch mit dem Thema umging. Als Sohn Tom auf der Welt war und seinen ersten Schnupfen hatte, kam es zum Praxistest. „Toms Nase lief, wir gaben ihm die passenden Kügelchen, und zwei Stunden später war es vorbei – es

fast jeder Zweite hätte gern mehr Informationen darüber. Informieren können sich Interessierte in Deutschland mittlerweile nicht nur bei etwa 20 000 Heilpraktikern, sondern auch bei ca. 5000 Medizinern, die eine Zusatzqualifikation in klassischer Homöopathie haben, zudem übernehmen immer mehr Krankenkassen die Kosten für homöopathische Behandlungen.

Etwa 15 Prozent der Bevölkerung nutzen die Homöopathie bereits, so eine Untersuchung der Berliner Charité. Auch Birgit Hasselbusch gehört dazu. Die Radiomoderatorin setzt die Mittel gegen eine Beschwerde ein, mit der nach Schätzungen ungefähr jeder dritte Deutsche kämpft: Flugangst. „Ich hatte früher nie Probleme mit dem Fliegen. Dann kamen zwei Sachen zusammen. Die Geburt meiner Tochter im Sommer 2000 und die Ereignisse vom 11. September 2001“, sagt die 39-Jährige. Einen Tag nach den Terroranschlägen musste

Birgit Hasselbusch mit ihrer Tochter von Frankreich, wo sie für den Sender Eurosport arbeitete, zurück in ihre Heimatstadt Hamburg. Die Stimmung im Flieger war ohnehin äußerst angespannt, hinzu kam die Sorge um ihr Kind, das sie beschützen wollte. „Das war zu viel. Ich habe Linda krampfhaft festgehalten, bekam Hitzewallungen und Todesangst.“

Nach diesem ersten Panikanfall wurde ihre Angst vorm Fliegen so groß, dass sie etwa ein Jahr lang mit dem Zug nach Paris fuhr. Für eine Urlaubsreise bestieg sie doch noch einmal ein Flugzeug. „Linda, noch nicht ganz drei, stellte sich in den Gang und erklärte den anderen Passagieren: ‚Bitte sprechen Sie meine Mami nicht an. Sie hat Flugangst. Ich kümmere mich um sie.‘ Da wusste ich: Ich muss etwas tun.“ Auf einer privaten Feier traf sie einen Arzt und Homöopathen,

der ihr riet, es mit der alternativen Heilmethode zu probieren. Also suchte sie sich im Internet eine Ärztin. „Mir gefiel, dass sie mir genau erklärte, worum es geht, dass sie mit mir sprach, als ständen wir auf einer Stufe.“ Mit speziell für sie ausgewählten homöopathischen Tropfen und Globuli, die sie am Abend zuvor und eine Stunde vor dem Start nehmen sollte, wagte sie den nächsten Flug. „Ich spürte eine gewisse Aufregung, die aber eher positiv war. Ein befreiendes Gefühl! Ich konnte den Urlaub genießen, weil ich nicht die ganze Zeit Angst vor dem Rückflug hatte!“ Zudem machte Birgit Hasselbusch schon bald die Erfahrung, dass sie nicht allein war. Als sie ihre Globuli aus der Tasche zog, sagte die sichtlich angespannte Passagierin auf dem Platz neben ihr: „O Gott, bin ich froh, dass sie das auch machen, da kann ich meine Kügelchen ja auch rausholen!“

SUSANNE KOHL



## Birgit Hasselbusch

Homöopathie half der Radio-Moderatorin, ihre Flugangst zu überwinden

„Ich nehme möglichst keine Medikamente, trinke weder Kaffee noch Alkohol. Ich mag alles Natürliche, und an meinem Besuch bei einer Homöopathin gefiel mir zudem, dass sie mir alles genau erklärte. Sie gab mir Globuli und Tropfen, die sie extra für mich anmischte. Ich sollte sie am Abend vorher und eine Stunde vor dem Abflug nehmen. Im Flugzeug spürte ich dann ein leichtes Kribbeln, eine gewisse Aufregung – aber eine positive.“



EXPERTE  
Dr. Mirko Berger,  
Arzt und Homöopath mit Praxis in Hamburg, Initiator von [www.homoeopathie-heute.de](http://www.homoeopathie-heute.de)