



Als Kreislaufstörungen werden ein Absinken des Blutdrucks und eine Schwächung des Kreislaufs mit den sich daraus ergebenden Folgen wie z. B. Schwindel, Übelkeit, Kopfschmerzen und in schlimmen Fällen Ohnmacht (mit Sturzgefahr!) bezeichnet.



Personen, die an Kreislaufstörungen leiden, haben meist von vorneherein einen niedrigen Blutdruck. Kommt dann ein weiterer Auslöser hinzu, sackt der Blutdruck noch weiter ab und es treten die erwähnten Beschwerden auf. Häufige Auslöser sind Umwelteinflüsse, z. B. schnelle Wetterumschwünge, große Hitze im Sommer oder drückendes schwüles Wetter. Darüber hinaus kann es auch durch Stress, körperliche Anstrengung, langem Stehen („das Blut versackt in den Beinen“) oder aufgrund psychischer Ursachen,

wie z. B. Angst vor Blut oder Spritzen zu Kreislaufstörungen kommen.

Als vorbeugende Maßnahmen können regelmäßiger Ausdauersport und eine ausgewogene Ernährung (viel Gemüse und Obst, wenig Alkohol, kein fettes, den Magen belastendes Essen) den Blutdruck stabilisieren.

Hilfe kommt auch aus der Homöopathie: So wird z. B. Crataegus D4 (Weißdorn) bei Herz- und Kreislaufstörungen wie Herzschwäche, Altersherz, Herzrhythmusstörungen, Angina pectoris und Störungen des Blutdrucks und Cactus D2 (Königin der Nacht) bei organischer und funktioneller Herzkrankheit eingesetzt. Tabacum D4 (Tabak) findet Anwendung bei Beschwerden infolge von Blutdruckabfall. Camphora D2 (Kampfer) bringt bei Kollapszuständen Linderung. Ein in der Praxis seit über 50 Jahren erprobtes Arzneimittel bei Kreislaufbeschwerden, das die genannten homöopathischen Wirkstoffe enthält, ist das Nestmann Kreislauf-Tonikum. Dieses Homöopathikum hat sich sowohl bei chronischen Verlaufsformen als auch im Akutfall, z. B. mit einem Teelöffel Wasser oder auf Zucker genommen, bewährt.