

| <b>Mittel</b>                                      | <b>Symptome</b>   | <b>Verschlimmerung durch</b>   | <b>Verbesserung durch</b>                              |
|--|---|--|--|
| <b>Arnica montana<br/>(Bergwohlverleih)</b>        | Prellung, Zerrung, Verstauchung, Riss-/Quetschwunden, Blutungsneigung                                     | Berührung, Bewegung, Erschütterung, feuchte Kälte                            | Flachliegen, Ruhe, Wärme                               |
| <b>Hypericum<br/>(Johanniskraut)</b>               | Verletzung durch Splitter, Nägel, Nadeln, sehr schmerzhafte Stich- oder Risswunden, Sturz aufs Steissbein | Bewegen und Drehen des Kopfes, Wetterwechsel, Berührung, Nachts              | Liegen, Rückwärtsbeugen                                |
| <b>Rhus toxicodendron<br/>(Echter Gift-Sumach)</b> | Muskelkater nach Überanstrengung, Ischias, Hexenschuss, Folge von Durchnässung oder nach "Überlüpfen"     | Beim Beginn der Bewegung, Berührung, Nässe und Kälte, Zugluft nach Schwitzen | Fortgesetzte Bewegung, Wärme, heisses Bad, Lagewechsel |
| <b>Ruta (Gartenraute)</b>                          | Verletzung der Knochenhaut, Tennisellbogen, Sehnenverletzungen  | Ruhe nach der Bewegung, starke Bewegung, Treppe hinuntersteigen              | Wärme, leichte Bewegung                                |
| <b>Staphisagria<br/>(Stephanskörner)</b>           | Schnittwunden, schmerzhafte Narben, stechende Schmerzen, glattrandige Wunden                              | Feinste Berührung, nachts im Bett  | Ruhe, Wärme  |
| <b>Symphytum<br/>(Beinwell)</b>                    | Bei Knochenverletzungen und Knochenbrüchen, blaues Auge   | Druck, Berührung, Gesellschaft   | Wärme, Einhüllen                                       |