

Wissen, was Gesundheit bedeutet

To Know What Health Means

Die Naturheilkunde, auch Komplementärmedizin genannt, basiert auf einem ganzheitlichen System mit dem Ziel, unter Anwendung natürlicher Ressourcen die Quellen der individuellen körpereigenen Ordnungs- und Heilkräfte zu stimulieren, während sich die Schulmedizin therapeutisch vor allem auf einzelne Organsysteme konzentriert. Die Health-Care-Expertin, Beate Klinger, gibt einen kurzen Überblick über einige Methoden.

Leitlinie der Komplementärmedizin in der Klinik ist: soviel Naturheilkunde wie möglich, soviel Schulmedizin wie nötig! Der Nutzen der Naturheilkunde am therapeutischen Vorgehen liegt in dem heilungsfördernden Einfluss auf Durchblutung, Stoffwechsel, Muskulatur, Immun- und Hormonsystem. Zum Spektrum der Naturheilkunde gehören Sonne, Licht, Luft, Bewegung, Ruhe, Nahrung, Wasser, Kälte, Erde, Atmung, Gedanken, Gefühle und Willensvorgänge. Zum klassischen Naturheilverfahren zählen Hydrotherapie als Kälte- und Wärmemaßnahmen, Bewegungstherapie in Zusammenhang mit der Atmungstherapie, Ernährungstherapie als bedarfsgerechte Nährstoff-Kombination sowie Heilfasten, Ordnungstherapie zum Stressabbau, zur Neuorientierung und zur Lebensstiländerung und schließlich die Phyto-Therapie zur Heilung durch Pflanzen. Erweiterte Naturheilverfahren sind sog. ausleitende Verfahren, wie Aderlass, Blutegeltherapie und Schröpfen, zur Ableitung schädlicher Stoffe. Bei der Neuraltherapie wird in Störfelder injiziert, zur Lösung von Blockaden, die andernorts Schmerzen auslösen. Mit der Hyperthermie wird über eine Körpererwärmung bis zu 40°C eine Art therapeutisch wirkendes Fieber simuliert.

Die klassische Homöopathie »heilt Ähnliches mit Ähnlichem«, was bedeutet, dass Zubereitungen aus Pflanzen, Terteilen und Mineralien unverdünnt die Beschwerden auslösen, die sie verdünnt heilen helfen. Die Medikation, die eine sehr umfassende Anamnese durch einen

Fachmann voraussetzt, richtet sich auf körperlich-biopsychologische Eigenarten.

Zu der theoretischen Grundstruktur der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) gehört das Qi (Lebensenergie), das über 14 Meridiane (Energieleitbahnen) durch den Körper fließt. Bei Störungen des Energieflusses kommt es zu körperlichen und geistigen Gesundheitsbelastungen. Qi Gong (Arbeit am Qi), therapeutische Maßnahmen direkt am Qi, zielen auf einen störungsfreien Fluss ab. Die Akupunktur nutzt Hunderte von Punktionsstellen auf den Energieleitbahnen, wobei die Heilkraft der Nadeln durch das Abbrennen von Beifußkraut (Moxibustion) verstärkt werden soll. Bei der Tuina-Massage wird an Muskeln und Sehnen geschoben, gegriffen und geknetet.

Einzigler Lehrstuhl-Inhaber in Deutschland für Naturheilkunde und chinesische Medizin ist Prof. Dr. Gustav Dobos, Universitätsklinikum Duisburg-Essen. Im Akut-Krankenhaus werden neben modernen diagnostischen und therapeutischen Maßnahmen umfangreiche Selbstheilungsmethoden bei schwer behandelbaren inneren- und Schmerz-Erkrankungen angeboten. Pflanzliche Arzneimittel, Bewegungstherapie und Ernährungslehre



Prof. Dr. med. Gustav J. Dobos,
www.uni-duisburg-essen.de/naturheilkunde



Dr. med. Benno Ostermayr,
www.kfn-muc.de

runden die Therapie ab. Im akademischen Lehrkrankenhaus der Ludwig-Maximilians-Universität München nutzt der Leiter der Klinik für Naturheilverfahren, Dr. Benno Ostermayr, in der Tumor- und Rheumabehandlung ebenso wie bei Allergien und Darmerkrankungen konsequent die Möglichkeiten der Komplementärmedizin. Schwerpunkt sind Homöopathie, Bewegungstherapie und Hyperthermie.

Naturopathy, also known as complementary medicine, is based on holistic treatments using the body's own natural resources to stimulate healing. The health care expert Beate Klinger gives you a general view of some methods: »The guideline in complementary medicine is: use as much naturopathy as possible and use only as much orthodox medicine as necessary! The therapeutic benefits of naturopathy are its healing influences to circulation, metabolism, muscles-, immune- & endocrine systems. The spectrum of naturopathy includes sun, light, air, exercise, rest, food, water, coldness, soil, breath, thoughts, feelings & voluntary processes.«