



Vorstand: Dr. med. Andreas Kappl, V.i.S.d.P  
Am Dornfeld 12, 92442 Wackersdorf, E-Mail: Info@medizinalpilze.de

## Schwere Schlafstörungen

**In meine Praxis kommen nicht selten postmenopausale Frauen, die Probleme mit dem Ein- und Durchschlafen haben. Verschiedene Ursachen sind möglich: hormonelle Umstellungen, eine Folge des Alters oder Stress und Sorgen. In diesem Fall scheinen die Sorgen im Vordergrund zu stehen.**

Die 48 Jahre alte Anna M. ist verheiratet und hat einen Sohn. Sie wirkt gestresst und müde, als sie mir berichtet, was sie im vergangenen Jahr erlebte. Innerhalb von einer Woche starb ihr Vater an den Folgen eines Unfalls und bei ihrem Ehemann wurde ein Non-Hodgkin-Lymphom diagnostiziert. Der Horror ging noch weiter, als der Ehemann mit einer Chemotherapie begann und nach einem CT wegen einer schweren Anaphylaxie ins Koma fiel. Der Stress ist überstanden, der Mann hat überlebt und sein Lymphom ist seit etwa einem Jahr verschwunden. Nur die Schlafstörungen, unter denen Anna seit dieser Zeit leidet, sind leider geblieben. Wenn sie sich hinlegt, schläft sie zwar ein, ist aber nach einer Stunde wieder wach und topfit.

Falls sie dann doch noch einmal einschläft, wacht sie 2-Stunden-Rhythmus wieder auf. Sie beschreibt, dass sie einfach wach wird, ohne zu grübeln („keine Gedankenkreisel“). Der schlechte und mangelhafte Schlaf führt verständlicherweise zu Tagesmüdigkeit und starker Erschöpfung, sodass sie kaum arbeitsfähig ist.

Eine Blutuntersuchung ist o.B., die Frage nach der Ursache bleibt deshalb weiter unbeantwortet. Die Patientin selbst hatte sich ihre Schlafstörungen mit dem großen Kummer erklärt. Allerdings halfen ihr weder die in der Homöopathie als große Kummermittel bekannten Mittel Ignatia amara noch Natrium muriaticum. Sie leidet darunter, dass sie selbst nicht weiß, warum sie immer noch nicht schlafen kann. Eigentlich sei ja alles in Ordnung und sie weiß, dass es ihrem Mann gut geht. Um wieder zur Ruhe zu kommen, hatte sie bereits mit einer Psychotherapie begonnen, der Einsatz von Benzodiazepinen wird in Erwägung gezogen.

In dieser Situation und nach längeren Gesprächen mit der Patientin verordne ich ihr Cordyceps (morgens eine Kps) und Hericium (abends

eine Kps). Schon nach vier Tagen ruft sie mich an, weil sie statt einer Stunde zum ersten Mal wieder fünf Stunden geschlafen hat. Nach vier Wochen schläft sie durch!

Erstaunlich für mich war in diesem Fall, dass altbewährte homöopathische Kummer- und Trauermittel nicht zum Erfolg führten (was die Homöopathin in mir zugegebenermaßen ärgerlich!). Nicht erst seit diesem Patientenbeispiel sehe ich den stärkenden Cordyceps gerne auch als Symbol und Heilmittel für Verwandlung bei leidgeprüften Patienten. Das Bild einer sich häutenden Raupe, aus der dann der Schmetterling hervorschlüpft und in neue Gefilde fliegt, erscheint mir hier sehr passend. Hericium war mit seiner nervenstärkenden, erden- und Schlaf fördernden Wirksamkeit das passende Puzzleteil – nicht nur in diesem Fall.



**Therese Lorbert**  
Bahnstr. 43  
47877 Willich

## Termine

18. März 2014 in Bautzen  
**Vitalpilze – Gesunderhaltung und Einsatz bei Krankheiten.** Was können Vitalpilze in der heutigen Zeit leisten?  
Vortrag: 19 bis 21 Uhr  
Dipl. Med. Päd. (FH) HP Karin Krüger

29. April 2014 in Bautzen  
**Vitalpilze – Gesunderhaltung und Einsatz bei Krankheiten** Was können Vitalpilze in der heutigen Zeit leisten?  
Vortrag: 19 bis 21 Uhr  
Dipl. Med. Päd. (FH) HP Karin Krüger

10. Mai 2014 in Freising  
**Frequenztherapie mit NPE+ und BioTelematik**  
HP Andrea Speckmaier

13. Mai 2014 in Dresden  
**Medizinalpilze und Mykomolekulare Therapie**  
Vortrag: 18 bis 21 Uhr  
Dipl. Med. Päd. (FH) HP Karin Krüger

17. Mai 2014 in Wackersdorf  
**Kinesiologie I – Grundkurs**  
Tagesseminar: 9 bis 17 Uhr  
Dr. med. Andreas Kappl

24. Mai 2014 in Freising  
**Medizinalpilze und Mykomolekulare Therapie.** Grundlagenseminar mit praxisrelevanten Infos zu Pilzen, Vitaminen und Co.  
Tagesseminar: 9 bis 17 Uhr  
HP Andrea Speckmaier

24. Mai 2014 in Hannover  
**Medizinalpilze und Mykomolekulare Therapie.** Das Grundlagenseminar mit praxisrelevanten Infos zu Pilzen, orthomolekularen Substanzen und Phytotherapeutika  
Tagesseminar: 9 bis 17 Uhr  
HP Therese Lorbert

7. Juni 2014 in Hannover  
**Medizinalpilze und Mykomolekulare Therapie. Möglichkeiten und Grenzen der Tumorthherapie**  
Tagesseminar: 9 bis 17 Uhr  
HP Therese Lorbert

28. Juni in Hannover  
**Grundsicherung und Entgiftung**  
Tagesseminar: 9 bis 17 Uhr  
HP Therese Lorbert

28. Juni 2014 in Freising  
**Medizinalpilze und Mykomolekulare**

**Therapie.** Möglichkeiten und Grenzen der Tumorthherapie  
Tagesseminar: 9 bis 17 Uhr  
HP Andrea Speckmaier

20. September 2014 in Essen  
**Medizinalpilze und Mykomolekulare Therapie.** Das Grundlagenseminar mit praxisrelevanten Infos zu Pilzen, orthomolekularen Substanzen und Phytotherapeutika  
Tagesseminar: 9 bis 17 Uhr  
HP Therese Lorbert

27. September 2014 in Freising  
**Grundsicherung und Entgiften**  
Tagesseminar: 9 bis 17 Uhr  
HP Andrea Speckmaier

11. Oktober 2014 in Essen  
**Medizinalpilze und Mykomolekulare Therapie.** Möglichkeiten und Grenzen der Tumorthherapie  
Tagesseminar: 9 bis 17 Uhr  
HP Therese Lorbert

25. Oktober 2014 in Freising  
**Frequenztherapie mit NPE+ und BioTelematik**  
HP Andrea Speckmaier