



SUPERFRAU IM LEISTUNGSTIEF

Virusnosoden bei ME/CFS



Diane Solomon war eine attraktive erfolgreiche Powerfrau mit einer Musikkarriere und einer eigenen Fernsehsendung in England. Dann kam Chronic Fatigue. Es war kein schöner traumhafter Schlaf wie der der schönen Frau auf dem Foto, sondern eine abgrundtiefe Müdigkeit mit tiefer Erschöpfung, Entzündungen, geschwollenen Drüsen, Halsschmerzen, Muskelschmerzen, einem ständigen Zittern, geistiger Trägheit mit Verzweiflung und Selbstmordgedanken.

Copyright | Hazzel Silva

AUTORIN | Diane Solomon

ZUSAMMENFASSUNG: An ihrer eigenen Leidensgeschichte präsentiert die Künstlerin und spätere Homöopathin den langjährigen Verlauf eines typischen Chronic Fatigue Syndroms und die Möglichkeiten der Behandlung. Neben Mitteln zur Ausleitung und Entgiftung spielen Virusnosoden eine zentrale Rolle, insbesondere wenn der Erkrankung ein Virusinfekt vorausgegangen ist. Elektrodermale Testmethoden können dabei helfen, die geeignete Nosode zu finden. Konstitutionelle Arzneien sind in der Regel erst nach den Drainagemitteln und den Virusnosoden angezeigt.

SCHLÜSSELWÖRTER: Chronic Fatigue, Cocksackie, Cytomegalie, Drainagemittel, Elektroakupunktur, Komplexmittel, Long COVID, ME/CFS, Mononukleose, myalgische Enzephalomyelitis, Nosode, PEM, Post-exertional malaise, Virusnosode

Vorbemerkung: Ich bin eine Homöopathin im Ruhestand, die sich von sieben Jahren chronischem Erschöpfungssyndrom, auch bekannt als myalgische Enzephalitis oder M.E., erholt hat. Meine Genesung verdanke ich einer Cocksackie-Nosode. Tatsächlich war es diese dramatische Heilung, die mich dazu veranlasste, mich intensiv mit Homöopathie zu beschäftigen. Ich hatte das Gefühl, eine magische Quelle des Wissens entdeckt zu haben. Und wie sehr wünschte ich mir, dass unsere Schulmedizin auf diese Quelle zurückgreifen würde.

Auch wenn ich großen Erfolg bei der Behandlung von CFS-Patienten hatte, behaupte ich keineswegs, alle Antworten zu kennen. Ich möchte lediglich meine klinischen Erfahrungen bei der Behandlung von ME/CFS-Patienten mit Ihnen teilen. Man muss die richtigen Mittel für die jeweilige Aufgabe einsetzen, dazu können Nosoden, eine klassische konstitutionelle Behandlung, Organotherapie, Diätetik und Phytotherapie ebenso gehören wie Beratung, sanfte Bewegung, Massage oder eine andere Körperarbeit. Verschiedenen Patienten sprechen auf verschiedene Methoden an und für mich hat Dr. Margarie Blackie das schön auf den Punkt gebracht mit dem Motto: „Die Patientin, nicht die Heilmethode.“

MEINE GESCHICHTE MIT CHRONIC FATIGUE

Ich war gerade mitten in einer erfolgreichen Gesangskarriere und lebte in Großbritannien, als ich von einer fiesen Grippe

erwischt wurde. Anstatt mich wie üblich zu erholen, ging es mir immer schlechter. Die Diagnose „Chronic Fatigue Syndrom“ wurde erst nach längerer Zeit gestellt, und als sie kam, konnte ich es gar nicht fassen. Dass mir das passieren würde, wollte ich einfach nicht glauben. Ich hatte gerade meinen Abschluss am „Institute for Optimum Nutrition“ in London gemacht und war total auf meine Gesundheit fixiert. Mein Essen kam vom Bio-Markt, ich trank kaum Alkohol, trieb regelmäßig Sport, meditierte täglich und nahm Nahrungsergänzungsmittel ein. Allerdings litt ich seit einiger Zeit unter dem Reizdarmsyndrom und musste vorsichtig mit Weizen, anderen Getreidesorten und einer Reihe weiterer Lebensmittel sein. Ich war anfällig für gelegentliche Migräne, die ich von meiner Mutter geerbt hatte. Ich konnte also nicht behaupten, vollkommen gesund zu sein, aber ich tat alles, was man tun sollte. Zumindest glaubte ich das. Stress spielte sicher eine große Rolle bei meinem Gesundheitsverfall. Ich war gerade dabei, mein Haus in London zu verkaufen, einen Umzug nach Kalifornien zu planen, meine Hochzeit vorzubereiten und ein Haus in Santa Monica zu kaufen. Gleichzeitig lag mein Vater im Sterben, er hatte Bauchspeicheldrüsenkrebs. In dieser Zeit flog ich 22 Mal in zwei Jahren zwischen London und Los Angeles hin und her, dazu kamen noch mehrere Reisen nach Massachusetts, um meinen Vater zu besuchen. Als er starb, war ich völlig erschöpft.

Hilflose Ärzte, erfolglose Heilmethoden: Ich habe es mit einer speziellen Nahrungsergänzung für die Nebennieren versucht, aber das hat nicht geholfen. Auch andere Nährstoffe und Kräuter, die Energie geben sollen, haben nichts gebracht. Sport war unmöglich und hat mich total zurückgeworfen, aber ausruhen hat auch nicht geholfen. Schlafen wurde immer schwieriger. Ich hatte mich zu sehr angestrengt in der Annahme, es sei „nur eine Grippe“, und habe alles, was ich tun musste, mit purer Willenskraft geschafft, weil ich dachte, ich müsste unbedingt weitermachen – auch wenn das falsch war. Das Etikett „Superfrau“ passte nur allzu gut zu mir. In den nächsten Jahren probierte ich jede mögliche Behandlungsmethode aus. Ich begann mit der Schulmedizin in Gestalt von drei verschiedenen Ärzten. Einer meinte, ich würde hyperventilieren und gab mir den Rat, in eine Papiertüte zu atmen. Ein anderer empfahl mir mehr Ruhe und verschrieb mir Beruhigungsmittel und Schlaftabletten. Ein dritter verbrachte einen Großteil der Sprechstunde damit, mich zu einer Mammographie zu drängen, was natürlich überhaupt nichts damit zu tun hatte, warum ich dort war. Später erfuhr ich, dass er ein finanzielles Interesse an dem Labor hatte, an das er mich überweisen wollte. Es überraschte mich nicht, dass er mir keine wirkliche Hilfe anbot, sondern nur eine hohe Rechnung. Immerhin gab er zu, dass er nicht wusste, was mit mir los war. Ich brauchte dringend Hilfe, litt unter tiefer Erschöpfung, Entzündungen, geschwollenen Drüsen, Halsschmerzen, Muskelschmerzen, einem ständigen Zittern, geistiger Trägheit und Schlaflosigkeit – alles klassische Symptome von CFS. Als Nächstes probierte ich es mit alternativer Medizin. Ich ging zu Naturheil-

kundlern, Akupunkteuren, chinesischen Kräuterkundlern, Chiropraktikern, einem Osteopathen und Massagetherapeuten. Ich habe sogar Hypnotherapie ausprobiert, weil ich dachte, dass ich mir das irgendwie selbst eingebrockt habe und es daher mit Gedankenkraft rückgängig machen könnte. Obwohl viele dieser Ärzte sehr mitfühlend waren, konnte mir keiner dauerhaft helfen. Nach einer Behandlung, egal ob mit Kräutern oder einer Einrenkung, ging es mir vielleicht kurz besser, aber das hielt nie lange an. Ich sank immer wieder in dasselbe dunkle Loch zurück.

Jahre voller Leid, bodenloser Erschöpfung und Selbstmordgedanken: Ich gab ein Vermögen aus, konnte nicht arbeiten, meine Gesangskarriere war vorbei. Um eine Praxis als Ernährungsberaterin aufzubauen, war ich zu krank und ich hatte große Angst. Das waren Jahre voller Leid. Ich war die meiste Zeit im Bett und oft konnte ich nicht mal ohne Hilfe durch den Raum gehen. Ich hatte kaum die Kraft, ans Telefon zu gehen. Ich konnte nicht schlafen, also brachte mir der Morgen keine Erholung. Mein erster Gedanke jeden Tag war: „Oh mein Gott, schon wieder ein Tag. Wie soll ich den nur überstehen?“

Es gab keine Verschnaufpause. Die Kopfschmerzen, die Körper- und Muskelschmerzen und die tiefe, unerklärliche Müdigkeit ließen mich nie los. Stell dir vor, du hast die Grippe, einen Kater und Jetlag von einem 16-stündigen Flug von LA nach Bangkok. Alles auf einmal! Dazu kommt noch das nervöse Gefühl, fünf Tassen Kaffee getrunken zu haben, ohne die Energie zu haben, etwas zu tun. Wenn ich schlief, war es ein leichter, unruhiger Schlaf, voller lebhafter, verstörender Träume. Ich wachte die ganze Nacht über immer wieder auf und fühlte mich morgens nie erholt. Überall hatte ich Schmerzen, als hätte man mich mit einem Baseballschläger geschlagen. Ich wünschte mir wirklich den Tod. Das war CFS.

Diese Jahre kamen mir wie eine Ewigkeit vor. Selbstmordgedanken waren meine ständigen Begleiter und jede Hoffnung war verschwunden.

Dann kam die Homöopathie: Nach etwa drei Jahren probierte ich es mit Homöopathie. Warum ich so lange gebraucht habe, um darauf zu kommen, weiß ich nicht. Ein chinesischer Kräuterkundler, der sich mit Homöopathie beschäftigt hatte, schlug mir eine Nosode aus dem Cocksackie-B4-Virus vor. Drei Dosen der Potenz C 30 brachten mich wieder auf etwa 50 % meiner früheren Leistungsfähigkeit. Das war ein außergewöhnlicher Fortschritt. Kein erfülltes, reichhaltiges Leben, aber dennoch eine deutliche Verbesserung. Leider hatte dieser Heilpraktiker keine Erfahrung mit der Anwendung höherer Potenzen, sodass meine Genesung stagnierte.

Aber mir ging es um so viel besser und ich war so beeindruckt von der Homöopathie, dass ich mich am British Institute of Homeopathy einschrieb. Während meines Studiums lernte ich mehr über höhere Potenzen von Nosoden und beschloss, eine C 200 zu probieren. Und das hat richtig eingeschlagen. Nach ein paar Dosen hatte ich einen schrecklichen, voll ausgeprägten Rückfall. Das fragile Gleichgewicht, das ich aufrechterhalten konnte, brach zusammen. Ich war wieder bettlägerig und fühlte

mich, als hätte ich die volle Grippe. Zehn Tage lang ging es mir schlechter als je zuvor.

Aber dann ließ es nach. Ganz plötzlich. Um den zehnten Tag herum wachte ich einfach auf. Und alles hatte sich verändert. Die Schmerzen waren verschwunden. Der Nebel hatte sich gelichtet. Die Erschöpfung hatte nachgelassen. Die empfindlichen Muskelpunkte waren nicht mehr schmerzhaft.

Ich hatte immer noch ein paar Verdauungsprobleme; leichte Reizdarmsymptome blieben, zusammen mit gelegentlichen Migräneanfällen. Es gab noch einiges zu tun: Meinen Darm heilen, die Nebennierenfunktion wiederherstellen und die Nahrungsmittelallergien angehen, die sich in diesen Jahren verschlimmert hatten. Aber die Veränderung fühlte sich wie ein Wunder an. Das Leben, das seine Farbe verloren hatte, kehrte zu lebhaftem Technicolor zurück. Der Vorhang hob sich. Alles wurde wieder klar. Der Schmerz, der Nebel und die Verzweiflung kamen nie wieder zurück. Jahrelang hatte ich Angst, dass sie zurückkommen könnten, aber das taten sie nicht.

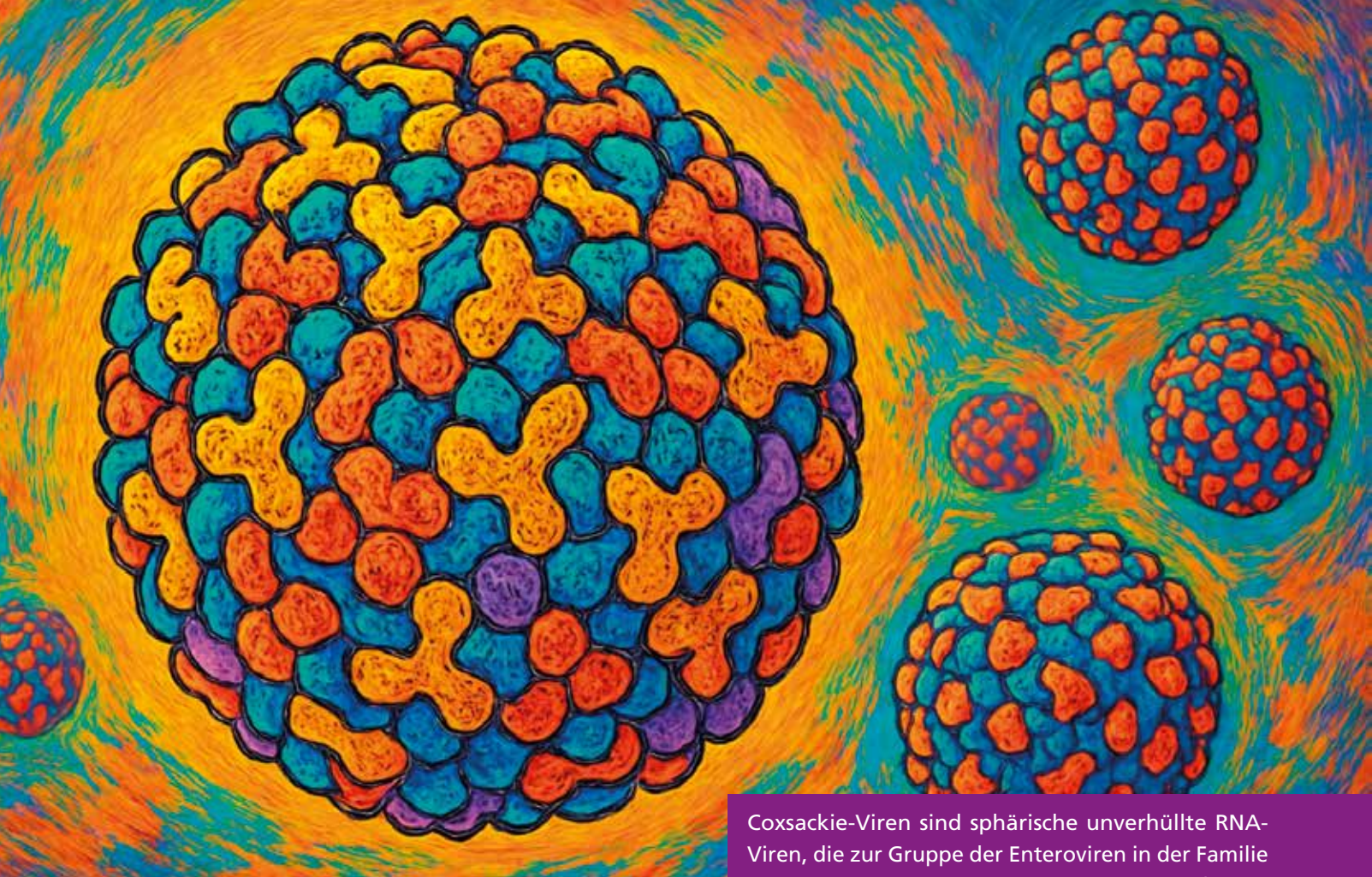
Verlauf und Follow-up: Als Homöopathin glaube ich, dass das Mittel mein Immunsystem stark herausgefordert und es möglicherweise dazu gebracht hat, das Virus, das die Krankheit ausgelöst hatte, zu erkennen und auszuscheiden. Vielleicht hat es mein System dazu gebracht, sich mit dem Schatten, der Erinnerung an das Virus, zu befassen, das eigentlich nicht mehr da war, aber mein Körper hat das nicht gemerkt. Er war sozusagen auf „ON“ stehen geblieben. Das Mittel hat also ein Ungleichgewicht des Immunsystems korrigiert. Ich weiß nicht genau, wie es funktioniert hat, aber das ist meine beste Erklärung.

Ich gärtnere, wandere, treibe Sport, singe, schreibe Bücher und bin gesund und stark. Ich habe immer noch gelegentlich leichte Migräne. Aber nach der konstitutionellen homöopathischen Behandlung kann ich ehrlich sagen, dass ich jetzt gesünder bin als je zuvor. Es vergeht kein Tag, an dem ich mich nicht gesegnet fühle, diese qualvollen Jahre überstanden zu haben. Wenn ich jetzt eine Erkältung oder Stresskopfschmerzen habe, sage ich mir: „Es ist nur eine Erkältung. Es ist kein CFS.“ Oder: „Es sind nur Kopfschmerzen. Es ist kein CFS.“ Im Vergleich zu dem, was ich durchgemacht habe, sind diese Dinge nichts. Die Genesung fühlte sich an wie eine Wiedergeburt. Ein echtes Geschenk.

Ich sehe das Leben jetzt anders, wie wahrscheinlich viele, die dem Tod nahe waren und zurückgekommen sind. Ich bin echt dankbar, dass ich noch da bin, dieses Leben genießen kann, das ich fast verloren hätte, und meine Erfahrungen in meinem Buch „Chronic Fatigue Syndrome: The Homeopathic Treatment of CFS/ME“ teilen kann. Wenn ich anderen dabei helfen kann, wieder Hoffnung zu finden, dann haben diese Jahre des Leidens einen Sinn gehabt.

DER EINSTIEG IN DIE BEHANDLUNG VON CFS

In meiner Praxis habe ich vielen CFS-Patienten mit Mitteln ähnlich der Cocksackie-Nosode geholfen, ihre Gesundheit wiederzuerlangen. Manchmal ist es ein anderer Virus: Influenza, Cytomegalie oder das Epstein-Barr-Virus (Mononukleose). Ich



Coxsackie-Viren sind sphärische unverhüllte RNA-Viren, die zur Gruppe der Enteroviren in der Familie Picornaviridae gehören und in zwei Stämme (A und B) eingeteilt werden. Wie alle humanen Enteroviren sind sie relativ umweltresistent, was ihre Verbreitung vergleichsweise einfach macht. Coxsackie-Viren sind überall auf der Welt anzutreffen und werden fäkal-oral sowie über Tröpfchen- oder Schmierinfektion direkt von Mensch zu Mensch übertragen. Eine indirekte Übertragung ist durch kontaminierte Gegenstände oder verunreinigte Nahrung möglich. Die Namensgebung geht auf den Ort Coxsackie bei New York zurück, wo der Pathologe und Virologe Gilbert Dalldorf diese Viren 1948 erstmals beschrieben hat.

Copyright | Das Foto Coxsackie-Virus wurde mit KI erstellt.

Wie jedoch Dr. James Compton Burnett und meine eigene klinische Erfahrung bestätigen, kann die vorzeitige Verabreichung eines konstitutionellen Mittels, selbst in einer niedrigen Potenz wie C 30, den Zustand einer Person, die an CFS leidet, erheblich verschlimmern. Es ist fast so, als gäbe es eine Zwiebelschicht, die entfernt werden muss, bevor das konstitutionelle Mittel richtig wirken kann.

habe festgestellt, dass virale Nosoden offenbar bei einer Untergruppe von CFS-Patienten wirken, und wenn sie wirken, ist die Wirkung tiefgreifend. Auf jeden Fall sollte eine virale Beteiligung untersucht und gegebenenfalls behandelt werden. Ich muss nochmal betonen: Ich habe festgestellt, dass die Behandlung mit Virusnosoden nur bei einem Teil der Fälle von CFS hilft. Menschen mit allen Symptomen des chronischen Erschöpfungssyndroms, ohne dass eine Erkältung oder Grippe vorausgegangen ist, von der sie sich nie ganz erholt haben, brauchen eine andere Behandlung. Es gibt aber viele, denen die Behandlung mit Virusnosoden nachhaltig geholfen hat. Der erste und wichtigste Schritt bei der homöopathischen Behandlung eines Patienten mit chronischem Erschöpfungssyndrom (CFS) ist natürlich eine umfassende Anamnese. Diese kann Stunden dauern und den Patienten ziemlich ermüden. Trotzdem ist es wichtig, einen allgemeinen Überblick zu bekommen, einschließlich der Gesundheit des Patienten vor der Erkrankung, wie die Erkrankung begann, was ihr vorausging und einer gründlichen Beschreibung der aktuellen Symptome. Wenn der Patient extrem schwach ist, kann es manchmal ratsam sein, die vollständige Anamnese zu verschieben, bis eine erste Entlastung erfolgt ist. Aus der Sicht eines klassischen Homöopathen mag diese Verzögerung ungewöhnlich erscheinen, wenn man den Schwerpunkt auf die Verschreibung eines einzigen Mittels legt.

DETOX UND MITTEL-KOMBINATIONEN: „DAS GANZE IST MEHR ALS DIE SUMME SEINER TEILE.“

Ich habe oft niedrig potenzierte Drainagemittel und organotrope Arzneien eingesetzt, bevor ich ein konstitutionelles Mittel verschrieben habe. Diese Methode hat mehrere Vorteile. Sie aktiviert die Ausscheidungsorgane und regt den biologischen Fluss im Bindegewebe an, um die Reinigung zu fördern. Mithilfe von Drainagemitteln können die Organe effizienter entgiften und Schlacken ausscheiden. Die Stimulierung oder Regulierung der Organfunktion auf diese Weise hilft, Stauungen und Entzündungen zu lindern. Beispielsweise können die Nieren mit Berberis vulgaris entwässert und unterstützt werden, wodurch Giftstoffe leichter über den Urin ausgeschieden werden können. Oder man könnte die hervorragenden Kombinationsmittel von BHI/Heel verwenden, wie Gallium Heel, Aletris und Engystol, je nach den vorliegenden Symptomen. (Diese Mittel würden bei Verdacht auf eine Virusinfektion eingesetzt werden.) Lymphomyosot ist ebenfalls äußerst nützlich, eine Heel-Kombination, die niedrige Potenzen von Myosotis, Scrophularia, Teucrium, Equisetum und anderen enthält. Diese helfen, das Lymphsystem, die Haut, die Leber und die Nieren zu entlasten und deren Entgiftung zu unterstützen.

Eine Drainage auf diese Weise kann auch dazu beitragen, das Symptombild zu klären. Wenn die Vergiftungssymptome nachlassen, werden die zugrunde liegenden Probleme oft deutlicher sichtbar. Wichtig ist, dass die Drainage bei den Patienten oft dazu führt, sich schnell besser zu fühlen. Ich habe festgestellt, dass die Stärkung und Entgiftung der Organe vor einer konstitutionellen Behandlung dem Körper helfen, die Mittel effektiver zu verarbeiten, wodurch die Wahrscheinlichkeit von Verschlimmerungen verringert wird. Manchmal können diese sanften Mittel sogar eine spontane Heilung auslösen. Durch die Beseitigung der Giftstoffe werden die körpereigenen Heilungsmechanismen, der „innere Arzt“, reaktiviert.

ELEKTRODERMALES SCREENING

Um die richtigen Mittel für die Entgiftung und die Unterstützung der Organe zu finden, hat sich mir das Elektrodermale Screening als sehr nützlich erwiesen, oft sogar als unersetzlich. Dieser Begriff umfasst die Elektroakupunktur nach Voll (EAV), Vegatest und computergestützte Screening-Systeme. Mit diesen Methoden konnte ich schnell klären, welche Organsysteme am meisten betroffen waren, wie sehr das Lymphsystem belastet und wie stark die Lebenskraft des Patienten noch war. Außerdem konnte ich damit die Nosode finden, die ich empfehlen musste. EAV wurde 1953 von dem deutschen Arzt Dr. Reinhold Voll entwickelt. Dabei wird mit einem hochempfindlichen Ohmmeter der Hautwiderstand an bestimmten Meridianpunkten, meist an den Fingern und Zehen, gemessen, um die energetische Gesundheit abzubilden. Der Patient hält eine negativ geladene Messingelektrode, während der Behandler eine positiv geladene Sonde an die Punkte hält. Ein gesunder Wert liegt bei 50. Erhöhte Werte (60, 70 oder höher) weisen auf eine

Entzündung hin; niedrigere Werte (35–40) können auf eine Degeneration hindeuten, wie sie häufig bei chronischen Erkrankungen zu beobachten ist. Mehr als 600 solcher Messpunkte wurden identifiziert.

Sobald durch diese Messungen problematische Organe identifiziert wurden, können homöopathische Mittel mit einer Messing-Testplatte im EAV-Kreislauf getestet werden. Die energetische Wechselwirkung zwischen dem Mittel und dem Organ kann zu messbaren Verschiebungen der Messwerte führen. Obwohl die Wissenschaft diesen Effekt noch nicht erklären kann, habe ich durchweg zuverlässige Ergebnisse gesehen. EAV kann auch bestimmte Krankheitserreger erkennen. So wie eine Nosode von Helicobacter pylori (das mit Magengeschwüren in Verbindung gebracht wird) erhöhte Magenwerte normalisieren kann, wenn der Patient infiziert ist, kann eine Nosode von Coxsackie B4 oder Epstein Barr das Mittel sein, das den Punkt für einen CFS-Patienten ausgleicht.

Elektrodermale Screening- und Vega-Tests sind umstritten. Doch auch wenn Bedenken hinsichtlich der Reproduzierbarkeit und möglicher Fehler seitens der Anwender berechtigt sein mögen, rate ich dringend, diese Methoden nicht von vornherein abzulehnen. In meiner Praxis habe ich jedenfalls bemerkenswerte Ergebnisse gesehen. Einige sagen, dass die Anwendung solcher Messmethoden PatientInnen davon abhalten könnten, sich konventionellen diagnostischen Tests zu unterziehen. Dagegen arbeiten meiner Erfahrung nach die meisten seriösen HomöopathInnen aktiv mit den HausärztInnen der Betroffenen zusammen und überweisen diese bei Bedarf zu konventionellen Diagnostikverfahren wie Labor, Ultraschall oder MRT. Dadurch wird nicht nur der rechtliche Schutz des Behandlers gewährleistet, sondern vor allem den PatientInnen ein umfassendes Spektrum an Informationen und Behandlungsmöglichkeiten geboten.

BEHANDLUNG MIT VIRALEN ODER BAKTERIELLEN NOSODEN

Bei Verwendung der Voll-, Vega- oder sogar kinesiologischer Screening-Methoden lässt sich eine Empfindlichkeit auf bestimmte Virusnosoden feststellen, wobei die häufigsten Viren bei CFS das Cytomegalievirus, Coxsackie B1–B6 (B-Influenza), Epstein-Barr (Mononukleose) oder das humane Herpesvirus Typ 6 (HHV6) sind. Das Ergebnis solcher Messungen ist vor allem dann hilfreich, wenn aus der Vorgeschichte kein klarer Zusammenhang des CFS zu einer Infektion mit einem bestimmten Virus erkenntlich ist.

Ich habe unterschiedliche Protokolle für die Einnahme der Nosoden ausprobiert. Am besten hat es funktioniert, wenn der Patient drei Wochen lang jeden zweiten Tag eine C 30 eingenommen hat. In der Vergangenheit haben Homöopathen Nosoden in der Potenz C 30 nur einmal alle sechs Monate eingesetzt, aber meiner Erfahrung nach reicht das einfach nicht aus. Zu Beginn meiner Praxistätigkeit habe ich das so gemacht und musste feststellen, dass die PatientInnen nach zwei bis drei Wochen mit ebenso starken Viruswerten zurückkamen. Wenn



Die klassischen Symptome von CFS konnten mit der naturwissenschaftlichen Medizin nicht gemildert oder gar geheilt werden. Patienten mit CFS suchen dann Hilfe bei der alternativen Medizin. Die Autorin ging zu Naturheilkundlern, Akupunkteuren, chinesischen Kräuterkundlern, Chiropraktikern, einem Osteopathen und einem Hypnotherapeuten. Dann kam die Homöopathie.

Copyright | zm-online

sie das Mittel jedoch in kürzeren Abständen einnahmen, verschwanden die Symptome und die Testwerte innerhalb von drei bis vier Wochen.

Es kann immer vorkommen, dass man eine kurze Pause in dieser Behandlung einlegen muss, um eine zwischenzeitliche Entgiftung zu ermöglichen. Wenn PatientInnen extrem empfindlich sind, ist es ratsam, sich an das Mantra „Weniger ist mehr!“ zu erinnern und zwischen den Dosen größere Abstände einzuhalten. Wenn nach einem Monat bis sechs Wochen eine Besserung eintritt, empfehle ich eine Einzeldosis von C 200 derselben Nosode und danach vielleicht eine Dosis einmal im Monat über mehrere Monate hinweg. Dies entscheide ich auf der Grundlage der individuellen Reaktion, der Empfindlichkeit und des Heilungsverlaufs der jeweiligen PatientInnen.

Oft ist es allerdings nicht möglich, festzustellen, ob ein Virus für die Beschwerden eines CFS-Patienten verantwortlich ist, und wenn ja, welches. In solchen Fällen hilft manchmal eine „Breitbandbehandlung“ weiter, also eine Kombination der Virusnosoden, die am ehesten infrage kommen. In meiner Praxis hat sich dabei das Präparat R88 von Reckeweg bewährt. Es enthält Grippe-Nosoden, Coxsackie, Epstein-Barr, Cytomegalovirus, Herpes Simplex und andere. In einigen Ländern bieten auch andere homöopathische Hersteller Kombinationsmittel aus Virusnosoden an, die einen Versuch wert sein können.

Wenn nach drei Wochen mit R88 eine Besserung eintritt (plus zwei oder drei Wochen Pause zur Überprüfung), ist es an der

Zeit, eine C 30-Dosis einer einzelnen Nosode gemäß den obigen Anweisungen zu verwenden. Ich probiere in solchen Fällen die in R88 enthaltenen Nosoden nacheinander aus, beginnend mit Coxsackie B4, dann EBV und dann das Cytomegalovirus. Das kann im Einzelfall zeitaufwendig sein, aber das sind die Jahre mit ME/CFS auch.

Es kann auch ratsam sein, während und zwischen dieser Nosodenbehandlung die oben beschriebene Drainagetherapie fortzusetzen. Das kann helfen, eine starke Verschlimmerung der Symptome zu verhindern. Da CFS-Patienten oft schwach sind, ist es auf jeden Fall sicherer und einfacher, mit einer C 30-Nosode anzufangen, auch wenn die C 200 getestet werden konnte. Selbst wenn ein einzelnes Konstitutionsmittel getestet oder nach der üblichen homöopathischen Praxis ausgewählt wurde, ist es oft besser, damit bis nach der Nosodenbehandlung zu warten. Macht man zu viel auf einmal, kann es zu einer unangenehmen Verschlimmerung kommen. Jeder Patient ist anders und erholt sich unterschiedlich schnell.

LONG COVID

Und was ist mit Long COVID? Dieses Syndrom umfasst eine Reihe von Symptomen, die noch lange nach der akuten Phase einer COVID-19-Infektion bestehen bleiben. Es tauchte erstmals zu Beginn der Pandemie im Jahr 2020 auf, als Patienten einfach nicht gesund wurden. Studien zeigen, dass zwischen 5 % und 30 % derjenigen, die sich von COVID-19 erholen, später an Long COVID erkranken. Die Schulmedizin hat jedoch noch keine schlüssige Erklärung für Long COVID und auch keine wirklich wirksamen Behandlungsmethoden.

Der Schwerpunkt dieses Artikels liegt auf dem Chronic Fatigue Syndrome, da ich damit klinische Erfahrung habe, aber es ist offensichtlich, dass Long COVID auffällige Ähnlichkeiten mit CFS aufweist. Es gibt erhebliche Überschneidungen zwischen den Symptomen von Long COVID und ME/CFS, wie z. B. starke Erschöpfung, Schwindel beim Stehen, Verdauungsprobleme, Kopfschmerzen und vieles mehr. Weitere Informationen findet man in einer NIH-Studie aus dem Jahr 2022, in der vier Hauptuntergruppen von Long COVID identifiziert wurden, von denen eine eng mit ME/CFS verbunden war. (Zhang, H., Zang, C., Xu, Z. et al. Data-driven identification of post-acute SARS-CoV-2 infection subphenotypes. Nat Med 29, 226–235 (2023). <https://doi.org/10.1038/s41591-022-02116-3>)

Da ich meine homöopathische Praxis vor der Pandemie aufgegeben und daher keine direkten Erfahrungen mit der Behandlung von Long COVID habe, würde ich gerne erfahren, ob praktizierende HomöopathInnen, die diesen Artikel lesen, Erfolge mit der Nosode des Coronavirus erzielt haben.

ADDITIVE BEHANDLUNG

Post-Exertional Malaise (PEM), eine Verschlechterung aller Symptome nach Alltagsaktivitäten, ist das typische Symptom von ME/CFS (und kommt häufig auch bei Long COVID vor). Es geht weit über Müdigkeit hinaus. Leute mit PEM können unter

starken Schmerzen, einem brennenden Gefühl oder schweren Magen-Darm-Symptomen und kognitiven Störungen leiden. Selbst leichte geistige oder körperliche Aktivitäten können zu einem Zusammenbruch führen, der Tage oder Wochen dauern kann.

Ich habe positive Ergebnisse bei Patienten beobachtet, die Coenzym Q10 (CoQ10) einnahmen, das die Energieproduktion durch die Mitochondrien unterstützt und bei Menschen mit ME/CFS nachweislich vermindert ist. In der Kategorie der entzündungshemmenden Mittel waren Omega-3-Fettsäuren für manche Menschen hilfreich. Eine Beratung zum Thema Schlaf erwies sich ebenso als vorteilhaft wie eine Ernährungsumstellung. Obwohl ballaststoffreiche Lebensmittel im Allgemeinen als gesund gelten, empfahl ich oft, ballaststoffärmere Optionen oder zumindest lösliche Ballaststoffe zu bevorzugen, damit weniger Energie für die Verdauung benötigt wird. Am wichtigsten war mir immer, meinen Klienten zu raten, sich zu schonen.

Interessanterweise ist mir in den letzten dreißig Jahren ein wiederkehrendes Muster aufgefallen: Menschen, die an ME/CFS erkranken, sind oft sehr energiegeladene Personen, die stolz darauf sind, wie viel sie leisten und wie produktiv sie sind. Das macht in unserer Kultur Sinn, vor allem in Amerika, wo Produktivität oft mit Selbstwert gleichgesetzt wird. Diese Persönlichkeitseigenschaft hat mich oft bei der Repertorisation geleitet.

Die Behandlung von CFS-Patienten war schwierig und zeitaufwendig, weil viele von ihnen so schwach, empfindlich und leicht irritierbar waren. Aber es war jedes Mal sehr erfüllend, wenn ich helfen konnte. Meiner Erfahrung nach war bei den meisten Betroffenen eine Abfolge von verschiedenen homöopathischen Arzneien hilfreich: Komplexmittel zur Ausleitung und Entgiftung oder einzelne Mittel in Kombination, Nosoden und konstitutionelle Mittel. Gut gewählte homöopathische Arzneien bringen das System des Patienten sanft ins Gleichgewicht und überlassen den Rest der Weisheit von Körper und Geist, um die Heilung zu bewirken.

QUELLEN UND LINKS

Infektion als Ursache: Forscher der Stanford University untersuchen, ob einige Fälle von Myalgischer Enzephalomyelitis/Chronischem Erschöpfungssyndrom (ME/CFS) mit einer Infektion in Verbindung stehen könnten. Obwohl der genaue Zusammenhang noch nicht vollständig geklärt ist, konzentriert sich ihre Forschung auf zwei Haupthypothesen:

- 1.) ME/CFS-Symptome könnten durch die anhaltende Anwesenheit oder Aktivität eines Krankheitserregers – wie zum Beispiel eines Virus oder Bakteriums – im Körper verursacht werden.
- 2.) Die zweite Hypothese geht davon aus, dass die Krankheit vielleicht nicht auf den Erreger selbst zurückzuführen ist, sondern eher auf die Reaktion des Immunsystems darauf.

Quelle: <https://med.stanford.edu/chronicfatiguesyndrome.html>

Immunsystem „im Krieg“

Eine Studie der amerikanischen National Institutes of Health liefert überzeugende Beweise dafür, dass das Immunsystem ständig aktiv ist: „Als ob es in einem langen Krieg gegen fremde Mikroben steckt, einem Krieg, den es nicht ganz gewinnen kann, und deshalb weiterkämpfen muss.“

Quelle: <https://www.npr.org/sections/health-shots/2024/02/23/1232794456/clues-to-a-better-understanding-of-chronic-fatigue-syndrome-emerge-from-major-st>. Februar 2024.

Hilfreiche Website/Blog für Infos/neue Forschungsergebnisse: <https://www.healthrising.org/blog/2025/05/15/t-cell-exhaustion-chronic-fatigue-long-COVID/>



DIANE SOLOMON

Mit 21 Jahren hatte Diane Solomon als Sängerin ihre eigene BBC-Fernsehserie, aber nach fünfzehn erfolgreichen Jahren mit Plattenaufnahmen, Fernsehen und Konzerten hat das Chronic Fatigue Syndrom ihre Karriere ruiniert. Mehr als sieben Jahre lang quälte sie sich durch ihr Leben, bis sie mithilfe eines homöopathischen Mittels endlich ihre Gesundheit wiedererlangte. Das hat Diane dann zu weiteren Studien und einer zweiten Karriere motiviert: Als Homöopathin und Ernährungsberaterin setzte sie eine Kombination aus Nährstoffen, Kräutern, homöopathischen Mitteln sowie Empfehlungen zu Ernährung und Lebensstil ein.

Jetzt ist sie als Therapeutin im Ruhestand und konzentriert sich hauptsächlich aufs Schreiben. Sie lebt mit ihrem Mann Mark im schönen New Hampshire, umgeben von Blumenbeeten, Gemüsegärten und wunderschönen Wäldern und Bächen. Mit zwei Katzen, drei Hunden, Singen, Gitarre- und Klavierspielen, Gartenarbeit und vielen weiteren Büchern, die sie schreiben will, fragt sie sich, wie sie jemals Zeit zum Arbeiten hatte!

Diane hat sieben Bücher geschrieben: vier Romane und drei im Bereich Heilung. Ihr Buch „Chronic Fatigue Syndrome: A Guide to the Homeopathic Treatment of CFS/ME“ (Chronisches Erschöpfungssyndrom: Ein Leitfaden zur homöopathischen Behandlung von CFS/ME) erreichte Platz 1 in der Homöopathie-Sektion von Amazon.

Kontakt: Dianas Website: <https://www.eloquentrascals.com/>
Amazon-Autorensseite: <https://www.amazon.com/stores/author/B0186OZOVQ>