

... ein bißchen größenwahnsinnig, oder ?

Arzneimittelverreibung und -prüfung von

Fliegenpilz - *Agaricus muscarius*



Foto von Sylvia Frank©

Ausgangssubstanz: 3 Fliegenpilze, die nach längerer Trockenperiode an einem sonnigen Herbsttag in einem sehr dichten, dunklen Douglasienwald geerntet wurden. Die Pilze wurden sorgfältig getrocknet, fein geschnitten und mit Milchzucker bis zur C3 verrieben.

Unterscheidungsvermögen, Achtsamkeit, Mitgefühl, Liebes- und Distanzfähigkeit, sowie Vertrauen in die eigene Kompetenz sind für die homöopathische Praxis unerlässlich. Priorität bei den von mir geleiteten Arzneimittel-Verreibungen und -Prüfungen hat deshalb die Schulung und Verifizierung der Wahrnehmung von Veränderungen im eigenen Befinden, deren Darstellung, Formulierung und Mitteilung in der Gemeinschaft, in besonderer Hinsicht der hieraus entstehenden Gruppenprozesse. Sie entsprechen somit dezidiert nicht den Empfehlungen des DZVhÄ und des ECH.

Die Blind-Verreibung fand gemeinsam am Samstag, den 12.2.2011 in der Schule für klassische Homöopathie in Karlsruhe statt. Den Prüfer*Innen (10 weibliche, 2 männliche Homöopathie-Schüler*Innen) war vollkommen freigestellt, wann, wie viel, und in welcher Potenz sie das Prüfmittel einnahmen; höhere Potenzen wurden von den Prüfer*Innen (denen das Mittel nicht bekannt war und auch unbekannt blieb) selbst mittels Einglasmethode hergestellt. Beobachtungszeitraum 6 Wochen. Die Supervision der Prüfer*Innen erfolgte gegenseitig. In einem Tagesseminar am 2.4. wurden die Ergebnisse der Prüfung in der Gruppe besprochen und zuletzt das Prüfmittel bekanntgegeben. Die Ergebnisse dieser „Verreibe-Symptome“ fanden keinen Eingang in die Symptomenliste (obwohl sich einzelne, sehr prägnante und für Agar. durchaus typische Symptome bereits während der Verreibung zeigten).

Prüfungsleiter: Armin Seideneder

¥ = Heilwirkung

Ich nehme an, was zu mir gehört und gebe ab, was nicht zu mir gehört – das Erkennen der eigenen Persönlichkeit.

„Ich spüre meine linke Schulter und eine auffällige Kurzatmigkeit, sehr viel Druck auf den Kopf und wacklige Beine; meine Hände sind lahm gelegt - ebenso mein linkes Bein bis zur Hüfte. Ich kann nicht mehr schreiben, die Worte kommen nicht von alleine - alles fühlt sich flattrig an. Schwindel, Nebel vor den Augen und ich sehe alles doppelt. Mein Nacken links fühlt sich steif an und jede Anstrengung wird unmöglich. Der Kontakt zur linken Hand ist vom Kopf aus gekappt. Plötzlich kann ich alles imitieren; es tut wie das Leben der anderen.“

Das Mittel macht Dinge auf, die ich vor Jahren zugeschüttet hatte.

Viele Eindrücke aus der Kindheit. Ich kann liebevoller auf meine Kindheit zurückschauen. Ich habe plötzlich Erinnerungen an eine Zeit, als ich meine Wahrnehmung noch nicht ständig infrage gestellt habe. Da war ich noch echt und richtig.

Wie ein kleines Kind; sie nannten mich früher „Dummerle“ oder „das Träumerle“; ich bekam oft zu hören: „Du hast so viel Phantasie“; „das bildest Du Dir nur ein“ oder gar: „Du lügst“.

War den ganzen Tag in einem sehr eigenartigen Zustand. Fühlte mich völlig außerhalb der Zeit. Bin ganz weich und lieb mit mir - wie mit einem kleinen Kind. Kann mich auch wie ein Kind auf alles einlassen, was in mir anklingt. Räumte 3 Sachen aus der Waschmaschine, dann hörte ich einen Vogel zwitschern. Ging runter, um die Vögel zu füttern, dabei kam ich in der Werkstatt an einem schönen Stück Holz vorbei und begann zu schnitzen. Schnitt mich in den Finger. Auf der Suche nach einem Pflaster fand ich das Kaffeewasser, das ich Stunden vorher aufgesetzt hatte. Schüttete den Katzen Grapefruit-Saft statt Milch in den Napf. Verteilte solange Streicheleinheiten, bis mir vergeben wurde. Las ein paar Gedichte. Weinte eine Weile. Wollte ein paar Fotos anschauen und stieß dabei auf alte Briefe. Das ging den ganzen Tag so - und mir ging es sehr gut dabei. Wenn das allerdings noch lange so weitergeht, versinke ich hier im Chaos und die Tiere wandern aus.

Morgens Gefühl, als hätte ich „mein Hütchen vergessen aufzusetzen“, als ich auf dem Rad zum Bahnhof fahre.

Fühle mich wie in einem Zelt, wie abgeschottet von der Außenwelt.

Angst vor anderen Menschen.

Extreme Angst vor neuen Situationen.

War kurz vor einer Panikattacke in einem Geschäft.

Denken fällt schwer; wie benebelt.

Mir gehen sehr, sehr viele Sachen durch den Kopf, aber ich kann sie gar nicht festhalten.

Wie betrunken; oder bekifft, schusselig; bin wacklig auf den Beinen.

Was ich getan habe, wird schon im Moment des Beginns vergessen; nichts findet ein Ende.

Was bin ich froh, daß ich diese Woche alleine bin. Allein die Vorstellung, daß mich jemand anspricht - und womöglich eine Antwort will! - treibt mich fast zur Verzweiflung.

Relativ entspannt in der Bahn, die anderen Fahrgäste stören mich nicht so sehr wie sonst ¥.

Egal; dieses „egal“ zieht sich durch die nächsten Tage, ist eine der vorherrschenden Empfindungen, nicht als Gleichgültigkeit, sondern als Gelassenheit ¥.

Gefühl, am Abend vorher auf einer guten Party gewesen zu sein [mehrere Tage].

Gelassen, arbeitssam.

Offener, entspannter Umgang mit Kollegen und Mitmenschen. Gelassenheit, angenehmes „Sein“ ¥.

Wache morgens mit nicht so starker Beklommenheit [gewöhnlich neige ich eher zu misanthropischer Haltung] auf wie gewöhnlich ¥.

Es macht mir wenig aus, daß ich nicht ansatzweise das schaffe, was ich erledigen will/muß ¥.

Das Mittel hat mir psychisch total gut getan, im Vordergrund stand Gelassenheit, Entspantheit, Zeit war nicht so wichtig. Der Schlaf war ungestörter, erholsamer. Das hat sich so dermaßen gut angefühlt, daß ich wirklich dachte, das Mittel möchte ich immer dabei haben ¥.

Trotz viel Arbeit verspürte ich keinerlei Druck und Streß; ich war sehr spontan und gesellig; diese Spontaneität habe ich mir schon lange gewünscht ¥.

Bin irgendwie [positiv] gleichgültiger geworden [dafür aber weniger diszipliniert].

Mußte sehr viel erledigen, wobei mir Kritik und Befehle, Projektionen von anderen nichts mehr ausmachten, auch wenn mein Umfeld sich zuweilen sehr gereizt zeigte. Ich nahm es ruhig und relativ locker.

Komme zu nichts, verzettele mich dauernd, Multitasking ultra, komplett pausenlose Tage, an denen ich die zweite Zigarette erst am späten Abend geraucht habe weil vorher nicht mal drei Minuten Zeit waren.

Ich war sehr konzentriert und arbeitete sogar motiviert und ohne innerlichen Druck verschiedenem Dinge ab.

Sehr unkonzentriert und müde.

Wahrnehmung verändert; ein "anderer Blick".

Ich vertraue meiner eigenen Wahrnehmung viel mehr, und durch dieses Vertrauen scheint sie sich ein wenig zu erweitern. Besonders bemerkbar macht sich das in Bezug auf die Menschen, die mir nahestanden, aber nicht mehr leben.

„Ein bißchen größenwahnsinnig, oder?“ ... „wieder ziemlich an der Grenze zum Größenwahn“.

Kummer, kann die Gefühle nicht ausdrücken; kann nicht weinen, klagen.

Brütet über ihren Kummer; „Wenn ich an meinen Kummer denke, dann ist es als ob ich in einen Abgrund falle. Entsetzen erfaßt mich. Abgrundtiefes Entsetzen! Hoffnungslosigkeit bettet das Entsetzen ein. Als ob meine Seele in einem tiefen, dunklen Loch ohne Hoffnung gefangen wäre.“

Reagiert sehr emotional auf Musik.

Bin in allem sehr langsam.

Reizbar; launisch; möchte alleine sein.

Lief völlig ziel- und planlos im Haus rum. Schüttete Wasser neben den Blumentopf. Trat meinem Kater auf den Schwanz, obwohl ich einen extra großen Schritt machte, um ihm auszuweichen.

Gefühl von Ameisenhaufen/im Bienenstock leben; alles furchtbar wuselig und streßig und viel zu viel; kein zu Ruhe kommen möglich.

Abends heftiger Streit, bin extrem aufgewühlt, verzweifelt, eine Sinnkrise, ich denke über Selbstmord nach.

Beschäftige mich tagsüber immer wieder mit dem Thema Tod [Ihr Vater liegt im Krankenhaus].

Viel Weinen; tiefe Trauer; Einsamkeit.

Die Tränen dürfen tropfen. Bin einfach nur traurig - ohne Selbstmitleid. Das ist ungewohnt und irgendwie schön.
Ich drehe Sachverhalte um und sage zum Beispiel, daß ich schwitze, obwohl es mir eigentlich kalt ist.
Verändertes Zeitgefühl, ich achte nicht so sehr auf die Zeit, gleichgültig wie viel Uhr es ist; Zeit ist nicht so wichtig, ich komme trotzdem pünktlich.
Zeit war nicht wichtig; wie aus der Zeit rausgefallen.
Sehr zerstreut, benebelt.

SCHWINDEL

Schwindel, der nach vorne zieht.
Schwindel mit Benebelung; Gefühl, nach rechts zu fallen.
Beim normalen Stehen verliere ich kurzzeitig das Gleichgewichtsgefühl.
Ein Schwindel- und Schwächegefühl begleitete mich den ganzen Tag.
Alles fühlt sich flattrig an; Schwindel, Nebel vor den Augen und ich sehe alles doppelt.

KOPF

Stark benebelt, verwirrt.
Während dem Lesen mittags ein drückendes Gefühl im ganzen Kopf.
Kopfschmerz: ich spüre sehr viel Druck auf den Kopf und wacklige Beine.
- hämmernder Kopfschmerz an den Schläfen.
- morgens Kopfschmerz wie hämmernd klopfend im Hinterkopf und dann in der Stirn und im ganzen Kopf. Mir „sitzt einer oben drauf“.
- klopfend, hämmernd, ziehend, von der linken Schläfe über das linke Auge zum rechten Schulterblatt.
- klopfender Kopfschmerz, mehr links.
- Stechen links im Kopf.
- der Scheitel tut weh, pulsierend, drückend.
- Schläfenkopfschmerz, rechts mit Stichen wie in Zeitlupe.
- Kopfweh auf der linken Seite zieht sich bis in die Zähne hinein.
Der Kopf schwankt, wie betrunken.
Jucken am Hinterkopf, im Laufe der AMP bilden sich sehr trockene Hautstellen, die sich in großen Schuppen ablösen.

AUGEN

Morgens trockene Augen.
Juckende Trockenheit der Augen, links mehr als rechts; oder auch feucht und juckend.
Die Augen fühlen sich an, wie nach einer verheulten Nacht; morgens Grind am linken Auge.
Morgens wäßrige Augen, auch juckend, Augenlider ebenfalls juckend, kann nicht aufhören zu reiben.
Erwache unausgeschlafen, die Augenlider fühlen sich drückend schwer an, die Augen sind wäßrig, das Sehen etwas verschwommen, was im Laufe des Vormittags verschwindet.
Die Augen fühlen sich verschleimt an.
Der linke Augenwinkel brennt und juckt.
Augen wie wund.
Rechter Augenwinkel rot und brennend.
Augen morgens rot und so, als ob ich zu viel gelesen hätte.
Linkes Auge rot um die Iris, brennend.
Morgens feste gelbe Krusten am Auge.
Muskelzucken und Zittern des linken Unterlides.
Erwache morgens schon mit Muskelzuckungen am linken Auge.
Die Augenlider brennen, die Augen fühlen sich müde an, das linke Auge ist rot, die Oberlider wie geschwollen.
Stark rotes, geschwollenes Augenlid, links.
Gefühl klarer zu sehen wenn auch verschwommen.
Nach dem Aufstehen ein grauer Schleier vor dem rechten Auge, der sich bald verliert.
Sicht verschwommen, mit Doppeltsehen.
Sehe immer wieder Lichtfünkchen, v.a. beim Lesen oder Schreiben.
Mir ist häufig, als sähe ich am Rand meines Blickfeldes etwas fliegen oder krabbeln - wenn ich hinschaue, ist es weg.
Viele Zuckungen um das linke Auge, sichtbar.

OHREN

Geräuschempfindlichkeit.
Gefühl von Jucken in beiden Ohrmuscheln.
Jucken tief innen im rechten Ohr.
Unangenehmes Pochen im linken Ohr.
Ohrenschmerzen.
Wie Rauschen in den Ohren.

NASE

Viele Gerüche aus meiner Kindheit sind wieder präsent, z.B. der Geruch von frisch beschnittenen Pferdehufen.
Bin extrem geruchsempfindlich, denke ich stinke und sogar draußen an der frischen Luft, wie moderige Erde.
Häufiges Husten-Würgen-Niesen - nicht genau unterscheidbar, was denn genau, aber sehr unangenehm; macht wütend.
Nasenrachenraum trocken und wund.
Katarrh; die Nase läuft; muß mehrmals niesen.
Wundes Stechen in der Nase.

Wundes linkes Nasenloch.

Wundheit links innen in der Nase; es bilden sich Krusten.

GESICHT

Trockene Haut im Gesicht, rau, sogar auf der Stirn, besonders faltig.

Faltiges Gesicht (bekannte Längsfalten über der Nase sind ausgeprägter).

Die linke Gesichtshälfte bis zum linken Ohr fühlt sich etwas geschwollen an.

Die linke Gesichtshälfte fühlte sich wie taub an.

Gefühl, die Gesichtshaut reißt ein.

Kleine stechende und sehr juckende Stellen im Gesicht und Genitalbereich.

Vereinzelt Pickelchen im Gesicht, wie in der Pubertät. Sieht eigenartig aus auf den ganzen Falten. Anachronistisch.

Die Oberlippe fühlt sich trocken an und leicht rissig.

Riß am linken Mundwinkel; wird über Tage immer großflächiger, reißt immer mehr ein, blutet.

Taubheit der linken Oberlippe.

Erst sehe ich Herpes bei meinem Dirigenten, dann bekomme ich selbst ein Bläschen an der linken Oberlippe (was am Folgetag bereits wieder verschwindet).

Juckendes Herpesbläschen oberhalb der rechten Oberlippe.

Wunde Oberlippe und wundes linkes Nasenloch.

Vermeehrt Muskelzuckungen im Gesicht, nur in Ruhe; mehrere Tage.

MUND

Trockener Mund, mit schlechtem Geschmack und Mundgeruch.

Leicht bitterer Geschmack direkt nach Einnahme, vor allem zu Beginn der Prüfung.

Rechts im Mund, genau an der Stelle meiner behandelten Zahnwurzel, bekomme ich Löcher im Zahnfleisch, zumindest fühlt es sich so an, die aber am nächsten Tag auch wieder verschwunden sind.

Kleine Entzündungen in der Mundschleimhaut.

Eine Schleimhautentzündung im Mund wird zur Aphte (neben dem Lippenbändchen).

Gefühl, als wären die vorderen Schneidezähne unten etwas zu lang.

Die vorderen unteren Schneidezähne sind empfindlich bei Gegendruck der Zungenspitze.

Schmerz in den linken, oberen Backenzähnen.

Beim Abendessen schmerzt ein Backenzahn links oben beim Kauen; die Gaumenschleimhaut bei diesem Zahn ist leicht entzündet.

Morgens im Halbschlaf verspüre ich einen lokalen Schmerz im Unterkieferbereich des linken Eckzahns, als würde dieser Eckzahn im Kieferbereich abfaulen.

Habe mir beim Mittagessen vorne rechts in die Mundschleimhaut gebissen, woraus in Tagen eine Aphthe entsteht, in der Mitte eitrig. Zungenspitze empfindlich auf Saures.

Ein winziges Zungenbläschen an der Zungenspitze.

HALS

Sehr trockener Hals und ein Gefühl von einem beginnendem Halskatarrh, linksbetont.

Sehr viel dicker grünlich-trüber Schleim im Hals.

Bin verschleimt; grünelblicher, dicker Schleim; ständiges Räuspern, aber keine Halsschmerzen.

Gefühl, als ob der Hals anschwillt.

Mehrmals starkes Kloßgefühl im Hals.

Kratzen im Rachen.

Halskratzen und Schleim in der Nase.

Morgens fühlt sich mein innerer Hals sehr empfindlich an (beim Schlucken wie leicht entzündet) .

Halsschmerzen beim Schlucken.

Hartes, übelriechendes Knötchen auf der rechten Mandel.

Bei Erregung treten extreme hektische Flecken am Hals hoch und am Dekolletée auf, sogar über die Schultern - großflächig, nicht punktuell.

Kleine, juckende, erhabene Stellen außen am Hals, rechts hinten unter dem Haaransatz, wie Stiche.

Kloßgefühl um die gesamte Schilddrüse; es arbeitet in der Schilddrüse.

Die Schilddrüse tut mir sehr weh.

VERLANGEN

Ich habe Unmengen Alkohol vertragen.

Kaffee; den sie aber nicht verträgt; wird nervös dadurch.

Schokolade.

Viel Lust auf Süßes.

ABNEIGUNG

Kein Bedürfnis nach Alkohol, ungewöhnlich.

Extreme Abneigung gegen Brot - allein der Gedanke daran verursacht Übelkeit.

Kaffee schmeckt mir nicht mehr so gut; habe fast nur noch Tee getrunken (schwarz oder grün), den jedoch auf einmal nur noch mit

Milch (war bisher noch nie) statt Zitrone.

UNVERTRÄGLICH

Vertrage keinen Kaffee.

Heißer, roter Kopf bereits nach einem Glas Wein.

VERDAUUNG

Beim Aufwachen extremer Durst, der auch nach einem halben Liter Wasser einfach nicht aufhört.

Appetitlos.

Kein Appetit auf nichts; esse nur, um mich zu ernähren und nicht zu zittern; meist abends 1 oder 2 Tafeln Schokolade.

Sodbrennen.

Häufig Übelkeit, manchmal mit Würgen.

Übelkeit, heftiges Aufstoßen, Magengrollen und nach wie vor Durchfall.

Starke Verdauungsbeschwerden mit Krämpfen in Magen und Darm, schmerzhafte Blähungen, Gefühl, die Nerven im Intestinum sind viel empfindlicher.

Brennende Magenschmerzen.

Kneifen im Magen beim Vornüberbeugen.

ABDOMEN

Blähungen, etwas Durchfall, schweres Rumpeln im Darm und Krämpfe.

Ver mehrt Blähungen.

Druck auf der Leber.

Stechen und Pulsieren in der Lebergegend.

Stechen und Pulsieren in der Milz.

Schmerzen im absteigenden Kolon, kurz, kommend und gehend.

An der Stelle, an der ich vor einem Jahr einen Leistenbruch hatte, unangenehmes Drängen, als ob das Gewebe wieder nachgeben wollte.

REKTUM

Durchfall; bis hin zu unwillkürlichem Stuhlgang in der Meinung, es gehe eine Blähung ab (höchst peinlich).

- Durchfall in Form vieler kleiner heller Würstchen, und dann denke ich [wobei ich mich schief lache], daß ich alle kleinen Würstchen ausscheiße, die einem manchmal das Leben so schwer machen.

Starkes Hitzegefühl und Stuhl drang trieb mich morgens um 6 Uhr aus dem Bett.

Verstopfung.

Häufig Stuhlgang, davor viel Rumoren im Darm. Konsistenz und Menge wie Kuhfladen. Dabei esse ich kaum etwas.

Jucken in After und Scheide.

Mein After juckt schier unerträglich.

(Starkes) Anusbrennen nach dem Stuhlgang.

MÄNNLICHE GESCHLECHTSORGANE

Kleine stechende und sehr juckende Stellen im Gesicht und Genitalbereich.

WEIBLICHE GESCHLECHTSORGANE

Menses: 3 Tage später.

- die (1 Woche nach Ende der Püfung eintretende) Regel bestand nur aus 7 Tagen Schmierblutung, das hatte ich noch nie [sonst sehr starke Blutung].
- in der Nacht das Gefühl, als ob meine Regel einsetzt und am Tag beginnt sie tatsächlich zu fließen (habe sie unregelmäßig und glaube, dass das Einsetzen mit dem Mittel zusammenhängt).

Pulsieren links in der Vagina.

Jucken in After und Scheide.

Heftig juckende Schamlippen.

Furunkel an den Schamlippen, die schnell reiften, kaum schmerzten und sich leicht entleerten (hatte ich früher häufig, allerdings immer äußerst langwierig, sehr schmerzhaft und belastend).

BRUST

Ich spüre meine linke Schulter und eine auffällige Kurzatmigkeit.

Beengtes Gefühl in der Brust, mit Atemnot.

Trockener Husten.

Gefühl von Asthma.

Gefühl, als ob die Innenseiten der Rippen jucken und kribbeln würden.

Im Brustraum wie ein Druck.

Druck in der Brust, bis in den Rücken.

Druck (und Stechen) in der Lunge, mehr links.

Brustschmerz wie wund, sehr schmerzhaft, stechend.

Extremer Wundheitsschmerz im Bronchialraum, bis ganz runter; und bis zum Schulterblatt ziehend.

Schmerz in der rechten Brust zwischen Brustwarze und Sternum; am Tag darauf abends wieder.

Abends Herzklopfen, aufgedreht, nervös, Herzschmerz vor Kummer.

Rippenzwischenräume rechts oben extrem schmerzhaft, zieht bis unter das Schulterblatt.

RÜCKEN

Mein Nacken links fühlt sich steif an und jede Anstrengung wird unmöglich.

GLIEDER

Meine linke Schulter zieht sich ständig nach oben und dann ist der Kontakt zum Herzen lahm gelegt. Später wird meine linke Seite taub, besonders im Kopf und bis zum 4. Zeh am linken Fuß.

Beim Erwachen im Halbschlaf spüre ich beide Unterarme wie eingeschlafen; das Taubheitsgefühl ist rechts stärker.

Meine Hände sind mir fremd. Muß sie immer wieder genau anschauen und wundere mich, daß sie zu mir gehören sollen.

Die Hände sind extrem rot, manchmal bläulich, und immer kalt.

Deutlich sichtbares Muskelzucken an der Außenkante der rechten Hand, minutenlang anhaltend.

Meine Hände sind lahm gelegt – ebenso mein linkes Bein bis zur Hüfte. Ich kann nicht mehr schreiben.

Der Kontakt zur linken Hand ist vom Kopf aus gekappt.

Sehr rissige trockene Haut an den Händen.

Im Zentrum des rechten Handtellers ein Ring (von 2cm Durchmesser) sehr kleiner, harter, juckender Knötchen, im Lauf der Zeit nach und nach abschuppend. Innerhalb des Ringes kribbelt es ständig. An der linken Hand bildet sich etwas Ähnliches, allerdings unregelmäßiger, nicht so ausgeprägt und nur während zwei Wochen.

Der linke Zeigefinger fühlt sich recht kalt an.

Ein winziger Eiterpickel auf dem Handrücken links, nahe dem Daumengrundgelenk.

Knacken im Daumengelenk.

Schmerzhaftes Ziehen im rechten Daumenballen, wie nach starker Belastung.

Betäubtes, kribbliches Gefühl im linken Ringfinger (wo ich mir mal die Kuppe abgeschnitten habe); die Stelle selbst ist immer so, aber es breitete sich auf die Außenseite des Fingers, den kleinen Finger, die Seite der Hand und den Unterarm aus, und beim Hinspüren auch bis in den Oberarm aus [mehrere Wochen anhaltend].

Die Spitze des linken kleinen Fingers ist wochenlang gefühllos, z.T. zieht sich das bis in den Unterarm.

Alle Fingerspitzen immer wieder wie taub.

Beide Daumenspitzen sind eingerissen und tun weh, die Ferse ist eingerissen und tut weh. Ich freu mich schon morgens darauf, abends früh ins Bett zu gehen.

Wacklige Beine; meine Hände sind lahm gelegt – ebenso mein linkes Bein bis zur Hüfte.

Wackelig auf den Beinen, zittriger, unsicherer Gang.

Körperlich sehr unsicher, unbeholfen, zittrig; die Extremitäten scheinen nur mit Verzögerung zu funktionieren.

Gefühl, als ob mir warmes Wasser an der Vorderseite des rechten Oberschenkels herunterrinnen würde.

Morgens ein Krampfgefühl im linken Oberschenkelbeuger.

Schmerz beider Knie, später vor allem im rechten Knie; besonders beim Treppabsteigen bemerkbar.

Schmerz am linken Fußballen, Joggen oder Abrollen kaum möglich.

Zwischen den Zehen am linken Fuß bilden sich trockene, weiße Stellen, die beim Warmwerden (im Bett oder am Ofen) anfangen, ganz unerträglich zu jucken. Durch Kratzen wird es immer noch schlimmer und fängt obendrein an zu brennen und heftig zu schmerzen - trotzdem kann ich nicht aufhören, wenn ich einmal angefangen habe. Nach 2 Wochen sind alle Zehenzwischenräume betroffen und an den Fußballen ist ein wellenförmiges, weißes Muster entstanden. Am kleinen Zeh hat sich ein tiefer Riss gebildet. Nach weiteren 4 Wochen sind der Juckreiz und die Schmerzen etwas abgeklungen, es sieht aber immer noch sehr ungesund aus. Die Zehenspitzen sind sehr rot, z.T. blau, schlecht durchblutet.

HAUT

Trockenere Haut als sonst; reißt besonders um die Fingernägel ein und ab (ist auch nach Wochen noch nicht wieder ganz normal).

Sehr trockene Haut an Händen und Füßen mit eingerissenen Fingerspitzen und Fußballen (altes Symptom).

Gefühl, meine Haut wird runzlicher, dünner; ich sehe schlecht aus.

Einzelne Petechien (etwa 25 gefunden).

Stark juckende Hautflecken, hart, wie Mückenstiche.

Jucken an allen behaarten Stellen; besonders stark am Hinterkopf und an den Schamlippen, aber auch Augenbrauen, Achselhöhlen und zwischen den Wimpern.

Einzelne Mitesser an ungewohnten Stellen.

SCHWEISS

Schweiß morgens beim Erwachen.

SCHLAF

War sehr unruhig und konnte nur schwer einschlafen.

Einschlafschwierigkeiten, dann starkes, zum Teil richtig pochendes Herzklopfen bis 4 Uhr.

- schlafe erst um 4 Uhr ein.

Mehrere Abende hintereinander um 20:30 Uhr zu Bett und morgens um Punkt 3:30 Uhr aufgewacht.

Relativ guter Schlaf, besser als sonst; weniger häufig aufgewacht.

Eine sehr unruhige Nacht, wälzte mich zunächst hin und her, konnte mich überhaupt nicht entspannen, angespannte Muskeln, hatte erfolglosen Stuhl drang, ständig bestand das Bedürfnis, mich irgendwie in alle Richtungen zu strecken.

Sehr schlecht geschlafen, sehr früh erwacht (um 2 Uhr), bis zum Morgen nur gedöst.

Der Nachtschlaf dauert nur bis 2 Uhr, bin dann hellwach, kaum mehr geschlafen.

Schlaflosigkeit ab 3 Uhr.

Mein Mann weckte mich, weil ich schnarchte; ich schreckte hoch, schrie und stammelte stotternd seltsame Laute hervor (kenne ich so nicht).

Starkes Hitzegefühl und Stuhl drang trieb mich morgens um 6 Uhr aus dem Bett. Da ich mich sehr unwohl und müde fühlte, legte ich mich erneut ins Bett und bemerkte einen sehr trockenen Hals und ein Gefühl von einem beginnendem Halskatarrh, linksbetont.

Morgens war ich total müde, so daß ich, nachdem ich die Familie versorgt hatte, mich nochmal hinlegte und bis 10:30 Uhr schlief. Ich konnte mich kaum aufraffen irgendetwas zu tun.

Träume: von der Kindheit, ohne mich an Einzelheiten erinnern zu können.

- vom früheren Beruf als Assistent und Kameramann; fotografische Filter sind mir heruntergefallen.
- ich hab furchtbar gräßlich geträumt [seit der Verreibung und mit der Prüfung träume ich wieder mehr, und Stück für Stück kann ich mich auch wieder mehr daran erinnern; die letzten Jahre war es eher wenig, was ich geträumt habe, nur ganz selten mal; früher habe ich andauernd epische Geschichten geträumt]; mir liefen heute morgen noch 2 Stunden die Tränen aus den Augen, ohne körperliches Heulen, und das Bild geht nicht gut weg. Mein Sohn war tot. Es war noch viel vorher passiert aber das weiß ich nicht mehr. Er war dabei und saß auf einem Stuhl mit an einem Feuer, und dann sackte er in sich zusammen. dann habe ich eine Erinnerungslücke. Klar eingebrannt ist, wie ich aus einem riesigen Stapel von Holzkisten eine nach der anderen herunter und bei Seite hiefe und dann die eine vor mir auf dem Boden habe und aufmache. ich wußte genau was drin ist. In der Kiste war ein großer Geigenkasten, bzw. mein Sohn, ein bißchen kleiner. Den öffnete ich auch und zog das Tuch zurück, war im Traum gefaßt, aber nicht genug [nur beim Versuch, das in Worte zu fassen, schnürt und krampft sich alles zusammen und die Tränen laufen wieder]. Gefühl von zugleich riesiger Felsbrocken im Körper und gleichzeitig hohl, um das zusammenkrampfend und platzend auch gleichzeitig; als verginge ich. Er war blau-grau, und hatte überall riesige zugenähte Schnitte, als wäre er obduziert worden. ich sammelte ihn aus der Kiste in meinen Arm zu mir. Er war weich und kalt, machte kurz die Augen auf, sah müde und unglücklich aus und guckte durch mich hindurch. Dann schloß er die Augen wieder. Darauf klingelte der Wecker. Mir ist immer noch schlecht, ich fühl mich verprügelt, bodenlos wackelig. Ihn heute Morgen lachend durch die Wohnung laufen zu sehen hat nicht das Geringste geändert; das Gefühl aus dem Traum läßt mich nicht los.
- ich befand mich in einem Haus mit überdimensional großen, dunklen Räumen. Bevor ich hier war, hatte ich das Gefühl, von einem Mann verfolgt zu werden, eine düstere Gestalt, Kapuzenjacke, in unserer Straße. Er kam wohl aus einer Hofeinfahrt heraus; hatte etwas Bedrohliches an sich. Überhaupt zeigte sich der Traum in grauschwarzweißen braunstichigen Tönen, irgendwie unheimlich, wie aus geheimnisvollen alten Filmen oder Kriegsfilmen. In diesem Haus wollte ich mich zur Ruhe begeben, gefühlmäßig in einem normal großen Bett. Aber die Dimensionen der anderen Möbel veränderten sich und wurden riesengroß. Ich stand umherschauend in dem Raum und war dennoch auch nur Beobachter meiner selbst. Ich kam mir etwas hilflos vor und konnte aber auch irgendwie nicht fliehen. Ich hörte, wie jemand sich nebenan auszog (wohl eher ein Gedanke) und es rauschte gleichzeitig vor dem überdimensional großen Fenster, von wo plötzlich eine dunkle Gestalt wie Spiderman durch das geschlossene Fenster hereinflug. Auf dem Boden angekommen, war er eigentlich kleiner wie ich, hatte legere Alltagskleidung an (kariertes Hemd) und stand zum Angriff bereit. Ich fühlte mich bedroht und schrie gegen 4:45 Uhr hell, grell und durchdringend auf, als wenn es um Leben oder Tod ginge. Es war so laut, daß ich es beim Erwachen noch hörte und dachte, mein Sohn müsse das auf jeden Fall gehört haben. Mein Sohn hatte auch wirklich meine seltsamen Schreie wahrgenommen und sich aufgeregt mit Taschenlampe bewaffnet nachts durch das ganze Haus einschließlich Garage durchgekämpft, um nach dem Rechten zu Schauen. Er konnte diese seltsamen Geräusche nicht zuordnen und dachte, es könnte auch unsere Katze sein, irgendwo eingesperrt. Ich lag im Bett und mußte grinsen. Dann setzte ich mich an den Bettrand, um einen Block zu holen und diesen Taum aufzuschreiben und bekam sofort einen Wadenkrampf rechts (Streckbewegung, Laufen taten gut, sowie auch Wasser lassen) [an so ein Albraum-Schreien kann ich mich nur ein- bis zweimal aus früheren Zeiten erinnern].
- wohnte (als Erwachsene) in dem Haus, in dem ich aufgewachsen bin. Meine Mutter kam zu Besuch. Das konnte ich gar nicht brauchen, weil ich sehr müde war und einfach meine Ruhe wollte - hatte aber das Gefühl, ich könne ihr ja nicht das Haus verbieten, in dem sie selber so lange gewohnt hat. Nach und nach kamen immer mehr Menschen, Verwandte, Bekannte, aber das schien mich gar nichts anzugehen. Ich zog mich in ein dunkles Zimmer zurück und versuchte zu schlafen, wurde aber immer wieder geweckt weil irgendjemand was von mir wollte. Bewegte mich total tolpatschig unter den Leuten, wollte/sollte irgendwas tun, war aber gar nicht richtig da. Hatte dann aber wohl doch zufriedenstellend funktioniert - alle waren wohlwollend. Hatte mal wieder keine Ahnung, worum es eigentlich ging [dieses Gefühl zieht sich schon mein ganzes Leben lang durch meine Träume; und oft auch durch mein „waches“ Leben].
- 2 junge, jugoslawische Männer waren mit mir an einem kleinen Bahnhof. Zwei Zugführerinnen lotsten einen Zug durch ein Loch im Boden auf geheime, unterirdische Schienen. Irgendwas Bedrohliches war im Gange, und wir mußten fliehen. Die Männer durften mit dem Geheimzug fahren, weil sie gerade ihr Medizinstudium abgeschlossen hatten, und Ärzte wurden dringend gebraucht. Mir wurde gesagt, ich solle mich im Wald verstecken.
- es waren überall Mücken.
- es ging um eine zweiköpfige Schildkröte, deren einer Kopf und ein Arm zerquetscht war, aber sie war trotzdem noch in Ordnung.
- ich gehe einen steilen Weg nach oben; der ist weiß von Schnee und sehr glatt; ich rutsche und bekomme Angst; in diesem Zustand ist der Weg zu steil. Also kehre ich um. Unten, auf dem breiten Weg, läuft eine Dame, die ich ein Stück weit begleite. Wir kommen an ein Tor, das ist, wo die Insel beginnt, aber die Insel, sagt die Dame, sollen wir nicht betreten, und so kehren wir auch an dieser Stelle um.
- nachts träume ich von einem großen Stein, der mir entgegen kullert. Ich wache auf und bin wie stumm, sprechen geht gar nicht.
- viel geträumt; gegen Morgen erinnere ich noch einen (künstlerischen) Vortrag über ein Wolfsmilchgewächs.

NERVEN

Nervensystem überreizt.

Zucken durch den ganzen Körper, wie Stromschläge, kurz nach dem Hinlegen.

Sehr viele unangenehme Zuckungen durch den ganzen Körper vor dem Zubettgehen (Zuckungen nach einem langen Tag sind bekannt, aber nicht in dem Maße).

Immer wieder unwillkürliche, ruckende Bewegungen, v.a. an Kopf und Hals.

FIEBER

Mir war irgendwie kalt.

Innerlicher Frost.

Große Frostigkeit.

ALLGEMEINES

Bin müde, obwohl ich genug schlafe; energielos und träge.

Morgens sehr müde, trotz ausreichendem Schlaf.

War den ganzen Tag über sehr müde.

Sehr starke Müdigkeit; legte mich nachmittags hin (sehr ungewöhnlich).

Sehr müde, wie ausgebrannt, erschöpft.

Gegen 17 Uhr war ich so müde, dass ich mich hinlegen mußte.

Das Lauftraining bekommt mir nicht: Gefühl, als ob ich auf dem Knochen laufe, die Muskeln und Bänder weicher sind, nachgeben. Ab 10km, spätestens mit 15km Gefühl, als ob die Hüftgelenke ausleiern, schlackern und nichts mehr zusammenhält. Denke „hätte ich doch eine Tüte dabei, damit ich meine Einzelteile, in die ich gleich zerfalle, einpacken kann“. Abneigung gegen Anstrengung; dagegen Lust zum Spaziergehen.

Körperlich sehr unsicher, unbeholfen, zittrig; die Extremitäten scheinen nur mit Verzögerung zu funktionieren.

Innerliches Vibrieren.

Abneigung gegen Anstrengung; dagegen Lust zum Spaziergehen.

Drang, draußen zu sein; am liebsten wäre ich rausgegangen.

Ein heißes Bad bessert.

