

## Traditionelle chinesische Medizin

Der Schwerpunkt der traditionellen chinesischen Medizin liegt in der Akupunktur. Daneben gibt es traditionell verordnete und zubereitete Medikamente sowie Wärmebehandlungen, Massagen und diätetische Maßnahmen.

## Akupunktur

Die traditionelle chinesische Medizin geht davon aus, dass die Lebensenergie in einem bestimmten Rhythmus in 14 Meridianen (Leitbahnen) durch den Körper fließt. Krankheit bedeutet Störung dieses Energieflusses. Auf den Meridianen liegen die 361 klassischen Akupunktur-Punkte, die jeweils spezifische Heilanzeigen haben. Ziel der Akupunktur ist es, über diese Punkte mit feinsten Nadeln Heilreize zu setzen, die die Ausgewogenheit des Energiekreislaufs wiederherstellen; Energie wird also zu- oder abgeführt.

Es gibt wissenschaftliche Hinweise auf eine positive Wirkung der Akupunktur bei chronischen Schmerzzuständen, wie

- chronische Kopfschmerzen (u. a. Migräne)
- chronische Lendenwirbelsäulenschmerzen und
- chronische Schmerzen bei Knie- und Hüftgelenksarthrose.

Der Einsatz der Akupunktur in diesen Bereichen ist relativ unstrittig. Unsere Versicherten können somit davon ausgehen, dass die Kosten einer medizinisch notwendigen Behandlung tariflich erstattet werden.

Gerne prüfen wir, ob ggf. auch andere Indikationen berücksichtigt werden können.

## Chinesische Arzneimitteltherapie

Mit Hilfe von Extrakten aus Pflanzen und anderen Stoffen kann der TCM-Arzt wertvolle Hilfe bei der Genesung leisten.

Die chinesischen Arzneimittel werden entweder als Kräutermischung verschrieben, die der Patient selbst abkochen muss, oder es werden sogenannte Granulate verordnet. Diese Granulate bestehen aus pulverisierten Bestandteilen der Arzneien und können mit etwas Wasser eingenommen werden. Manche Rezepturen liegen auch als Tabletten vor. Schließlich lassen sich auch alkoholische Auszüge herstellen, die tropfenweise mit Wasser oder Tee eingenommen werden.

Die Abkochungen, auch Dekokte genannt, sind nicht etwa Tees, wie oft zu lesen ist, sondern ebenso wie Granulate, Tabletten und Tropfen äußerst wirkungsvolle Medikamente, deren Dosierung genau zu beachten ist. Es werden nur zertifizierte und regelmäßig auf Wirkstoffgehalt und Reinheit kontrollierte Arzneien eingesetzt.

## **Anthroposophische Medizin**

Die anthroposophische Medizin sieht die Wechselbeziehungen zwischen Leib - Geist - Seele als Ursache für das Entstehen von Gesundheit und Krankheit. Ihr Ziel ist, die Harmonie dieser Wechselbeziehungen wieder herzustellen. Dabei stützt sie sich bevorzugt auf natürliche Substanzen (Pflanzen).

## **Heileurythmie**

Die Heileurythmie versucht über bestimmte Bewegungen den Körper sowie das Lebensgefühl und damit auch gesundheitliche Belange positiv zu beeinflussen.

Die Heileurythmie entspricht durchaus dem modernen Verständnis, welchem in ähnlicher Art auch die Ergotherapie entspricht, nämlich dass zahlreiche gesunde Körperfunktionen durch Bewegung gefördert, bzw. krankhafte Zustände durch Bewegung korrigiert werden können. Die Indikationen für Heileurythmie reichen von der unterstützenden Therapie bei Krebsbehandlungen bis zu psychomotorischer Entwicklungsverzögerung (Legasthenie, Hypokinese u.a.). Praktisch jede Erkrankung kann unterstützend durch Heileurythmie therapeutisch angegangen werden.

## **Rhythmische Massage**

Die Rhythmische Massage ist eine in ihrer Wirksamkeit und Griffqualität erweiterte Form der schwedischen (klassischen) Massage, die gezielt im Körper die notwendigen Voraussetzungen für ein körperliches, seelisches und geistiges Gleichgewicht fördert. Ihre Stärke ist es, auf die individuelle gesundheitliche Situation des Patienten einzugehen.

## **Misteltherapie**

In der Misteltherapie werden Mistelpräparate zu Behandlungszwecken eingesetzt. Es gibt unterschiedliche Arten der Misteltherapie. Allen gemeinsam ist die Mistelpflanze, ein Halbparasit, der eine Wirtspflanze zum Leben braucht, auf der er wächst und die ihn mit Nährstoffen versorgt.

Das Hauptanwendungsgebiet der Misteltherapie ist die Krebsbehandlung. Die Affinität der Mistel zum Krebsgeschehen wird bei dieser einleitenden Betrachtung der Mistel schon deutlich.

## Homöopathie

Die Homöopathie ist eine spezielle Arzneimittellehre. Sie geht davon aus, dass Stoffe in kleinen Mengen umgekehrt wirken wie in großen. Stoffe, die bei gesunden Menschen bestimmte Krankheitserscheinungen hervorrufen, bewirken - in verdünnter Form verabreicht - bei Kranken mit ähnlichen Symptomen eine Heilung. Das Prinzip der Homöopathie lautet also: Ähnliches heilt Ähnliches. Das Verfahren des Verdünnens wird "Potenzieren" genannt. Dabei werden die Urstoffe jeweils im Verhältnis 1:10 (Dezimal-Potenzen) immer weiter mit einem Lösungsmittel (Alkohol oder Wasser) verdünnt. Ein Teil Urstoff mit 9 Teilen Lösungsmittel ist dann ein homöopathisches Arzneimittel in der Potenz D1. Verdünnt man einen Teil von D1 wieder mit 9 Teilen Lösungsmittel, erhält man ein Mittel in der Potenz D2 usw. In der Homöopathie gibt es sogenannte Tiefpotenzen (bis D6), Mittelpotenzen (bis D18) und Hochpotenzen (über D18).

## Homöopathische Hochpotenzen

Die Hochpotenzhomöopathie geht davon aus, dass die dem Wirkstoff eines Heilmittels innewohnende Heilkraft auch dann noch vorhanden ist, wenn kein Wirkstoffmolekül mehr nachweisbar ist. Die nach den Ärzten Rudolf Arndt und Hugo Schulz genannte "Arndt-Schulz'sche Regel" gilt zwar für die gesamte Naturheilkunde, aber für die Hochpotenzhomöopathie besonders: Schwache Reize fachen die Selbstheilungsvorgänge an, mittelstarke fördern sie, starke hemmen sie und stärkste heben sie auf.

## Antihomotoxische Medizin

Die antihomotoxische Medizin versteht sich als erweiterte Homöopathie, bei der vorwiegend homöopathische Komplexpräparate zum Einsatz kommen.

## Isopathie

Bei der Isopathie handelt es sich um ein der Homöopathie ähnliches Konzept. Hier wird allerdings nicht Ähnliches durch Ähnliches geheilt, sondern Gleiches durch Gleiches (s. auch Nosodentherapie).

## Nosodentherapie

Die Nosodentherapie ist ein Verfahren der Isopathie. Nosoden sind nach den Regeln der Homöopathie potenzierte Krankheitserreger oder -absonderungen. Nosoden dienen dazu, die Krankheit, aus der sie stammen, zu behandeln. Die Nosodentherapie ist somit eine Mischung aus Homöopathie und Impfprinzip.

## Organpräparate

Organpräparate werden aus biologisch ausgezogenen Tieren (Lämmer, Kälber, Schweineföten) hergestellt. Die Organe, Nerven, Knochenpräparate und auch Zahn-Kiefer-Bestandteile werden unter großer Mühe gewonnen und dann sterilisiert und homöopathisiert. Es geht dabei nicht so sehr um das Organische, sondern mehr um die Information. Mit der Information eines gesunden Organs soll dem Körper ein Signal, ein Anstoß oder ein Abbild gegeben werden, damit er weiß, wohin er sich in Richtung Gesundheit bewegen soll.

## Biochemie nach Schüssler

Die Biochemie nach Schüssler sieht als wesentliche Ursache von Erkrankungen einen Verwertungsmangel bei den im Blut enthaltenen Mineralsalzen. Die "Schüssler-Salze" werden zur Aufhebung dieser Wertungsblockaden in homöopathischer Verdünnung verabreicht.

## Ausleitende Verfahren

Die Ausleitungsverfahren sind ein Therapiekonzept, das bis auf Hippokrates zurückgeht: die Organe eines kranken Körpers können gereinigt werden, indem über die Haut oder andere Organe schädliche Stoffe nach außen geleitet werden. Zu den ausleitenden Therapieverfahren gehören u.a.: Aderlass, Baunscheidt-Behandlung, Blutegelbehandlung, Cantharidentherapie, Schröpfen.

## Bach-Blütentherapie

Die Bach-Blütentherapie geht davon aus, dass jeder körperlichen Krankheit eine seelische Gleichgewichtsstörung aufgrund geistiger Missverständnisse vorausgeht, die sich in disharmonischen Verhaltensmustern äußert wie z.B. unangebrachtes Schuldgefühl, übertriebener Durchsetzungswille, mangelndes Zielbewusstsein.

Edward Bach erforschte und definierte "38 disharmonische Seelenzustände der menschlichen Natur", die sich grundlegend im Kollektivbewusstsein zeigen. Diese "negativen seelischen Verhaltensmuster" können zum Auslöser für körperliche und seelische Krankheiten werden, bzw. die Ausheilung bestehender Krankheiten behindern.

Die Bach-Blütentherapie ist eine seelische Regulations- und Umstimmungstherapie. Ihr Ziel ist die Reharmonisierung negativer seelischer Verhaltensmuster, wodurch der Anschluss an die eigenen seelischen Selbstheilungskräfte wieder ermöglicht wird.

Die Bach-Blütentherapie behandelt also körperliche Krankheiten nicht direkt, sondern setzt Informationsimpulse auf der Gefühls- und Entscheidungsebene.

## **Spagyrik**

Die Spagyrik ist eine besondere Form der Arzneimittelzubereitung. Pflanzen werden zerkleinert, mit Wasser und Hefe versetzt und vergoren. Danach wird das Material einer Wasserdampfdestillation unterworfen und das Destillat in Alkohol aufgefangen. Der Rückstand der Destillation wird nun so lange erhitzt, bis er zu Asche geworden ist. Diese Asche wiederum wird mit dem Destillat vereint und dann filtriert. Das Filtrat ist die fertige spagyrische Essenz, die einer homöopathischen Verdünnung entspricht.

## **Phytotherapie**

Die Phytotherapie ist die Pflanzenheilkunde. Krankheiten werden mit Arzneimitteln behandelt, die ausschließlich aus Pflanzen, Pflanzenteilen, oder Pflanzeninhaltsstoffen bestehen. In der Phytotherapie werden Früchte, Samen, Blätter, Blüten, Stengel, Rinden, Wurzeln, Knollen, und auch das Holz als Tee oder in Form von Pflanzenauszügen, Pflanzensäften, Extrakten, Tabletten, Dragees und Pulver verwendet.

## **Orangenextrakt-Therapie (Thymus)**

Extrakt aus Thymusdrüsen. Verwendung insbesondere zur Krebsnachbehandlung und adjuvant zur Verhinderung der Nebenwirkungen bei Strahlen- und Chemotherapie. Außerdem bei allen Dysfunktionen der körpereigenen Abwehr.

## **Chiropraktik (Chirotherapie)**

Bei der Chiropraktik werden durch gezielte Handgriffe an der Wirbelsäule Blockierungen an den Wirbelgelenken erkannt und behandelt.

## **Magnetfeldtherapie**

Hierbei handelt es sich um die therapeutische Anwendung von magnetischen Feldern zur Anregung des Zellstoffwechsels und der Durchblutung. Die Magnetfeldtherapie kommt vornehmlich bei Knochenkrankungen zum Einsatz.

## **Reflexzonenmassage**

Hierbei handelt es sich um die Massage von Hautpartien, die durch Blut- oder Nervenbahnen mit inneren Organen verbunden sind (sog. Head'sche Zonen). Diese Körperbezugszonen werden stimuliert und rufen eine heilsame Reaktion in den bezogenen Organen und Organpartien hervor. Am stärksten verbreitet ist die Fußreflexzonenmassage.

## Eigenblutbehandlung

Die Eigenblutbehandlung ist eine Reiz- bzw. Umstimmungstherapie, die das körpereigene Abwehrsystem aktiviert. Dem Patienten wird Blut entnommen und dann in bzw. unter die Haut oder in den Muskel injiziert. Durch den kurzen Aufenthalt außerhalb des Körpers verändert sich das Blut so, dass es die an der Immunabwehr beteiligten Zellen aktiviert.

## Eigenharnbehandlung

Wie die Eigenblutbehandlung ist auch die Eigenharnbehandlung eine Reiz- bzw. Umstimmungstherapie.

## Mikrobiologische Therapie

Bei der Mikrobiologischen Therapie oder Symbioselenkung werden Mikroorganismen verabreicht, um die Darmflora wieder herzustellen und damit die körpereigenen Abwehrkräfte zu aktivieren.

## Hydrotherapie

Die Hydrotherapie ist die therapeutische Anwendung von Wasser in unterschiedlichen Temperaturen und Formen: fest (bei der Kältetherapie), flüssig oder als Wasserdampf. Sie umfasst u.a. Bäder, Waschungen, Güsse, Packungen, Wickel und Auflagen.

## Neuraltherapie

Die Neuraltherapie arbeitet mit der Injektion von örtlichen Betäubungsmitteln zu therapeutischen Zwecken. Ihre Wirkung beruht weniger auf der pharmakologischen Wirksamkeit am Ort der Injektion, sondern vielmehr auf der Einflussnahme auf lokale oder übergeordnete Regelkreise: die Neuraltherapie basiert auf der Vorstellung, dass das vegetative Nervensystem als Schaltstelle zwischen Leib und Seele aufzufassen ist und somit über die vegetativen Nervenbahnen Krankheitsprozesse beeinflusst werden können. Blockierungen gestörter Regelkreise werden durch das Betäubungsmittel ausgeschaltet, so dass die körpereigene Selbstheilungskraft wieder in Gang kommt, d.h. der Körper wird durch eine gezielte Maßnahme in die Lage versetzt, seine physiologischen (Physiologie = Lehre von den normalen Lebensvorgängen des menschlichen Organismus) Funktion wiederherzustellen. Insofern zählt die Neuraltherapie zu den Naturheilverfahren.

## Osteopathie

Die Osteopathie ist ein Verfahren der manuellen Medizin, das der Chiropraktik stark ähnelt. Während sich die Chiropraktik aber mit der Wirbelsäule beschäftigt, behandelt die Osteopathie Bänder, Gelenke, Knochen und Muskeln. Über die Verbesserung der Beweglichkeit werden die Blut- und Lymphzirkulationen, der Stoffwechsel, die Entgiftung und damit die Gesamregulation des Körpers angeregt.

Eine Sonderform der Osteopathie ist die sogenannte Cranio-Sacral-Technik. Bei ihr werden die Knochen der Schädeldecke gegeneinander verschoben. Nach Ansicht der Osteopathen sind Blockaden an diesen Stellen genauso für Krankheiten verantwortlich wie Blockaden im Bereich der Wirbelsäule. Durch die Behandlung sollen Energiestauungen gelöst werden, die als Ursachen von Störungen wie Kiefergelenksbeschwerden, Kopf- und Rückenschmerzen, Tinnitus, Seh- und Gleichgewichtsstörungen angesehen werden.

In der naturwissenschaftlich orientierten Medizin gilt es jedoch als erwiesen, dass die Nähte der Schädelknochen kurz nach der Geburt verknöchern und daher gar keine Bewegung zulassen können. Die Kosten der Cranio-Sacral-Therapie sind somit **nicht** erstattungsfähig.

## Feldenkrais-Methode

Die Feldenkrais-Methode ist ein pädagogisches Konzept, mit dem Ziel, die eigenen Körperbewegungen bewusst zu machen und zu steuern. Falsche Bewegungsmuster sollen durch Selbstbeobachtung erkannt und durch neue Abläufe ersetzt werden. Unter Anleitung eines Feldenkrais-Lehrers kann entweder in Einzelsitzungen oder in Gruppenübungen die entspannte Bewegung geübt werden.

## Wirbelsäulentherapie nach Dorn und Breuß

Die Wirbelsäulentherapie nach Dorn & Breuß ist eine Kombination aus der Dorn-Methode der Wirbelkorrektur und der Breuß-Methode der Massage.

Die Breuß-Methode ist eine feine energetische Rückenmassage, bei der seelische und körperliche Verspannungen gelöst werden. Sie wirkt besonders auf die Bandscheiben. Durch die Bewegung der Wirbel und Gelenke ergeben sich Belastung und Entlastung. Bei Belastung wird Flüssigkeit aus den Bandscheiben und Knorpeln ausgepresst und bei Entlastung können sie sich mit frischen Substanzen versorgen und wieder auffüllen. Liegt nun eine zu starke Belastung der Bandscheibe vor, sei es durch mangelnde Bewegung, schweres Heben oder durch Wirbelfehlstellungen, kommt es zur Degeneration, d.h., die Bandscheibe kann sich nicht mehr genügend auffüllen. Bei der Breuß-Methode wird die Wirbelsäule sanft gestreckt, während ein stoffwechselförderndes Öl tief ins Gewebe einmassiert wird. So wird die Regeneration von unterversorgten und deformierten Bandscheiben eingeleitet und gleichzeitig durch die Entspannung eine Vorraussetzung und Ergänzung zur sanften Wirbelkorrektur nach Dorn geschaffen.

Bei der Dorn-Methode wird mit der Kontrolle der Beinlängen begonnen, da häufig schon durch Beckenschiefstellung die ganze Statik der Wirbelsäule verändert ist. Nach Korrektur der Beinlängen durch einfache Bewegung und eine Befreiung der oftmals blockierten Ileosakralgelenke wird der Wirbel eingerichtet. Dies geschieht durch sanften oder stärkeren Druck an den Dorn- oder Querfortsätzen. Durch die Lösung der Wirbelblockaden werden gleichzeitig die Bandscheiben, die eingeklemmten Nerven und die Blutgefäße befreit, so dass auch die Funktion der von ihnen versorgten Organe wiederhergestellt wird. Somit werden nicht nur Schmerzen an der Wirbelsäule direkt, sondern auch Schmerzen und Funktionsstörungen von Organen, die zunächst nicht damit in Zusammenhang gebracht werden, behandelt.

## Sauerstofftherapie

Sauerstofftherapie ist die Behandlung von Krankheiten mit Sauerstoffgaben. Hierbei liegt die Vorstellung zugrunde, dass jede Zelle und damit jedes Organ einer ausreichenden Sauerstoffzufuhr bedarf, um optimal arbeiten zu können. Zum Einsatz kommen Sauerstoff (O<sub>2</sub>) und seine energiereichere Form, das Ozon (O<sub>3</sub>). Zu den Sauerstofftherapien gehören neben der Atembehandlung, dem Atem-Biofeedback, der Anwendung von Sauerstoffzelt und Sauerstoffinhalationen noch die Hämatogene Oxydationstherapie, die Oxyvenierungstherapie, die Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie sowie die Ozontherapien.