

Liebe Leserinnen, liebe Leser,



Naturheilverfahren haben das Ziel, die Selbstheilungs- und Selbstregulierungskräfte des Menschen zu aktivieren. Sie bedienen sich dabei der in der Natur vorkommenden Mittel und Reize (Wasser, Wärme und Kälte, Pflanzen etc.). Diese einfachen Heilmittel sind fester Bestandteil jeder Volksmedizin. Sie variieren je nach Region und Kultur, haben aber gemeinsam, dass sie meist ohne komplizierte Technik auskommen und sich aus der Erfahrungsmedizin entwickelt haben. Aufzeichnungen aus dem Altertum, wie die rund 4000 Jahre alten Tontäfelchen aus Mesopotamien oder die etwa 3500 Jahre alten Papyri Ebers und Edwin Smith (s. B. Heinze S. 6) zeugen zum Beispiel von der desinfizierenden Anwendung des Honigs oder der abführenden Wirkung des Rizinusöls.

Zu den klassischen Naturheilverfahren zählen unter anderem die Hydrotherapie und die Phytotherapie. Die Hydrotherapie beinhaltet viele Behandlungsvarianten, die unterschiedlich starke Reize für den Körper darstellen und je nach Konstitution des Patienten ausgesucht werden. Neben räumlich etwas aufwendigeren Methoden wie Güssen, medizinischen Bädern (Balneotherapie) und Wassertreten sind Wickel recht einfache, aber wirksame Hausmittel, die von jedermann gut bei entzündlichen Erkrankungen der Gelenke, aber auch Arthrosen, Weichteilerkrankungen und schmerzhaften Muskelverspannungen beispielsweise im Schulter- und Nackenbereich eingesetzt werden können (s. U. Abele S. 24).

Basierend auf diesen »Klassikern« haben sich in den letzten 100 Jahren, zum Teil unter Einbeziehung des technischen Fortschritts, weitere Therapien etabliert, deren Erfolge für sich sprechen. So führte der Hamburger Kaufmann Fritz Schiele in den 1930er-Jahren ein nach ihm benanntes Fußbad ein, das durch eine langsam, konstant ansteigende Temperatur in einem definierten Bereich zwischen 37 und 40°C eine durchblutungsfördernde Wirkung hat und – kombiniert mit Badezusätzen, zum Beispiel Salze, pflanzliche Öle etc., – die Vorteile der Hydro-, Balneo- und Phytotherapie beziehungsweise Aromatherapie miteinander vereint. Das Schiele-Bad ist für viele Indikationen einsetzbar und wirkt u. a. entgiftend, mild diuretisch und analgetisch (s. K. Küster S. 26).

Der englische Arzt Dr. Edward Bach, der durch die »Bach-Blüten-Therapie« bekannt wurde (s. F. Genc S. 17), entwickelte nach dem

1. Weltkrieg, angeregt durch seine Arbeit am London Homeopathic Hospital, aus bakteriellen Vakzinen (Autovaccinen) Nosoden, die bei den Kollegen großen Anklang fanden. Diese homöopathisch aufbereiteten Mittel, die nicht nur aus Krankheitserregern, sondern auch aus anderem pathologischem Material wie Blut, Eiter und anderen Körpersekreten oder -zellen bestehen können, gehen auf das Konzept des deutsch-US-amerikanischen Arztes Dr. Constantin Hering (1800–1880) zurück. Nosoden sollen das Immunsystem oder erkrankte Organe stimulieren mit dem Ziel, Giftstoffe auszuschwemmen und Krankheiten zur Heilung zu bringen.

Eine Weiterentwicklung in diesem Bereich stellt die Auto-Sanguis-(Stufen-)Therapie nach Dr. Hans-Heinrich Reckeweg dar. Die antihomotoxikologische Heilmethode ist eine Kombinationsbehandlung von Eigenblut mit Nosoden, Biotherapeutika und homöopathischen Mitteln. Dabei wird das entnommene Blut (gegebenenfalls in mehreren Stufen) verdünnt und nach jeder Verdünnungsstufe subkutan gespritzt. Die Therapie ist für vielerlei Indikationen geeignet, darunter auch als Schmerztherapie bei Bruxismus wie eine Studie ergab (s. F. Martin S. 12).

Ein Zweig der Phytotherapie ist die Gemmotherapie (s. M. Schneider S. 8). Die Idee, Lebens- und Wachstumskräfte der Pflanzen zu nutzen, stammt von dem belgischen Arzt Dr. Pol Henry, der in den 1950er-Jahren die ersten therapeutisch einsetzbaren Auszüge aus Knospen und Triebspitzen herstellte, die je nach Heilpflanzenart bei sehr unterschiedlichen Indikationen Wirkung zeigen (bei Entzündungen, Antriebschwäche, Schlafstörungen u. v. m.). Vorwiegend in Belgien und Frankreich bekannt, wird der Gemmotherapie in Deutschland zunehmend Beachtung geschenkt. Gemmotherapeutische Arzneimittel haben aufgrund des Herstellungsverfahrens übrigens den Status eines homöopathischen Arzneimittels, obwohl sie nicht in höheren Verdünnungen als 1:10 eingesetzt werden.

Viel Freude beim Lesen
wünscht Ihnen

Susanne Dell

Dr. Susanne Dell, Chefredakteurin