



Dr. med. Bodo Grahlke

Facharzt Gynäkologie und
Geburtshilfe FMH

Naturheilverfahren bei Ihrem Frauenarzt



Naturheilkunde, Naturheilverfahren und naturgemässe Therapie - nur zu wenigen medizinischen Themen haben Ärzte wie Patienten eine leidenschaftlichere Einstellung wie zu diesen. Die subjektiven Einschätzungen reichen von blindgläubiger Begeisterung bis zu radikaler Ablehnung. Auf der gemässigten Seite reicht das Spektrum von naivem Vertrauen bis zu kritischer Distanz.

Viele Mediziner – und zwar nicht nur naturheilkundlich orientierte – begrüßen an der Naturheilkunde, dass sie dem Patienten in besonderem Masse die Möglichkeit bietet, die Gesundheitsvorsorge und das Gesundwerden eigeninitiativ „in die Hand zu nehmen“. Sie fördert damit den vielfach beschworenen „mündigen Patienten“.

Naturheilkunde steht durchaus nicht im direkten Gegensatz zur rein naturwissenschaftlich orientierten „Schulmedizin“. Im Gegenteil, es gibt sehr viele Berührungspunkte, die dazu führen, dass beide Richtungen sich einander zum Nutzen des Patienten ergänzen.

Aus Erfahrung wissen aufgeschlossene Ärzte: Naturheilkundliche Verfahren haben sich bewährt, sind in der Regel kostengünstig und sind – wenn keine anderen notwendigen Massnahmen versäumt werden – richtig angewandt praktisch risikolos.

Fragen Sie, welche naturheilkundlichen Verfahren in Ihrer Praxis zur Verfügung stehen; eine kleine Auswahl finden Sie nachfolgend.



Vitamine und Spurenelemente

Die beste Versorgung mit Vitaminen und Spurenelementen erfolgt naturgemäss durch eine gesunde Ernährung mit frischen Produkten, die abwechslungsreich und schonend zubereitet werden. Aber auch bei Befolgung dieser Ratschläge kann der Bedarf in manchen Lebenssituationen durch die Ernährung allein nicht gedeckt werden. Beispiele sind Kinderwunsch, Schwangerschaft, Osteoporosevorbeugung, Stress, Krebserkrankungen und ein geschwächtes Immunsystem.

Vitamin-C-Hochdosistherapie

Die Grundlage der Vitamin-C-Hochdosis-Therapie bildet die Erkenntnis, dass bei zahlreichen Erkrankungen der Vitamin-C-Bedarf weit höher ist, als dem Organismus über den Magen-Darmtrakt zugeführt werden kann. Manchmal können therapeutisch wirksame Vitamin-C-Spiegel nur erreicht werden, indem Vitamin C direkt über die Blutbahn, also als Injektion oder Infusion, dem Körper zugeführt wird.



Akupunktur

Die Akupunktur (von lat. acus = Nadel, pungere = stechen) ist eine alte Methode der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), bei der mithilfe von in den Körper eingestochenen dünnen Nadeln Krankheiten geheilt, Schmerzen gelindert oder das Wohlbefinden gesteigert werden.

Homöopathische Therapie

C.F.SAMUEL HAHNEMANN (1755-1843) ist der Begründer der Homöopathie. Der Begriff Homöopathie stammt aus der griechischen Sprache und kann mit "ähnliches Leiden" übersetzt werden. Damit ist gemeint, dass in der Homöopathie eine Erkrankung mit einer kleinen Menge eines Naturstoffs behandelt wird, die am gesunden Menschen, in grösserer Dosis verabreicht, zu ähnlichen Symptomen führt, wie sie für eine bestimmte Erkrankung charakteristisch sind. Diese sogenannte "Ähnlichkeitsregel" (lat. Similia similibus curentur) bildet eines der Grundprinzipien der Homöopathie.



Pflanzliche Therapie

Auf pflanzlicher Basis steht eine ganze Reihe von Präparaten zur Verfügung. Ganz gleich, ob vor den Wechseljahren Blutungsstörungen, oder nach den Wechseljahren Symptome wie Hitzewallungen bestehen – für jeden Lebensabschnitt stehen wirksame Präparate zur Verfügung. Aber auch ohne Wechseljahresbeschwerden entfalten diese Präparate eine Schutzwirkung vor Beschwerden, die sich in der Zukunft entwickeln könnten (Blasenschwäche, Knochenschwund etc.).

Anthroposophische Therapie

Im Zentrum der anthroposophischen Medizin steht die Berücksichtigung des Zusammenhangs zwischen Umwelt, Leib, Seele und Geist. Die Behandlung von Krankheiten soll die ursprüngliche, gesunde Harmonie zwischen diesen Faktoren wiederherstellen. Zu diesem Zweck versuchen anthroposophische Ärzte, die Ursachen einer Erkrankung möglichst ganzheitlich zu erfassen. Es stehen in Erweiterung der Schulmedizin pflanzliche, homöopathische und die Heileurythmie zur Verfügung. Dabei handelt es sich um eine Methode, über Bewegung in Abläufe des Körpers einzuwirken.



Therapie mit Eigenblut

Wie wirkt die Eigenblut-Therapie? Aus naturheilkundlicher Sicht kann eine Krankheit nur von den Selbstheilungskräften des Kranken selbst besiegt werden. Alle Heilverfahren und Medikamente dienen lediglich dazu, diese Selbstheilung anzuregen, in Gang zu setzen oder zu unterstützen. Aus wissenschaftlicher Sicht "reizt" man damit das Immunsystem so lange, bis es die Krankheit besiegt hat. Die Eigenbluttherapie zählt im Rahmen der Naturheilverfahren zur unspezifischen Reiztherapie.

Impfnosoden

Nosoden stellen homöopathische Arzneimittel dar und werden aus Krankheitserregern oder Ausscheidungsprodukten infektiöser Krankheiten hergestellt. Ausserdem werden sie aus gesundem oder krankem Gewebe gewonnen und werden dann auch Sarkoden genannt. Nosoden haben sich auch zur Behandlung von infektiösen Krankheiten bewährt. Ausserdem werden Sie zur Infektionsprophylaxe eingesetzt.



Schröpfen hilft so wie früher...

Als Schröpfkopftherapie bezeichnet man jene Therapie, bei der Schröpfköpfe/Schröpfglocken verwendet werden. Diese Therapieform ist im Volksmund als Schröpfen bekannt, und ist ein Naturheilverfahren, das mehr als 5000 Jahre alt ist. Bei der Trockenschröpfung wird der Schröpfkopf mit Unterdruck (durch Flamme oder bei mir mittels einer Vakuumpumpe erzeugt) auf die zu behandelnde Stelle aufgesetzt und dort zwischen 5 und 15 Minuten belassen.

Aku-Taping

Das Aku-Taping ist eine Weiterentwicklung des Kinesiotapings. Im Unterschied zu den bislang verwendeten nicht flexiblen Tapes die überwiegend der Stabilisierung von Gelenken dienen, lässt das hier verwendete dehnbare Tape physiologische Bewegungsabläufe zu. Die Wirkung ergibt sich aus/über die Bewegung. Die Tapes werden nach den Regeln der Chinesischen Medizin und Triggerpunktakupunktur auf die Haut geklebt. Es werden hierbei therapeutische Reize über die Haut einerseits auf Muskeln, Sehnen, Bänder, Gelenke und andererseits auf Akupunkturpunkte und Leitbahnen übertragen.

