

# Schlaflosigkeit

Ausgewählte homöopathische Arzneimittel zur Behandlung von Schlaflosigkeit

Mittelname	Charakteristika	Wodurch ist die Krankheit entstanden?	Wann treten die Beschwerden bevorzugt auf?	Wie sind die Beschwerden genau und was bessert (>) oder verschlechtert die Beschwerden (<)?	Was begleitet die Beschwerden, was gibt es noch für Symptome?
<b>Arsenicum album</b>  Geist-Gemüt: <b>Angst vor dem Tod, kann nicht allein sein</b>	kann nicht ruhig im Bett liegen, muss aufstehen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Angst</li> <li>• Gedankenandrang</li> <li>• nach geistiger oder körperlicher Anstrengung</li> <li>• Übermüdung</li> <li>• durch Zucken der Glieder</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schlaflos bis 3 Uhr</li> <li>• nach dem Erwachen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden:               <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ unruhiger Schlaf</li> <li>◦ häufiges Hochschrecken aus dem Schlaf</li> <li>◦ redet im Schlaf über Geheimnisse</li> </ul> </li> <li>• &gt;               <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Kopf hochlagern</li> <li>◦ Bewegung, herumlaufen</li> </ul> </li> <li>• &lt;               <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Kälte</li> <li>◦ tiefliegender Kopf</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Träume von körperlicher Anstrengung</li> <li>• Asthma bronchiale</li> </ul>
<b>Bryonia alba</b>  Geist-Gemüt: ängstlich, unbeweglich	hat Furcht davor, arm zu sein oder seine Arbeit zu verlieren	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frösteln</li> <li>• Froststadium im Fieber</li> <li>• durch Zucken der Glieder</li> </ul>	vor Mitternacht	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden:               <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ schläft auf dem Rücken</li> <li>◦ tritt die Decken von sich</li> </ul> </li> <li>• &gt;Ruhe</li> <li>• &lt;gestört werden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schläfrig den ganzen Tag, wenn allein</li> <li>• Angstträume</li> <li>• immer mit geschäftlichen Dingen befasst</li> </ul>
<b>Calcium carbonicum</b>  Geist-Gemüt: zurückhaltend, schüchtern, langsam	sieht Gestalten, sobald er die Augen schließt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gedankenandrang, derselbe Gedanke kommt immer wieder</li> <li>• Kränkung</li> </ul>	bis 3 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden:               <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ schläft nicht vor 2, 3 Uhr</li> <li>◦ schläfrig am frühen Abend, häufiges Erwachen nachts</li> <li>◦ Gedanken wecken ihn aus dem Schlaf</li> <li>◦ Panikanfälle nachts</li> </ul> </li> <li>• &gt;               <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Gesellschaft</li> <li>◦ Begleitung</li> </ul> </li> <li>• &lt;               <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Alleinsein</li> <li>◦ Dämmerung, Dunkelheit</li> </ul> </li> </ul>	ruhelos, wandert nachts herum
<b>Chamomilla</b>  Geist-Gemüt: reizbar, unzufrieden, nichts ist recht	schläft erst nach Mitternacht ein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Angst</li> <li>• Visionen</li> </ul>	bis 2 Uhr kein Schlaf	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden:               <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ wälzt sich herum und stöhnt, weint und jammert</li> <li>◦ Hitze und Ruhelosigkeit</li> <li>◦ schmerzhafte Schwäche in den Beinen</li> <li>◦ schläfrig im Sitzen tagsüber, kann aber im Liegen nicht schlafen</li> </ul> </li> <li>• &gt;               <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ kalte Anwendungen</li> <li>◦ Getragen werden</li> </ul> </li> <li>• &lt;               <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ beim Einschlafen und Aufwachen alle Beschwerden</li> <li>◦ Hitze</li> </ul> </li> </ul>	häufiges Gähnen und Strecken

## Schlaflosigkeit

Ausgewählte homöopathische Arzneimittel zur Behandlung von Schlaflosigkeit					
Mittelname	Charakteristika	Wodurch ist die Krankheit entstanden?	Wann treten die Beschwerden bevorzugt auf?	Wie sind die Beschwerden genau und was bessert (>) oder verschlechtert die Beschwerden (<)?	Was begleitet die Beschwerden, was gibt es noch für Symptome?
<b>Coffea cruda</b>  Geist-Gemüt: <b>übertreibt immer alles</b>	alles im <b>Übermaß</b> <, Freude, <b>Aufregung</b> , Kaffee, Ideen; immer zu <b>hastig</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufregung</li> <li>• übermäßige Freude</li> <li>• Gedankenandrang, derselbe Gedanke kommt immer wieder</li> <li>• nach geistiger Anstrengung</li> <li>• Krankenpflege</li> </ul>	<b>ab 3 Uhr</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden: ruhelos, schlaflos durch geistige Aktivität</li> <li>• &gt; Wärme</li> <li>• &lt;                             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Licht</li> <li>◦ Geräusche</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• plötzliches Hochfahren und Erwachen</li> <li>• Träume stören den Schlaf</li> <li>• erwacht durch jedes Geräusch</li> </ul>
<b>Kalium carbonicum</b>  Geist-Gemüt: konservativ, <b>stur, pünktlich</b>	Schweiß, Rückenschmerzen, Schwäche	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nach geistiger Anstrengung</li> <li>• durch Zucken der Glieder</li> <li>• Husten</li> <li>• Menses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 oder 2 Uhr</li> <li>• <b>zwischen 2 und 4 Uhr</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ erwacht mit allen Beschwerden, vor allem Brust und Hals</li> <li>◦ ruhelos im Schlaf</li> <li>◦ spricht im Schlaf</li> <li>◦ gähnt ständig</li> </ul> </li> <li>• &gt;                             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Wärme</li> <li>◦ Aufstehen</li> </ul> </li> <li>• &lt;                             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ vor Menses</li> <li>◦ Husten</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>schläfrig beim und nach dem Essen</b></li> <li>• <b>schläft beim Essen ein</b></li> </ul>
<b>Lachesis muta</b>  Geist-Gemüt: <b>redet viel, eifersüchtig ohne Grund</b>	beim <b>Aufwachen</b> <	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufregung</li> <li>• nach geistiger Anstrengung</li> <li>• <b>durch brennende Fußsohlen</b></li> <li>• Angst</li> <li>• innere Ruhelosigkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• abends, nachdem er erwacht ist</li> <li>• <b>beim Aufwachen morgens</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ erwacht mit Schreck</li> <li>◦ schläft sich in die Verschlimmerung hinein</li> <li>◦ Schlaflosigkeit alle 2 Tage</li> </ul> </li> <li>• &gt; Rückenlage</li> <li>• &lt;                             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Hitze</li> <li>◦ Seitenlage</li> </ul> </li> </ul>	nicht ausgeruht nach gutem Schlaf
<b>Nux vomica</b>  Geist-Gemüt: reizbar, <b>unzufrieden</b>	nach zu viel Alkohol, Tabak, Tabletten, Arbeit <	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufregung</li> <li>• nach geistiger Anstrengung</li> <li>• zu viel Wein</li> <li>• Missbrauch von Tabak</li> <li>• Blähungen</li> <li>• Gedankenandrang</li> </ul>	<b>Erwachen 3 oder 4 Uhr</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ schläfrig nach Mahlzeiten, unbeherrschbar</li> <li>◦ Weinen und reden im Schlaf</li> <li>◦ erwacht mit Schreck durch geringes Geräusch</li> </ul> </li> <li>• <b>&gt; kurzer Schlaf</b></li> <li>• &lt; Einschlafen nach Erwachen in den frühen Morgenstunden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Angsträume von Hunden und Katzen;</b></li> <li>• <b>Zähne fallen aus</b></li> </ul>
<b>Opium</b>  Geist-Gemüt: <b>Gleichgültig gegenüber Vergnügen und Leiden</b>	<b>komatöser Schlaf, Delirium, Koma</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sehr schläfrig</li> <li>• komatöser Schlaf</li> <li>• schwerer benommener Schlaf im Alter</li> </ul>	in der Bettwärme	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Bett fühlt sich heiß an, sodass er nicht schlafen kann</li> <li>◦ müde und schlaflos</li> <li>◦ Wimmern im Schlaf</li> <li>◦ zupft im Schlaf an der Bettdecke</li> </ul> </li> <li>• &gt; Kälte, Abdecken</li> <li>• &lt; Warmwerden</li> </ul>	angenehme Träume

## Ausgewählte homöopathische Arzneimittel zur Behandlung von Schlaflosigkeit

Mittelname	Charakteristika	Wodurch ist die Krankheit entstanden?	Wann treten die Beschwerden bevorzugt auf?	Wie sind die Beschwerden genau und was bessert (>) oder verschlechtert die Beschwerden (<)?	Was begleitet die Beschwerden, was gibt es noch für Symptome?
Phosphorus  Geist-Gemüt: ängstlich, braucht jemanden an seiner Seite	< abends, während Dunkelheit, durch Alleinsein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Augen wollen sich nicht schließen“</li> <li>• kurzer Schlaf, erwacht häufig</li> <li>• geistige Erregung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• abends, nach dem Zubettgehen</li> <li>• vor Mitternacht</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ kann nur auf der rechten Seite liegen</li> <li>◦ schläfrig den ganzen Tag, unruhig die ganze Nacht</li> </ul> </li> <li>• &gt;kurzer Schlaf</li> <li>• &lt;Hitze</li> </ul>	Schlaf ruhelos voller Träume
Pulsatilla pratensis  Geist-Gemüt: braucht Trost und jemanden bei sich	Alleinsein, Hitze <	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufschrecken</li> <li>• Hitze</li> <li>• Aufregung</li> <li>• derselbe Gedanke kommt immer wieder</li> <li>• durch Zucken der Glieder</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• abends bis 2 Uhr</li> <li>• vor Mitternacht</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ abends hellwach, schläft morgens lang</li> <li>◦ derselbe Gedanke, Melodie verhindert Schlaf</li> </ul> </li> <li>• &gt;frische Luft</li> <li>• &lt;Hitze</li> </ul>	abends hellwach, liegt auf dem Rücken mit den Händen über dem Kopf
Rhus toxicodendron  Geist-Gemüt: ruhelos, treibt aus dem Bett, unzufrieden	> durch fort dauernde Bewegung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• unruhiger Schlaf, muss häufig die Stellung wechseln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• abends, vor Mitternacht</li> <li>• nach dem Essen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ schläfrig nach dem Essen</li> <li>◦ schlaflos durch Brennen am ganzen Körper</li> </ul> </li> <li>• &gt; <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Bewegung</li> <li>◦ Rückenlage</li> </ul> </li> <li>• &lt;ruhig Liegen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• träumt von großer Anstrengung</li> <li>• krampfartiges Gähnen ohne Müdigkeit</li> </ul>
Sepia officinalis  Geist-Gemüt: Abneigung gegen Familienmitglieder, will allein sein	erwacht durch schreckliche Träume und schreit auf	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufregung</li> <li>• Träume</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vor Mitternacht</li> <li>• nach 3 Uhr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Schlaf erfrischt nicht</li> <li>◦ erwacht müde</li> <li>◦ mag morgens nicht aufstehen</li> <li>◦ redet laut im Schlaf</li> <li>◦ schläft ein, sobald er sich hinsetzt</li> </ul> </li> <li>• &gt;Wärme</li> <li>• &lt;Linksseitenlage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schwere Beine</li> <li>• Angstträume, erwacht davon</li> </ul>
Silicea terra  Geist-Gemüt: schüchtern, zurückhaltend	Schlafwandeln bei Neu- und Vollmond	Gedankenandrang	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vor Mitternacht, nachdem er erwacht ist</li> <li>• nach 2 Uhr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Jammern und Lachen im Schlaf</li> <li>◦ starke Schläfrigkeit nach dem Essen und abends</li> </ul> </li> <li>• &gt;Wärme</li> <li>• &lt; <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Neumond</li> <li>◦ Kälte</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schläfrig, kann aber nicht schlafen</li> <li>• erwacht durch Angstträume</li> </ul>
Staphisagria  Geist-Gemüt: enttäuscht, verletzt, unterdrückt Emotionen	heftiges Gähnen, als habe er nicht genug geschlafen	Ärger	vor Vollmond	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art der Beschwerden: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ schläfrig den ganzen Tag, schlaflos die ganze Nacht</li> <li>◦ Körper schmerzt überall</li> <li>◦ ruft nach der Mutter im Schlaf</li> </ul> </li> <li>• &gt;Wärme</li> <li>• &lt;Neumond</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kind will, dass alle weggehen</li> <li>• schläft spät ein wegen geistiger Aktivität</li> </ul>

**Differenzialdiagnose:** Das Symptom „derselbe Gedanke kommt immer wieder“, was am Schlafen hindert, zeigen Patienten, die **Calcium carbonicum**, **Coffea cruda** oder **Pulsatilla pratensis** benötigen.

- **Calcium carbonicum** ist ein Arzneimittel für einen bodenständigen Patienten, der zurückhaltend ist und ängstlich bei neuen Dingen. Er neigt zu Kopf- und Fußschweiß mit kalten Füßen.
- Der **Coffea cruda**-Patient ist immer zu erregt, unruhig, lebhaft, überaktiv sind und hat viel Fantasie.
- **Pulsatilla pratensis** wird von Patienten benötigt, die nah am Wasser gebaut sind, Trost und Umarmungen brauchen, Hitze ablehnen und lieber an der frischen Luft sind.