



## Die Sepia-Familie

Ch. P. Krüger

Diese drei Fallberichte bringen keine überwältigenden Heilerfolge. Es ging vielmehr um die homöopathische Gesundheitsfürsorge der ganzen Familie, die sich auf Anraten der Schwester der Familienmutter, homöopathische Hebamme, zur Gesundheitsvorsorge meldet.

Die Kasuistik ist allerdings insofern interessant, als Vater, Mutter und Tochter dasselbe Mittel - *Sepia* - brauchten, was relativ selten zu beobachten ist.

**Herr S.: „Ein Kick gegen meinen Antriebsschwund“**

Herr S., 42 Jahre alt, kommt am 19.9.95 wegen Depression, Erschöpfung und chronischer Müdigkeit. Er arbeitet mit behinderten Kindern im sozialpädagogischen Bereich in einer anthroposophisch ausgerichteten Institution. Ursprünglich ist er gelernter Schreiner.

Er macht auf den ersten Blick einen sehr offenen, freundlichen und sympathischen Eindruck, man könnte ihn fast sanft nennen. Seine Kleidung ist unauffällig, Bluejeans, Pullover.

„Ich arbeite zur Zeit nur 60 %. Letzten Sommer habe ich an einer intensiven Weiterbildung in Sozialpädagogik mit Diplom teilgenommen und habe unser Haus zu Ende gebaut. Seitdem ich damit fertig bin, geht es mir schlecht; wahrscheinlich habe ich mich total übernommen. Ich bin immer müde, brauche wohl mal einen Kick gegen meinen Antriebsschwund, darum bin ich hier.

Es gibt Tage, an denen könnte ich nur herumhängen und Romane lesen. Außerdem habe ich ständig einen Druck auf der Blase und könnte andauernd urinieren, besonders, wenn es mir kalt geworden ist. Darum trinke ich viel, meist zwei bis drei Liter, manchmal sogar vier Liter pro Tag. Ich habe ein großes Bedürfnis nach Bewegung: Ich laufe viermal pro Woche 5-20 km. Das ist wie ein Zwang, ich muß laufen, sonst fühle ich mich unruhig. Das Rennen bringt mir das Gefühl, richtig bei mir zu sein. Ich kann dabei sehr gut lernen, und es bleibt mir dann sogar! Wenn ich daheim bin, habe ich oft das Gefühl mißverstanden zu werden. Ich will dann meine Ruhe und nach den behinderten Kindern vom Tage nicht noch etwas hören.

Ich renne auch meiner Arbeit nach, weil ich das Gefühl habe, ich leiste nicht genug.

Ich denke, ich muß mir auf mühsamem Wege alles schwierig erarbeiten, was anderen leicht zufällt.“

**Kopf-zu-Fuß-Anamnese:**

Herr S. berichtet sehr detailliert auf entsprechende Fragen: „Auf dem rechten Auge bin ich weitsichtig, sehe nur 80 %, und brauche jedes Jahr eine stärkere Brille. Oft habe ich eine Art Entzündung in den Augen, als ob Sand drin wäre, das Weiß ist dann sehr rot, und ich leide dann unter Zugluft. Morgens ist es schlimmer, abends besser. Wenn dann noch diese Lichtempfindlichkeit dazukommt, bekomme ich Kopfschmerzen und werde gehässig.

Kopfschmerzen bekomme ich manchmal bei Streß mit anderen oder bei Streit in der Beziehung, oder wenn ich nicht akzeptiert werde. Aber das ist kein großes Problem.

Bei Streß und Überarbeitung bekomme ich leicht so ein Muskelzucken im Gesicht. Das stört mich manchmal. Bei Streß bekomme ich auch Fieberbläschen an der Unterlippe und im Mund Aphthen an der Innenseite der Wangen.

Zahnfleisch und Zähne sind nicht optimal. Ich habe noch eine Menge Amalgam im Mund.

Bei schlechtem Wetter oder Abkühlung bekomme ich sehr leicht Schluckweh und Nierenschmerzen. - Als Bub hatte ich sehr oft Angina und andere Drüsensachen, auch einmal eine Kehlkopfentzündung. Vor fünfzehn Jahren hatte ich eine Lungenentzündung. Seitdem arbeite ich nicht mehr als Zimmermann, weil ich mich dauernd wieder erkältete und durch die Holzschutzmittel Hautausschläge bekam. Alles, was mich belastet, kann mir Herzklopfen machen. Vor neun Jahren ist unser Sohn am plötzlichen Kindstod gestorben, das hatte mir sehr zu schaffen gemacht; aber das ist abgeschlossen. - Wir haben noch einen Sohn und eine Tochter. - Auch bei Streß, besonders wenn ich mal wütend bin und das nicht loswerden darf, bekomme ich Herzklopfen; das kann sich auch mit Stechen im linken Hoden bemerkbar machen. - Seitdem ich regelmäßig trainiere ist das besser.

Ich bin im allgemeinen ziemlich verfroren, jedenfalls kälter als meine Frau. Besonders in der Nierengegend wird es mir leicht kalt und bei kalten Füßen muß ich alle halbe Stunde urinieren. An der Wade bekomme ich leicht blaue Flecke und weiß oft nicht, wodurch. - Ich glaube, ich habe von meinem Vater die Anlage zu Hämorrhoiden geerbt.

Einen lockeren hochgeschlossenen Kragen kann ich schon mal vertragen, aber eine Krawatte trage ich nur im äußersten Notfall, sie engt mich ziemlich stark ein.

Ich habe einen riesigen Appetit, ich muß sogar mit Essen ziemlich bremsen und bewußt langsam essen, sonst esse ich zwei bis drei Teller leer, während die Familie gerade einen ißt.

Ich habe eine Vorliebe für alles Saure: Sauerbraten, italienisches Filetto al Tonno, auch alles, was mit Essig gewürzt ist - wie Essiggurken oder italienische Salatsoße.

Süßes mag ich auch mal, es hat aber bei weitem nicht den Stellenwert wie Saures. Fleisch essen wir selten. - Kartoffeln und Brot, auch trockenes, sind mir sehr wichtig. Sauren Thunfisch habe ich sehr gern oder auch mal einen gut gebackenen Krätzer. Früher habe ich literweise kalte Milch getrunken, aber aus gesundheitlichen Gründen verzichte ich darauf. Gemüse mag ich nicht sehr gern. Kohl und andere blähende Speisen plagen mich oft. Fett und Blätterteig kann ich nicht gut vertragen. Vielleicht hängt das mit einer früheren Gelbsucht zusammen?

Alkohol trinke ich nicht gern; ich werde davon schnell so duselig. Am liebsten trinke ich etwas Bier oder sauren Most. Salziges Zeug habe ich auch gern, z. B. Salznüßli oder Parmesankäse. Scharfes mag ich gar nicht; Bitteres hab ich mal ganz gern. Bei Aufregung oder Lampenfieber bekomme ich Durchfall. Nach dem Mittagessen und dem Geschirrspülen werde ich oft ganz plötzlich hundemüde; aber zehn Minuten Tiefschlaf machen mich wieder fit. Aber das macht mir oft ein schlechtes Gewissen, denn meine Leute haben ja auch einen Anspruch auf mich, und ich verzichte dann lieber auf meinen Mittagsschlaf.

Auf dem WC kann ich stundenlang lesen, dort habe ich meine Ruhe und kann abschalten.

Nach unserer letzten Tochter habe ich mich unterbinden lassen. Vor zwanzig Jahren hatte ich eine Hodenentzündung, die mir bei Aufregung oder bei zu wenig Sex aber auch jetzt noch manchmal Beschwerden und Schmerzen macht. Vor siebzehn Jahren hatte ich einen Tripper. Meine Haut ist in Ordnung. Als Bub hatte ich Warzen an den Händen, die weggeschnitten wurden.

Ich laufe im Sommer am liebsten nur barfuß, im Winter dann auf Strümpfen.

Ich schwitze am meisten im Gesicht, an Nacken und Hinterkopf. Schwitzen finde ich wahnsinnig angenehm, besonders, wenn es nach dem Rennen oder beim Schaffen in der Sonne richtig tropft.

Heißes Wetter kann ich gut vertragen. Aber ich würde nicht am Strand liegen und schmoren, das wäre mir zu langweilig; ich würde dann lieber ein bißchen schaffen.

Das Wetter hat - denke ich - keinen entscheidenden Einfluß auf mich. Bei Gewitter bin ich eher etwas ängstlich.

Beim Wandern bekomme ich leicht heiße Füße, daß ich - wenn irgend möglich - am liebsten barfuß gehe. In Wanderschuhen bekomme ich leicht Blasen an den Füßen.

Ich bekomme leicht Kreuzschmerzen, in der Gegend zwischen den Nieren. Feldenkrais-Therapie hat mir sehr geholfen. Vor Jahren habe ich drei Wochen flach gelegen wegen einem solchen Lumbago! Meine Rückenübungen bessern das; am schlimmsten ist es morgens beim Aufstehen und wird dann durch Bewegung besser; am meisten hilft mir das Rennen. Ich muß immer beweglich sein, damit ich mich nicht versteife. Ich bekomme auch sehr leicht Knieschmerzen, wenn ich nicht regelmäßig meine Beinmuskeln trainiere. Ich kann z. B. gar nicht gut bergab gehen, dafür aber Stunden ohne Probleme bergauf! Auch mit den Fuß- und Fingergelenken habe ich hin und wieder Probleme. - Schreibtischarbeit halte ich nur eine Woche lang durch, dann bekomme ich täglich mehr und mehr

Rückenschmerzen - ein Stechen, als wäre ein Wirbel blockiert. - Mein Schlaf ist gut - außer in den Tagen vor Vollmond. Ich schlafe am liebsten auf dem Bauch. Meine Frau sagt, ich knirsche häufig mit den Zähnen.

Morgens bin ich nicht gut ausgeschlafen."

*Angst?* — „Es macht mir Angst, wenn ich nicht verstanden werde. - Hohe Orte oder enge Plätze machen mir nichts aus. - Lampenfieber habe ich gelernt, mit autogenem Training zu überwinden. Ich könnte ohne Probleme vor Kollegen eine Rede halten, wenn ich was zu sagen hätte. - Gedränge in einer Menschenmenge habe ich gar nicht gern."

*Zorn?* — „Wenn ich unter Druck stehe, kann ich schon mal zornig werden, besonders, wenn ich unter Zeitdruck gesetzt werde. Ich gebe mir Mühe und mache meine Arbeit gut und gründlich. Ich kann es nicht leiden, wenn meine Arbeit von anderen nicht gewürdigt wird und einer etwas zum Mekern findet. Die Atmosphäre mit den Mitarbeitern oder mit der Umgebung muß stimmen, sonst gehe ich lieber fort."

Mit meiner Frau kann es mal Ärger geben, wenn sie mich vor anderen blöd hinstellt, oder etwa für mich denkt ...'Du hättest das doch so und so machen sollen...' Ich kann meine Sachen allein machen, ich habe mich immer autodidaktisch weitergebildet. Auch dieses anthroposophische Heim mit seinen Vorschriften gefällt mir nicht. - Aber ich möchte nicht gern allein Chef sein. Ich würde lieber in einem gleichberechtigten Team arbeiten und darin meine Fähigkeiten entfalten."

Ungerechtigkeit, Beleidigungen, Verletzungen? — „Ich habe als Kind lange eingenäbt und mußte deshalb im Kindergarten eine spezielle Hose tragen; das hat mich damals schon sehr verletzt. - Ungerechtigkeit kann mich echt zornig machen; ebenso Mißhandlungen anderer Menschen. Kriegsbilder kann ich tagelang mit mir herumtragen. Ich kann auch keine KZ-Bücher lesen oder anschauen, sogar manche Krimis oder Gewalt in Filmen können mich fertigmachen."

Als Kind hatte ich viele Konflikte mit den Eltern. Ich war ausgesprochen aufsässig, habe mich mit den Lehrern angelegt, wenn ich glaubte, es werde jemand ungerecht behandelt. Ich war auch aggressiv und in Prügeleien verwickelt. Irgendwann habe ich auch mal etwas geklaut. Bis zum Alter von zwölf Jahren war ich daheim, dann kam ich in ein Internat, weil ich 'verhaltensauffällig' war. Ich stand quergetrieben zwischen meiner älteren und jüngeren Schwester. Mein Vater war sehr vermögend, und ich hätte ein guter und braver Schüler sein sollen. Wegen sieben Fehlern im Diktat wurde ich geschlagen, das waren Gründe für meine Aufsässigkeit. Ich war schon aus Prinzip gegen jeden Lehrer und gegen jede Autorität! Das Militär war für mich fürchterlich. Ich mußte mir z. B. die Haare schneiden lassen! Ich habe die Leute provoziert, war in Opposition und jähzornig! Dar-

auf kam ich ins Gefängnis; aus Opposition trat ich zehn Tage in Hungerstreik und mußte daraufhin zum Psychiater. (Schweizerische Militärmaßnahmen, Anm.d.Verf.)

Auch heute noch können mich Leute mit großem Maul provozieren! Bei Kollegen und Mitschülern war ich immer ein beliebter Wortführer. Dann habe ich die Zimmermannslehre hingeschmissen und mit Ach und Krach die Handelsschule geschafft. Mit zwanzig Jahren habe ich den Zimmermann abgeschlossen."

Freunde, Hobbys? — „Alles, was mit Bewegung zu tun hat: Laufen, Spielen, Segeln, Schwimmen - aber auch Lesen.

Ich mache viel im Haushalt. Einmal pro Woche koche ich für die ganze Familie, ich wasche die Wäsche und hänge sie auf und putze regelmäßig das untere Stockwerk - und räume gern die Zimmer um." *Was war das Schlimmste in Ihrem Leben?* — „Der Tod des Kindes." *Was war das Beste?* — „Ich war bei den Geburten der Kinder dabei..." *Was würden Sie sich wünschen?* — „Mehr Gelassenheit. Ich möchte auf Konflikte besser reagieren können und nicht so aufbrausend sein, andererseits habe ich oft eine mir manchmal selbst unbegreifliche hohe Frusttoleranz und endlose Geduld, explodierte aber dann, wenn es zu viel wird." *Was macht Frust?* — „Wenn meine Arbeit, z. B. am Haus zu wenig beachtet wird. Das fällt meinen Leuten nur auf, wenn ich es nicht mache." *Was würden Sie tun, wenn Sie eine halbe Million im Lotto gewinnen?* — „Ich würde mir neue Laufschuhe kaufen und den Rest für später - auch für die Kinder - auf die Bank tun."

#### **Repertorisation:**

Folgende Symptome können zur Repertorisation herangezogen werden:

- Körperliche Anstrengung bessert
- Rennen bessert
- Zorn durch Widerspruch
- Ungerechtigkeit, erträgt nicht
- Schreckliche Dinge ergreifen
- Trost ungern
- Trotz
- Beschwerden durch Kränkung
- Schweiß Cervicalregion
- Durchfall durch Aufregung
- Äußerer Hals, Kragen verschlechtert
- Magen, Verlangen nach Essig
- Zugluft verschlechtert
- Füße entblößen

19.9.95: *Sep. M.*

4.10.95: „Es ist beeindruckend, was alles passiert: Zuerst hatte ich ein Ziehen im Ohr, das aber schnell wieder verschwand. Zwei Stunden später hatte ich eine Fieberblatter an der Lippe, die aber viel schneller verschwand als gewohnt. Dann schmerzten Fußgelenke und Knie, das ist inzwischen auch wieder gut. Aber ich habe mir den rechten Fuß verstaucht und mir dabei eine Bänderzerrung zugezogen, die jetzt noch schmerzt. Sonst geht es mir schaurig gut! Ich komme auch morgens besser aus dem Bett!"  
24.10.95: „Ich hatte nochmal eine Fieberblatter und Knieweh, aber jetzt ist es gut. letzte Woche waren wir wandern, dabei schmerzten ganz plötzlich wieder die Augen, aber waren gleich am nächsten Tag wieder gut. Meine Verdauung ist in Ordnung, die Blase auch. Ich fühle mich super, ganz gut aufgestellt."

17.7.96: „Ich habe Zahnschmerzen in einem kariösen hinteren Backenzahn am Oberkiefer, am schlimmsten in der Nacht. Ich habe eine ganz dick geschwollene Backe. Ich war schon beim Zahnarzt, aber die Schmerzen sind nicht besser. Ich habe bereits *Arn. C 30* und *Hyper. C 30* genommen, aber es hat nicht gebessert. Außerdem habe ich eine Stirnhöhlensache, Halsweh und bin heiser."

Er bekommt *Staph. C 200*. Am darauffolgenden Tag geht es ihm besser, nach zwei Tagen ist auch die geschwollene Backe gut. Vielleicht ist doch *Staph. sein* Mittel und nicht Sep.? Sollte er wirklich eine „männliche *Sepia*" sein?

24.10.96: „Ich fühle mich wieder so saftlos. Meine alten Depressionen kehren wieder."

Im Hinblick auf die gute Wirkung der *Staph.* bekommt er *Staph. XM*.

7.5.97: „Ich habe den ganzen Winter so lala verbracht. Es ging mir nie ganz gut und nie ganz schlecht. Aber jetzt brauche ich etwas." Auf die Frage, womit er sich besser gefühlt habe - mit Sep. oder *Staph.* -, antwortet er eindeutig: „Mit der *Sepia* ging es mir blendend, viel besser als mit *Staph.*!"

Er bekommt also Sep. *XM*.

29.5.97: „Ich habe Sep. *XM* am 9.5. gegen 23<sup>00</sup> Uhr eingenommen. Früh um 4<sup>00</sup> Uhr erwachte ich mit einem riesigen Herpesbläschen an der Lippe. Aber seitdem geht es mir super, viel besser als mit der *Staph.*" Sein freundliches Wesen, sein freiwilliger Verzicht auf volle Arbeitstätigkeit zu Gunsten seiner Frau, freiwillige Hausarbeit, eigene Entscheidung zur Sterilisation - das sind Zeichen für Sep.- aber auch *Staph.*-Männer, wie ich immer wieder beobachtet habe.

**Frau S.: „Diese soziale Ungerechtigkeit..!“**

Frau S., Jahrgang 53, kommt am 1.12.94 zur Anamnese. Frau S. ist eine schlanke, zarte, dunkelhaarige Frau, braune Augen, sehr offen und mitteilbar. Sie ist Lehrerin für Sozialpädagogik.

„Seit einem Jahr habe ich diese Darmprobleme, Brennen im Bauch und sehr viel Blähungen, die meinen Bauch fast ums Doppelte vergrößern. Ich komme mir immer vor wie im 6. Monat! Wenn ich meine Hose aufmache, wird es etwas besser. - Aber in den letzten fünf Monaten ist es nicht mehr so schlimm. - Vielleicht hat das psychische Ursachen: Vor neun Jahren ist mein Sohn Tobias im Alter von neun Monaten am plötzlichen Kindstod gestorben. Ein Jahr darauf begann dann diese Darmgeschichte. Aber es war kein direkter Kummer. - Letzten Sommer wurde eine Darmspiegelung gemacht, aber nichts gefunden. Man stellte nur fest, daß mein Dickdarm zu lang wäre.“

Was noch? — „Es brennt mich oft über dem Schambein. Ich weiß nicht genau, ob das die Blase ist. Es wird besser, wenn ich nachts aufs WC gehe. Es brennt immer stärker zwei bis drei Stunden nach dem Essen. Einen Zusammenhang mit dem Stuhlgang konnte ich noch nie feststellen. Bewegung bessert, besonders wenn ich rennen gehe.“

Noch etwas? — „Blähungen - *sehr* stinkend - gehen immer morgens vor dem Aufstehen ab. Aber ich kann das steuern. - Und Menseskrämpfe habe ich manchmal; sie werden besser am zweiten Tag. - Dann habe ich noch sehr empfindliche Augen, sie brennen oft wie entzündet. Im kalten Wind fließen meine Augen über.“

„Bei kaltem Wind brauche ich unbedingt ein warmes Stirnband, sonst bekomme ich Ohrenweh. - Früher hatte ich sehr viel mit den Stirnhöhlen zu tun. Als Kind hatte ich sehr viel Nasenbluten. - Ich habe oft schmerzhafte Bläschen auf der Zungenspitze und Aphthen im Mund. - Vor vier Jahren hatte ich nach der Zahnsanierung eine Amalgam-Vergiftung mit ganz bläulichem Zahnfleisch. Um diese Zeit war auch der Darm sehr schlimm. Damals hatte ich auch eine Entzündung am rechten Eileiter und Ovar. Im Spital wurde der rechte Eierstock entfernt. - Früher hatte ich sehr häufig Angina, Bronchitis und einmal eine Lungenentzündung. - Ich trage gern einen warmen Kragen, am Hals bin ich empfindlich für kalte Luft. Aber zu eng darf er nicht sein.“

*Herz - Kreislauf:* „Bei starken Blähungen kann es Herzklopfen geben. - Ich bin ziemlich verfroren, habe sehr viel kalte Hände und Füße. Ohne Bettsocken kann ich nachts nicht schlafen. - In der Schwangerschaft hatte ich Varizen an der Schamlippe und in der rechten Kniekehle.“ *Essen?* — „Mein Appetit ist gut -je nach Zyklus.“

Was essen *Sie besonders gern?* — „Hm - nicht zu sauer und nicht zu salzig, gern gut gewürzt, auch gern süße Sachen, beides zu seiner Zeit. Salat habe ich gern, aber nicht die Soße; Fleisch weniger, Fisch sehr gern, ich könnte zwei- bis dreimal in der Woche Fisch essen; Mehlspeisen und Kartoffeln habe ich gern, Knoblauch gern, aber Zwiebeln machen mir Beschwerden. Kaffee trinke ich immer ganz schwarz, denn Milch mag ich nicht. Ein Drei-Minuten-Ei habe ich gern, kann es aber nicht gut vertragen - auch Paprika nicht. Käse habe ich gern, aber er macht mir oft ein Brennen im Magen. - Ich trinke gern warmen Tee, gern mal ein Bier, gern mal ein Glas Wein. Von Rotwein bekomme ich entweder Durchfall oder Verstopfung. Der Blinddarm wurde operiert, danach war ich lange sehr schwach. Mein Stuhlgang ist sehr gut, wenn ich daheim bin. Beim Schaffen habe ich sehr oft Verstopfung und kann den Stuhl nicht recht herausbringen. Nach den Geburten hatte ich schmerzhaft Hämorrhoiden.“

„Früher hatte ich sehr oft Blasenentzündungen, mit Antibiotika behandelt. Fast jedesmal nach dem Verkehr bekomme ich eine Blasenreizung, die dann in eine Entzündung übergehen kann, wenn ich nicht sehr mit den kalten Füßen aufpasse. Seitdem ich regelmäßig rennen gehe, ist das mit der Blase nicht mehr so schlimm. Ich trainiere alle zwei Tage und laufe jedesmal ca. 10 km. Das ist die einzige Zeit, in der ich mal mit meinem Mann schwätzen kann. Wir haben ganz verschiedenen Rhythmen; wir teilen uns Haus- und Erziehungsarbeit. Ich arbeite tags und er nachts.“ „Meine Menses kommt regelmäßig; für die Krämpfe brauche ich jedesmal ein Spasmocibalgin-Zäpfchen; seitdem ich 15 Jahre alt bin.“

*Schwangerschaft?* — „Alice lag in Steißlage, hat sich aber dann gerade noch rechtzeitig gedreht. Als das mit Tobias passierte, hatte ich viele liebe Menschen, um darüber zu sprechen.“ „Früher hatte ich sehr viel mehr Ausfluß als jetzt.“

„Mein Mann hat sich unterbinden lassen, wir wollen keine Kinder mehr. Jetzt ist vieles einfacher.“

„Mit der Haut habe ich Schwierigkeiten, wenn ich beruflich Probleme habe. An meiner letzten Arbeitsstelle sagte man mir nach, ich sei subversiv und wolle immer regieren. Dort bekam ich häufig Nesselfieber. Aber seitdem ich gewechselt habe, ist das nicht mehr aufgetreten. - Während der Eileiter- und Ovarientzündung hatte ich einen knallroten Bauch, während der Lungenentzündung eine ganz rote Brust.“

„Im Alter von 20 bis 24 Jahren hatte ich sieben Furunkel - überall - Riesendinger! Gleichzeitig hatte ich Trichomonaden und mußte Antibiotika nehmen. Seitdem ist das nicht mehr aufgetreten.“

„Ich schwitze unter der Achsel, unterm Gürtel und zwischen den Beinen. Ich schwitze ungern, fühle mich dann nicht wohl. Ich habe aber gern eine warme Sauna.“

„Dieses trübe Wetter geht mir furchtbar auf die Nerven. Ohne schwungvolle Musik würde ich das nicht aushalten. - Von Föhn bekomme ich solch einen Druck im Kopf!“

„Sonne und Hitze habe ich *sehr* gern, ich *muß* dann raus! Gewitter habe ich gern, wenn es in der Natur so schaddert! Wenn es mich dazu treibt, habe ich auch mal Lust, bei Gewitter spazieren zu gehen. - Mit dem Wetter habe ich weniger Probleme, seitdem ich regelmäßig rennen gehe. Unser Hund trägt seinen Teil dazu bei, der bewegt uns.“ *Haut?* — „Früher hatte ich mal eine Warze am Fingerrücken, und eine Zeitlang eine Dornwarze unter der Sohle, die aber von allein wieder verschwunden ist. Im Sommer werde ich sehr braun. Früher hatte ich die ganze Nase voller Sommersprossen. Jetzt bekomme ich dort nur noch braune Flecke.“

„Früher habe ich sehr viel Kunstturnen gemacht, mußte damit aber wegen Scheuermann aufhören. Auch mit dem Speerwerfen mußte ich wegen eines chronisch eingeklemmten Nervs in der Schulter aufhören. - An der linken Hüfte und am linken Knie bekomme ich Schmerzen, wenn ich mehr als 20 km renne. Ich laufe für den „Sponsor für die 3. Welt“ - pro Kilometer gibt es fünf Franken. Wettkämpfe mag ich nicht.“ „Mein Schlaf ist sehr gut. Nach dem Mittagessen habe ich einen toten Punkt; den kann ich am besten durch Ablenkung oder Aktivität überwinden. - Vielleicht bin ich ein Nachtmensch? Ich gehe fast nie vor 24<sup>00</sup> Uhr zu Bett. Ich schlafe meistens auf dem Bauch.“

*Zorn?* — „Wenn die Kinder nicht folgen. Als Jules mich angelogen hatte, bin ich fast ausgerastet! Er wollte nicht die Zähne putzen und behauptete, er habe sie schon geputzt. - Politische Fehlentscheide können mich hochbringen! Und jede Form von *sozialer Ungerechtigkeit!* Wir sind deshalb auch in eine andere Krankenkasse eingetreten.“ *Angst?* — „Um die Gesundheit der Familie oder vor Krieg.“ *Wie ist das mit der Gesundheit?* — „Angst bekomme ich, wenn irgendein Organ nicht richtig funktioniert, was ich nicht beeinflussen kann. Ich habe mich z. B. damals gefragt - was soll das und woher kommt diese Sache mit dem Ovar? - Meine Eltern sagten immer: 'Du bist Deines Glückes Schmied' und darum beunruhigt mich alles, worauf ich selbst keinen Einfluß nehmen kann. Ich möchte gern über mich selbst bestimmen und möglichst alles in der Hand haben. - Ich beneide viele Frauen, die ihre eigenen Entscheidungen treffen, z. B. die Alleinerziehenden.“ „Widerspruch habe ich ungern, das wurmt mich.“

„Ich schaue nicht gern einen Abgrund hinab, aber auf einen Kirchturm würde ich der Kinder wegen steigen.“

*Lampenfieber?* — „Nein. Ich kann ohne Probleme ein Referat vor 100 Leuten halten.“

*Ordnung?* — Schubweise bekomme ich Ordnungswut. Aber ich glaube, das hält sich in Grenzen.“

*Was kann Sie am meisten verletzen?* — „Wenn mir jemand unberechtigt etwas vorwirft, so macht mich das traurig.“

*Weinen?* — „Kann ich gut - bei Verletzungen oder Kränkung, auch vor Rührung bei einer Taufe oder Geburt, oder beim TV. Trost habe ich gern, bin aber *gar nicht gern* abhängig von irgend jemandem. Ich fliege auch nicht gern, denn dann bin ich abhängig von dem Piloten. Ich fahre deshalb auch nicht gern im Zug, aber das läßt sich ja nun nicht immer vermeiden.“

*Hobbys?* — „Musik, Singen im Chor, alles, was mit Rhythmus zu tun hat.“

*Tanzen?* — „Ja, sofort - alles. Ich tanze gern mit meinem Mann, Paartanz, ich tanze aber genauso gern mit meinen Kindern. Irgendwann gehe ich mal in einen Tanzclub und lerne Rock 'n' Roll!“

### **Repertorisation:**

Eine Anamnese mit so klaren Sepia-Symptomen, daß man sich das Repertorisieren sparen kann!

Sonderlich: - Rennen bessert, körperliche Anstrengung bessert  
- Freude bei Gewitter

Gemüt: - Ungerechtigkeit, kann nicht ertragen  
- Abneigung, hantiert, behandelt zu werden  
(sie will selbst die Kontrolle über sich und ihre Umgebung behalten)  
- Tanzen

Allgemeines: - Kaltwerden der Füße, Beschwerden durch  
- Ohrenscherzen im kalten Wind  
- Abneigung gegen Milch  
- Verlangen nach Fisch (keine Sepia)  
- braune Flecke über der Nase  
- Kälte der Füße im Bett  
- Flatulenz, morgens, vor dem Aufstehen (keine Sepia)

### **Verlauf:**

Frau S. bekam am 1.12.94 *Sep. 200*.

Nach einer leichten Verschlimmerung der Darmbeschwerden für drei Tage ging es ihr anschließend in jeder Hinsicht sehr gut.

Am 19.9.95 traten nach beruflichem Streß wiederum Bauchbeschwerden auf, *Sep. M*.

16.12.95: *Sep. M.*

5.3.96: „Eingeklemmter Nerv im Rücken“ - *Rhus-t. C 30.*

24.10.96: *Sep. XM* wegen Sinusitis und Blasenentzündung durch kalte Füße. Seither keine gesundheitliche Störung.

### **Tochter Alice**

Alice, geboren am 9.12.81, kommt am 4.10.94 mit ihrer Mutter wegen Knie- und Bauchschmerzen. Sie ist ein bildhübsches Mädchen, dunkle Haare, hellbraune Augen, Bluejeans und Pullover. Ihre Mutter scheint recht dominant und redet lieber selbst, als daß sie ihrer Tochter das Wort überläßt. A. ist offenbar nicht immer derselben Meinung wie ihre Mutter, vielleicht ist sie ein wenig trotzig?

Also - die Knie stechen besonders an der Gelenkinnenseite, schlimmer bei Drehbewegungen, beim Radfahren und beim Bewegen nachts im Bett. Diese Schmerzen bestehen seit ca. drei Jahren.

Das Bauchweh tritt speziell bei und nach dem Essen auf und wird schlimmer, wenn A. in der Schule ein Referat halten muß. „Dann bekomme ich so ein Kribbeln im Bauch, das ist das erste Zeichen für die Bauchschmerzen.“ „Beim Essen muß ich manchmal die Hose aufmachen.“ Die Mutter erklärt: „Seit A. klein ist, verträgt sie keine engen Hosen. Die Bauchschmerzen können auch vor dem Stuhlgang kommen, aber nicht regelmäßig. Entspanntes Liegen bessert.“

*Was noch?* — „Wenn A. zu wenig getrunken hat, wird es ihr bei Anstrengung leicht etwas schwindelig.“

### **Kopf-zu-Fuß-Anamnese:**

Ohren? — A. antwortet: „Beim Radfahren im kalten Wind bekomme ich immer Ohrenscherzen. Ich brauche dann ein ganz dickes Stirnband.“ Die Mutter macht weiter: „ Sie hat jetzt viel Pubertätsakne zwischen den Augen, an Nase und Stirn, richtige Eiterpickel. Aber die Menses ist noch nicht aufgetreten. A. trägt nachts jetzt eine Zahnspange. Sie hat mit der Zunge die oberen Schneidezähne nach außen gedrückt, daher hat sie einen vergrößerten Gaumen, erklärte uns der Zahnarzt. Sie habe auch eine schwache Muskulatur um den Mund.“ — Objektiv ist davon nichts zu sehen. „Im Schlaf streckt sie oft die Zunge raus und schnarcht.“ Keine Angina, gelegentlich Schluckweh und Erkältungen. A. ist eher verfroren, sie hat leicht kalte Füße und braucht im Winter immer Bettsocken, sonst kann sie nicht schlafen.“ „A.'s Appetit ist normal.“

*Was ißt Du besonders gern?* — A. schaut die Mutter fragend an und meint: „Fisch.“ Die Mutter staunt: „Wie oft in der Woche hättest Du gern Fisch?“ „Na, vielleicht einmal.“

*Was magst Du noch gern?* — „Pizza mit Tomaten, Käse, Schinken und Pilzen.“ Die Mutter fährt fort: „Fleisch hat A. nicht gern wegen der Tiere, aber Wurst und Poulet ißt sie. Fett lehnt sie ab, aber sie hat gern Raclette.“

*Was noch?* — A. fährt fort: „Kuchen habe ich gern. Schocki esse ich nicht mehr wegen der Pickel.“

Die Mutter unterbricht: „Damit hält sie eine ganz strikte Disziplin.“ *Salat?* — „Ja, sehr gern, mit französischer Soße mit Knoblauch, aber *ohne Zwiebeln.*“

*Was magst Du gar nicht?* — „Milch - und Früchte, da esse ich nur Himbeeren oder Melonen. Gemüse habe ich auch nicht gern.“

*Geschmacksrichtungen?* — „Am liebsten salzig“ - ohne Nachsalzen - „oder gut gewürzte Sachen.“

Scharfes lehnt A. ab, gern Spiegeleier, gern mal etwas Saures, z. B. Essiggurken, gern mal Bündnerfleisch oder magere Salami. Die Mutter: „A. trinkt zu wenig, nur kalten Tee. - Mit der Blase hat sie schon öfter Probleme gehabt. Bei Erkältungen hat sie oft ein Brennen in der Blase und muß oft auf die Toilette. Nachts soll sie deshalb Angorahosen tragen. Wir hatten deshalb schon ziemlich viel Streit miteinander, weil A.

behauptet, sie könne mit denen nicht schlafen, weil sie so beißen, jetzt sind wir so übereingekommen, daß sie die Angorahosen über dem Pyjama trägt. - Jetzt hat sie immer etwas gelblichen Ausfluß.“ *Haut?* — „An der Handfläche hat sie eine Warze.“ *Schweiß?* — A. antwortet selbst: „Unter der Achsel, am Bauch und etwas an den Füßen.“

„Hitze im Sommer habe ich nicht gern.“ - Die Mutter ergänzt: A bleibt dann lieber im Zimmer oder geht rein, wenn es draußen zu heiß wird. Beim Wandern im Sommer trägt sie gegen die Sonne gern einen Hut. - Sie wird im Sommer nur wenig braun, bekommt aber trotzdem die ganze Nase voll Sommersprossen. - Im Winter wie im Sommer.“ A. hat sich schon mehrmals die Fußknöchel verstaucht. *Sport?* — A. antwortet: „Ja, Tanzen. Ich war auch mal beim Ballett, aber da gibt es so viele Vorschriften, das hat mir dann nicht mehr gefallen. Jetzt habe ich lieber Street-Dance oder Hip-Hop - Musik *muß* dabei sein.“ *Hast Du schon eine Idee, was Du mal werden möchtest?* — „Ja, vielleicht etwas mit Hotel? Oder Reisehosteß, aber auf gar keinen Fall Lehrerin!“ *Angst?* — „Wenn ich im Dunkeln allein heimkomme, daß da jemand kommen könnte.“

*Zorn?* — A. antwortet sehr impulsiv: „Über Unehrllichkeit und über Ungerechtigkeit!“

Die Mutter ergänzt: „Ja, da hat sie sich gerade gestern *sehr über* einen ungerechten Lehrer aufgeregt.“

*Gibt es sonst noch etwas Besonderes bei A.?* — „Vor einem Jahr hat sie einmal nachtgewandelt. Nachts knirscht sie oft mit den Zähnen. - A. ist *sehr* ordentlich, räumt in den letzten Jahren immer ihr Zimmer auf und putzt pflichtbewußt regelmäßig ihren Hasenstall.“

**Repertorisation:**

Es findet sich wieder die bekannte Sammlung an Sepia-Symptomen:

- Widerspruch, verträgt nicht
- Ungerechtigkeit, erträgt nicht
- peinlich in Kleinigkeiten
- Verlangen zu tanzen
- Zähneknirschen im Schlaf
- Fluor junger Mädchen (in oder vor der Pubertät)
- braune Flecken auf der Nase
- Ohrenscherzen im kalten Wind
- Kälte der Füße im Bett
- Abneigung gegen Milch und Zwiebeln

Alice bekommt am 4.10.94 *Sep. 200.*

1.12.94: Darauf geht es ihr sehr gut. Sie sei „psychisch ganz stark“ geworden, hat bisher nie mehr über Knieschmerzen geklagt, das Bauchweh tritt nur noch ganz selten bei starkem Streß auf.

19.9.95: Die Mutter berichtet: „Alice stellt sehr hohe Ansprüche an sich selbst, sie ist ein furchtbarer Perfektionist geworden. Dauernd kujoniert sie ihren Bruder (acht Jahre) herum. Die Knie machen sich jetzt wieder öfter bemerkbar - vielleicht weil sie so viel Street-Dance macht? - Aber ich finde, sie ist dabei lockerer geworden. - Ihre Blase ist gut, die letzte Blasenreizung war im letzten Winter. - In den letzten Monaten hat sich ihr 'Pferdegebiß' noch verstärkt.“ 19.9.95: *Sep. M.*

8.11.95: „Alice hat einen richtigen Power-Schub gehabt. Die Knie schmerzen manchmal wieder. Sie hat jetzt ihre Menses bekommen, ohne Beschwerden. Im Dezember 95 bekommt sie von der Mutter *Sep. XM.*

24.10.96: Alice hat wieder verstärkt Bauchschmerzen durch Schulstreß. Auch vor und während der Menses hat sie jetzt Bauchkrämpfe und unter der linken Fußsohle eine schmerzhaft Dornwarze. *Sep. XM II.*

Seither geht es A. gut. Die Dornwarze verschwand innerhalb von vierzehn Tagen nach der letzten *Sep.* und sogar das 'Pferdegebiß' ist besser geworden.

Alices Bruder Jules bekam wegen Jähzorns, Bettnässens und Wachstumschmerzen *Nat-m*. In dieser Sepia-Familie gibt es gelegentlich heftige Temperamentsausbrüche, aber alle finden gut wieder zusammen. Zwischen Sepia-Müttern und Sepia-Töchtern gibt es oft harte Zusammenstöße, weil jede der anderen gleichsam den Spiegel vorhält und jede gerade mit Vorliebe das tut, wogegen die andere 'allergisch' ist! Sepia-Töchter verstehen es meisterhaft, ihre Sepia-Mütter zu brüskieren. Aber es sieht so aus, als passe der *Sepia-Mann* mit seinen etwas weiblichen Charakterzügen ganz gut zu seiner eher männlich betonten *Sepia-Frau*. Familienprobleme werden beim gemeinsamen Joggen diskutiert.

Verfasserin: Christiane P. Krüger