

Trichotillomanie – Mein dokumentierter Heilungsweg mit klassischer Homöopathie

von Linda Deslauniers

Mit 13 Jahren fokussierte ich meinen Blick auf meine Ponyhaare und entdeckte ein gespaltenes Haar. Ich hatte schon durch die Werbung gelernt, dass gespaltene Haare nicht gut sind und war irritiert, dass ich eins hatte. Ich schmitz es ab und suchte irgendwem nach weiteren gespaltenen Spritzen. Und dann konnte ich oft nicht aufhören. Es wurde zwanghaft.

In meiner Familie vor allem väterlicherseits wurden von mehreren Familienmitgliedern die Fingernägel bis ins Extreme abgekaut. Mütterlicherseits gab es Vorwissen von zwanzigjähriger Selbstverletzung. Letzteres erfuhr ich erst vor ein paar Jahren. Als ich mit etwa 11 Jahren anfang meine Nägel zu kauen, ermahnte meine Mutter mich ständig dieses nicht zu tun, was dazu führte, dass ich es tatsächlich einstellen, doch dann begann die Haarzieherei und die ließ sich nicht so leicht stoppen.

Einige Jahre lebte ich damit, und meine Eltern und Freunde auch.

Dann bekam ich mit 17 Jahren aufgrund einer Nierenentzündung Haarausfall, der nach 7 Monaten mithilfe einer homöopathischen Behandlung gestoppt wurde. Ich begann mich für das Thema Haare immer mehr für alternative Heilweisen und ganz besonders die Homöopathie zu interessieren.

Als ich mit dem Studium der Psychologie begann, fand ich Informationen über Trichotillomanie und diagnostizierte selber, dass ich von einer milden aber doch hartnäckigen Variante betroffen war. Durch das Konzentrieren auf gespaltene Spitzen entstanden keine kahle Stellen.

Ich hatte mit 18 Jahren eine Vision von einem „Haarheiler“, den ich dann später auch tatsächlich traf. Seine Methode des Hair Balancings, bei dem alle Haare durch eine bestimmte Schneidechnik in ein kinästhetisches Gleichgewicht gebracht

werden, resultierte in meinem Fall in einer langen Phase der Haarruhe. Ich behandelte mich auch energetisch tatsächlich in Balance. Ich erlernte diese Methode und unterrichte sie inzwischen weltweit. Die Original Hair Balancing Methode nach Mercury Young hat einen ausgleichenden Effekt auf das Sakral-Cranio-Therapie als dynamisch angeschene Schädelknochen-system, vor allem durch das rechrhynklige Zeichen der Haare beim Schneiden. Im Idealfall fühlt sich das Haar gewichtslos an.

Das Gewicht meiner Haare und eben wie es sich anfühlt, konnte ein Auslöser für mein Haarziehen sein. Ich verneide heute noch möglichst jegliche Erregung in Form von Spülungen oder Farben, Kalk oder Chlor, ähnlich schwer ertragbar wäre Nagellack auf meinen Fingernägeln.

Worauf ich zusätzlich achte, um mich in der haarziehrefreien Zone zu bewegen ist, dass ich genügend Schlaf habe und meine Stressoleranzgrenze nicht überschreite, denn Schlafentzug, Jelaug und jegliche Stimulanzmittel (Kaffee, schwarzer, grüner Tee, Alkohol, zuviel Zucker) bringen mich leicht aus dem Gleichgewicht und führen zu Nervosität, die dem Haarziehen vorausgehen konnte.

Ich habe nie Medikamente eingenommen, vertrage noch nicht mal Aspirin, keine spezielle langjährige Therapie gemacht, aber bin während des Studiums und Lebens immer wieder in therapeutischen Situationen gegangen (Einzelstunden, Workshops, Gruppentherapie, Familientherapie). Ich meditiere und praktiziere Yoga seit über 25 Jahren und habe hunderte von Büchern zum Thema persönliche Entwicklung und Heilung gelesen.

Doch wenn ich auf die letzten 30 Jahre zurückblicke, dann hat die klassische Homöopathie eindeutig den größten Anteil an meiner Heilung vom Haarziehen beigetragen. Sie war das Beständige, Stützende und hat immer wieder neue Erkenntnisse bewirkt und mich zur Arbeit an mir selbst aufgerufen. Von daher ist es mein Wunsch, dass durch meine Geschichte, Betroffene und Therapeuten sich für die Möglichkeiten alternativer Medizin öffnen und den Weg zur klassischen Homöopathie suchen.

Homöopathie ist eine Praxis der alternativen Medizin, die Substanzen aus Mikroorganismen, Mineralien, Pflanzen und von Tieren und Menschen gewinnt und durch rhythmische Verreibung und Verschüttelung in verschiedene Potenzierungen bringt. Das homöopathische Heilmittel wird entweder aus eine Flüssigkeit (Wasser und Alkohol) oder an Milchzuckerkügelchen gebunden und wird oral eingenommen. Es wird an gesunden Menschen geprüft.

Für jeden Menschen wird ganz individuell im Gespräch die Arznei herausgesucht. Der Name Homöopathie setzt sich aus den griechischen Worten *homos* und *pathos* zusammen und bedeutet „ähnliche Krankheit“. Das wesentliche Prinzip ist „Ähnliches heilt Ähnliches“, was bedeutet dass das Heilmittel die Symptome einer

kranken Person heilt, und in einer gesunden Person diese Krankheits Symptome produzieren würde, falls diese eine Arzneimittelprüfung macht. Mit anderen Worten gibt es eine Ähnlichkeit zwischen den Symptomen der kranken Person und der Toxikologe des Heilmittels. Die Homöopathie inhärent den Selbstheilungsmechanismus des Körpers und der Psyche, anstatt zu versuchen die Krankheits Symptome zu unterdrücken, sondern verschwinden durch das Heilmittel. Die Homöopathie ist das Gegenstück zur Allopathie ('allos' bedeutet anders), die Praxis der konventionellen Medizin, bei der pharmazeutische Medikamente eingesetzt werden, um das Symptom zu bekämpfen.

Die meisten Menschen wandern sich zunächst wie es möglich sein soll, dass drei Kügelchen Milchzucker aus einer kleinen Glasröhre auf der *Siftiza C200* draufsteht und die nur aus Milchzucker bestehen, in der Lage sind eine körperliche Krankheit oder sogar ein psychologisches Problem heilen zu können.

Die Homöopathie basiert auf Phänomenen, die nur durch Energien erklärt werden können, die mit dem Auge oder Mikroskop nicht wahrgenommen werden können. Genauso wie es unmöglich ist, Gefühle oder Emotionen oder unsere Seele zu sehen, ist ihre Existenz unbestreitbar. Wenn die Kügelchen in ein Labor geschickt würden, würden die Chemiker nur den Milchzucker finden. Homöopathie ist eine Medizin der Energie. Wenn eine Substanz trituriert wird, also in immer kleinere Teilchen gemahlen wird, wird ihre Essenz, die in der materiellen Ebene gefangen ist, befreit und an den neuen Körper (zum Beispiel dem Milchzucker) gebunden. Um die Homöopathie tiefer zu verstehen, müssen wir akzeptieren, dass wir spirituelle Wesen sind und als solche benutzen wir unseren Körper; um auszuweichen was unseren Geist verletzt und stört. Der Körper ist das Medium, das dem Geist hilft, sich zu entwickeln. Krankheit, und dazu gehört auch Trichotillomanie, ist immer ein Weg zurück zu sich selbst. Wenn eine Seele ein tiefes Trauma erlebt und mit sich trägt und folglich den eigenen Körper Haare ausreißt, können wir womöglich die Ursache der Trichotillomanie, die im mentalen und emotionalen Bereich verwurzelt ist, mit einem Heilmittel heilen, dass diese Bereiche berührt.

Bei mir hat die Behandlung durch die klassische Homöopathie nicht nur hinsichtlich des Haarziens funktioniert, sondern weit darüber hinaus zu meinem gesundenheitlichen und psychischen Wohlbefinden und meiner persönlichen Entwicklung beigetragen. Ich nehme nun seit 26 Jahren homöopathisches Heilmittel ein und werde dabei seit über zwanzig Jahren von ein und derselben klassisch arbeitenden Homöopathin begleitet.

Es brachte all meinen Mut (nach ein paar Gaben Calcium Carbonicum C200), meiner Homöopathin von meiner zwanghaften Gewohnheit zu erzählen. Wie er staunt war ich, als sie mich liebevoll anschaute, dass gar nicht verurteile oder schlimm fand und meinte, dass wir das schon in ein paar Jahren in den Griff be-

kommen würden. Sie erklärte mir, dass eine Behandlung von chronischen Leiden um das Optimum, Phobien, Zwängen schon zwei, drei Jahre brauchen kann.

Um das optimale Heilmittel zu bestimmen, braucht die Therapeutin viele Informationen. Es hat sicherlich geholfen, dass ich großes Vertrauen zu meiner Homöopathin hatte und mit ihr offen auch über intime und persönliche Themen, wie zum Beispiel meine Sexualität sprechen konnte. Sie konnte dann im Prozess der Arzneimittelbestimmung mein Mittel klar als Hyoscynamus (ein Pflanzenmittel) eingrenzen und verordnete mir zunächst eine Gabe C200.

Es fand eine milde Symptomverschlimmerung statt, ich verbrachte also ein paar Tage lang etwas mehr Zeit mit dem Erfühlen und Enternen von gespalteneren Haarspitzen, aber dann wirkte das Mittel und zum ersten Mal seit Jahren befand ich mich ein paar Wochen lang in einem Zustand, den ich als normal, ruhig, beschwerdefrei und ausgeglichen beschreiben würde. Die Erleichterung war enorm. So fühlte es sich richtig an. Es gab keine Nebenwirkungen.

In den folgenden Monaten und Jahren habe ich weiterhin das gleiche Mittel eingenommen bis hin zur 10 M Potenz, wann immer ich wieder an meine Haare griff. Dabei hat sich auf sanfter Weise meine Geschichte auf vielen Ebenen selbst erklärt. Meine Urwunde des Verlassenwerdens verbunden mit dem Liebesschmerz tauchte aus dem Unbewussten in therapeutischer Begleitung, auf gesprächstherapeutischer Ebene und durch Träume auf. Ich erlebe das Sterben meines Zwillingbruders im Uterus und mithilfe der Homöopathin konnte ich die, die damit zusammenhängenden schwierigen Gefühle, die ich nicht ausdrücken konnte, anschauen und verarbeiten.

Interessant war, dass ich einmal einen Rückfall zum Haarziehen hatte, als meine eigene Tochter 5 Monate alt war und ich hörte, dass mir nahe stehende Kunden, ihren Zwillingsson kurz vor seiner Geburt verloren hatten. Es hatte mich einfach um und ich zog mich in das Haarziehen zurück. Das Mädchen überlebte, bekam später noch einen Bruder und spielt heute, wenn wir in Los Angeles zu Besuch sind, mit meiner Tochter.

Das andere wesentliche homöopathische Heilmittel, das zu meiner Haarheilung beigetragen hat, heißt Natrium Muraticum, es ist Merzal. Es gilt als „Kummer-salz“, also als Hilfe zur Veranbeitung von Traurigkeit und Ängsten und ich habe es von der C30 bis einmal zu der 50 M Potenz eingenommen.

Ich bekam aber auch mal für akute Kränkheiten Tuberkulinum C200 oder Mercurius solubilis C200, je nach dem was für Themen bearbeitet wurden.

Diese Heilmittel gelten nicht allgemein als Haarzehlittel. Die Zusammenarbeit mit einem Homöopathen ist unbedingt notwendig, um das richtige Mittel für den Betroffenen in der richtigen Potenz zu wählen.

Es ist wichtig, zwischen den verschiedenen Behandlungsebenen der Homöopathie zu unterscheiden. Niedrige Potenzen (z. B. C6-C30) werden oft bei akuten Beschwerden eingesetzt. Mischpräparate, also Kombinationen aus verschiedenen Heilmitteln sind für Erkältungssymptome, Heuschnupfen, Schaflosigkeit usw. erhältlich.

Damit ähneln die Vorgehensweise allopathischer Medizin. Das Symptom wird bekämpft. Das Ziel ist es so schnell wie möglich Abhilfe zu schaffen.

Ob es auf dieser Ebene möglich ist, den Haarziehzwang aufzulösen, weiß ich nicht, da ich keine Erfahrung damit gemacht habe.

Die klassische Homöopathie erfordert ein tieferes sich Einlassen und eine Bereitschaft zur persönlichen Weiterentwicklung, was oft eine Herausforderung darstellt. Die höheren Potenzen können chronologisch und psychisch weiter zurück reichen als die niedrigeren Potenzen.

Die Chemie zwischen Behandler und Behandeltem muss stimmen. Ich empfehle ein kurzes Erstgespräch möglichst persönlich, denn im Idealfall bleibt man lange bei einem Homöopathen. Dadurch würde man sich auch wiederholte Mühe und Kosten des aufwendigen Erstgespräches, der Erstanamnese sparen.

Übrigens empfehle ich auch ein kurzes Kennen lernen beim Finden des richtigen Friseurs. Da ich nun selbst schon viele Jahre als Haartherapeutin tätig bin, habe ich erlebt, wie so ein Erstkontakt leichter Vertrauen schafft. Auch das Arbeiten am Kunden in privater Atmosphäre ist zu empfehlen. Viele meiner von Trichotillomanie betroffenen Haarkunden haben sich mir bestimmt deshalb öffnen können.

Bisher gibt es meinem Wissen nach noch keine wissenschaftlichen Studien zur homöopathischen Behandlung von Trichotillomanie.

Darum würde ich auch gern eine wissenschaftliche Studie, eventuell eine Dissertation zur langjährigen klassisch homöopathischen Behandlung bei Trichotillomanie machen. Wenn sich aufgrund dieser Veröffentlichung Interessierte melden, Trichotillomanie Erkrankte sowie klassisch arbeitende Homöopathen oder Trichotillomanie Forscher und Therapeuten, würde ich mich freuen.

Meine Haare repräsentieren in meinem Leben meine wunde Stelle, meine Schwachstelle, die ich in meine Stärke transformiert habe.

So stark war mein Bedürfnis nach Verständnis und Heilung, dass ich eine ganzheitliche Art des Haarschneidens erlernte, Psychologie studierte und während meiner beiden Studien, mich auf das Thema Haare konzentrierte, Bitcher zum Thema schreibe, unterrichte und Edelsteinkämmen herstellen lasse und vertreibe. Durch Haarausfall, Haarziehen, Unwohlsein beim Friseur und Unsicherheit hinsichtlich meiner äußeren Erscheinung war ich motiviert, mich dem Prozess der Ganzwerdung hinzugeben.

Meine Erkrankung wurde mein Weg. Nun lebe ich mit großer Dankbarkeit mein Leben leichter, befreiter, ruhiger, ich habe keine Angst vor Rückfällen, weil ich sie als Wegweiser sehe, aber eben auch, weil ich als Hilfe die homöopathischen Heilmittel im Rücken habe.

Link: www.homeopathie-forum.de