

Karin Kraft, Rainer Stange (Hrsg.)

# Lehrbuch Naturheilverfahren

Mit Beiträgen von

Martin Adler, Dietmar Bach,  
Hans Barop, Gudrun Bornhöft,  
Rainer Brenke, Malte Bühring,  
Eberhard Conradi, Ulrich Deuse,  
Gustav Dobos, Thorsten Doering,  
Walter Dorsch, Michael K. H. Elies,  
Lorenz Fischer, Cornelia von Hagens,  
Michael Hammes, Gunther Hölz,  
Roman Huber, Wolfgang Jenrich,  
Detmar Jobst, Michael Kalden,  
Rolfdieter Krause, Rainer Matejka,

Peter F. Matthiessen, Andreas  
Michalsen, Anna Paul, Jürgen Rohde,  
Helmut Sauer, Andreas Schapowal,  
Rainer Schmidt, Angela Schuh,  
Malika Sekkal, Thomas Speich, Petra  
Staubach, Karoline von Steinaecker,  
Winfried Vahlensieck jr., Christel  
Wagner, Gabriele Wagner, Albrecht  
Warning, Anne Wessel, Françoise  
Wilhelmi de Toledo, Alex Witasek,  
Barbara Wolf-Braun

384 Abbildungen

106 Tabellen



# Inhalt

<b>Geleitwort</b> .....	<b>V</b>	3.4.5	Ausleitende Verfahren .....	29
<b>Vorwort</b> .....	<b>VII</b>	3.4.6	Weitere Verfahren .....	30
		3.5	<b>Naturheilkundliche Präventionsstrategien für häufige Erkrankungen</b> .....	30
<b>Teil 1 – Grundlagen</b> .....	<b>1</b>	3.5.1	Diabetes mellitus Typ 2 .....	30
<b>1 Der besondere Therapieansatz der Naturheilverfahren</b> .....	<b>2</b>	3.5.2	Adipositas .....	31
<b>1.1 Begriffsbestimmungen: Versuch einer Systematik</b> .....	<b>2</b>	3.5.3	Herz-Kreislauf-Erkrankungen .....	31
1.1.1 Naturheilmittel .....	2	3.5.4	Allergien und pulmonale Erkrankungen .....	32
1.1.2 Naturheilverfahren .....	3	3.5.5	Infekte .....	33
<b>1.2 Das physiotherapeutische Wirkprinzip</b> .....	<b>4</b>	3.5.6	Krebserkrankungen .....	34
1.2.1 Konzepte .....	4	3.5.7	Erkrankungen des Bewegungsapparates .....	36
1.2.2 Bestimmende Faktoren .....	5	3.5.8	Urologische und andrologische Erkrankungen .....	37
1.2.3 Kritische Bewertung .....	7	3.5.9	Fertilitätsstörungen, Wechseljahrsbeschwerden .....	37
<b>1.3 Spezifische Parameter</b> .....	<b>8</b>	3.5.10	Krankheiten im Kindesalter .....	38
1.3.1 Reflektorische Beziehungen .....	8	3.5.11	Neurologische Erkrankungen .....	38
1.3.2 Konstitution .....	9	3.5.12	Psychische Störungen .....	39
1.3.3 Plausibilität, Kompetenz, Eigenaktivität .....	9	3.5.13	Hautkrankheiten .....	39
<b>1.4 Fachkunde versus Heilkunde</b> .....	<b>10</b>	<b>3.6</b>	<b>Ausblick</b> .....	<b>39</b>
<b>1.5 Ausblick auf die zukünftige Forschung</b> .....	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>Stationäre Therapie mit Naturheilverfahren</b> .....	<b>42</b>
<b>2 Rahmenbedingungen naturheilkundlicher Aus-, Fort- und Weiterbildung</b> .....	<b>13</b>	4.1	Entwicklung und gegenwärtige Situation ..	42
<b>2.1 Ausbildung</b> .....	<b>13</b>	4.2	Bedeutung ganzheitlicher Versorgung .....	44
2.1.1 Die neue Approbationsordnung .....	13	4.2.1	Nutzung der Naturheilverfahren .....	44
2.1.2 Umsetzung an den Universitäten .....	15	4.2.2	Zielsetzungen .....	44
2.1.3 Europäische Entwicklungen .....	17	4.2.3	Prävention in der Akutmedizin .....	45
<b>2.2 Fortbildung</b> .....	<b>17</b>	<b>4.3</b>	<b>Voraussetzungen stationärer naturheilkundlicher Behandlungen</b> .....	<b>46</b>
<b>2.3 Weiterbildung</b> .....	<b>18</b>	4.4	<b>Stationäre Naturheilkunde und integrative Medizin am Beispiel des Essener Modells</b> ..	47
<b>2.4 Ausblick</b> .....	<b>20</b>	4.5	<b>Perspektiven</b> .....	<b>48</b>
		4.5.1	Umstellungsphase .....	48
		4.5.2	Ausblick .....	50
<b>3 Prävention und Gesundheitsförderung</b> .....	<b>22</b>	<b>5</b>	<b>Naturheilverfahren in der ambulanten und stationären Rehabilitation</b> .....	<b>52</b>
3.1 Definitionen .....	22	5.1	Geschichte .....	52
3.1.1 Prävention .....	22	5.2	Juristische Aspekte .....	53
3.1.2 Gesundheitsförderung .....	22	5.3	Durchführung .....	54
<b>3.2 Geschichte</b> .....	<b>23</b>	5.4	<b>Für die Rehabilitation wichtige Krankheiten und Behinderungsarten</b> .....	<b>54</b>
<b>3.3 Gegenwärtige Situation</b> .....	<b>23</b>	5.4.1	Krankheiten des Stütz- und Bewegungsapparates .....	55
3.3.1 Bedeutung eines gesunden Lebensstils .....	23	5.4.2	Erkrankungen des Nervensystems .....	59
3.3.2 Entwicklungen .....	24	5.4.3	Erkrankungen der Herz-Kreislauf-Organen .....	61
3.3.3 Hinweise zu Präventions- und Gesundheitsförderungsangeboten .....	25	5.4.4	Erkrankungen der Atmungsorgane .....	63
<b>3.4 Wichtige präventive und gesundheitsfördernde naturheilkundliche Verfahren</b> ..	<b>26</b>	5.4.5	Erkrankungen des Verdauungstraktes .....	63
3.4.1 Hydrotherapie .....	27	5.4.6	Endokrine Erkrankungen .....	63
3.4.2 Ordnungstherapie .....	27		und Stoffwechselerkrankungen .....	65
3.4.3 Ernährungstherapie .....	28			
3.4.4 Bewegungstherapie .....	28			

5.4.7 Hämatologische und onkologische Erkrankungen/Immunsuppression nach Organtransplantationen ..... 65

5.4.8 Erkrankungen des Urogenitaltraktes ..... 66

5.4.9 Hauterkrankungen ..... 67

5.4.10 Tinnitus ..... 69

5.4.11 Rehabilitation im Alter ..... 69

5.4.12 Mutter-Vater-Kind-Rehabilitation ..... 69

5.4.13 Rehabilitation im Kindesalter ..... 70

5.5 Zusammenfassung ..... 71

**6 Naturheilverfahren in der ärztlichen Praxis ..... 72**

6.1 Der Arzt als Unternehmer ..... 72

6.1.1 Erfolgskriterien ..... 72

6.2 Die Praxis: Struktur, Prozess, Ergebnisqualität ..... 74

6.2.1 Räumliche Struktur ..... 74

6.2.2 Zeitplanung ..... 77

6.2.3 Auswahl der Mitarbeiter ..... 77

6.2.4 Abrechnung ..... 77

6.3 Therapieverfahren am Beispiel der funktionellen Dyspepsie ..... 77

6.3.1 Ernährungstherapie ..... 78

6.3.2 Phytotherapie ..... 78

6.3.3 Hydrotherapie ..... 79

6.3.4 Neuraltherapie ..... 80

6.3.5 Ordnungstherapie ..... 80

**7 Evidenzbasierte Medizin und ärztliches Handeln ..... 82**

7.1 Evidenzstufen ..... 82

7.2 Missverständnisse bei Anwendung und Interpretation evidenzbasierter Medizin ... 82

7.3 Berücksichtigung der Versorgungswirklichkeit ..... 84

**8 Geschichte der Naturheilverfahren ..... 88**

8.1 Grundlegende Konzepte ..... 88

8.1.1 Physis ..... 89

8.1.2 Humoralpathologie ..... 89

8.1.3 Diätetik ..... 89

8.2 Verfahren ..... 90

8.2.1 Hydrotherapie (Wasserheilkunde) ..... 90

8.2.2 Die Heilkräfte von Licht, Luft und Erde ..... 94

8.2.3 Ernährung und Vegetarismus ..... 95

8.3 Anfänge der Naturheilbewegung ..... 97

8.3.1 Naturheilvereine und der „Deutsche Bund“ ... 97

8.3.2 Das Prießnitz-Krankenhaus ..... 98

8.4 Ärztliche Naturheilkunde und biologische Medizin ..... 98

8.5 Weitere Entwicklung der Naturheilbewegung

8.5.1 Weimarer Republik und Nationalsozialismus . 99

8.5.2 Bundesrepublik Deutschland ..... 101

**Teil 2/1 – Klassische Verfahren .. 105**

**9 Anamnese, Diagnostik und Labor ..... 106**

9.1 Patienten, Ärzte, Beschwerdebilder ..... 106

9.2 Anamnese ..... 106

9.2.1 Der erste Kontakt, Gesprächsführung, Hypothesenbildung ..... 106

9.2.2 Wichtige Bestandteile ..... 107

9.2.3 Dokumentation ..... 108

9.2.4 Narrative Medizin und Hermeneutik ..... 108

9.3 Diagnostik ..... 108

9.3.1 Diagnosestellung durch das Gespräch ..... 108

9.3.2 Wahrnehmbare Körperzeichen ..... 108

9.3.3 Somatotope Projektionen ..... 110

9.3.4 Typenlehre ..... 111

9.3.5 Manuelle Techniken ..... 111

9.3.6 Wahrnehmen oder Messen physikalischer Phänomene ..... 112

9.3.7 Untersuchung von Körperflüssigkeiten und Ausscheidungen ..... 113

9.4 Labordiagnostik im Rahmen individueller Gesundheitsleistungen (IgeL) ..... 114

**10 Ordnungstherapie ..... 116**

10.1 Definition ..... 116

10.2 Basisinformationen ..... 116

10.2.1 Geschichte ..... 116

10.2.2 Mind-Body Medicine ..... 119

10.2.3 Wirksamkeitsnachweis ..... 120

10.2.4 Abrechnung ..... 120

10.3 Moderne integrative Ordnungstherapie: das Essener Modell ..... 120

10.3.1 Grundlagen ..... 121

10.3.2 Durchführung ..... 124

10.3.3 Weitere therapeutische Kriterien ..... 128

**11 Biologische Rhythmen und chronobiologische Therapie ..... 131**

11.1 Definition ..... 131

11.2 Basisinformation ..... 131

11.2.1 Geschichte ..... 131

11.2.2 Terminologie ..... 131

11.2.3 Einteilung biologischer Rhythmen ..... 131

11.2.4 Anatomische und molekularbiologische Grundlagen ..... 134

11.2.5 Bedeutsame physiologische Rhythmen ..... 135

11.3 Chronopathologie ..... 137

11.3.1 Kardiovaskuläre Erkrankungen ..... 138

11.3.2 Schlafstörungen ..... 138

11.3.3 Depression ..... 138

11.3.4 Tumoren ..... 138

11.3.5 Weitere Erkrankungen, Beschwerden, Unfälle

11.4 Therapeutische Anwendung ..... 139

11.4.1 Chronotherapie ..... 139



11.4.2	Zeitordnende Therapie .....	141	12.3.29	Hopfen ( <i>Humulus lupulus</i> L.) .....	160
11.4.3	Chronohygiene .....	143	12.3.30	Ingwer ( <i>Zingiber officinalis</i> ROSCOE) .....	160
<b>12</b>	<b>Phytotherapie .....</b>	<b>145</b>	12.3.31	Isländisches Moos ( <i>Cetraria islandica</i> L. ACHARIUS) .....	160
12.1	Definitionen .....	145	12.3.32	Johannisbeere, schwarze ( <i>Ribes nigrum</i> L.) ..	160
12.2	Basisinformation .....	145	12.3.33	Johanniskraut, echtes ( <i>Hypericum perforatum</i> L.) .....	161
12.2.1	Historische Entwicklung .....	145	12.3.34	Kap-Aloe ( <i>Aloe barbadensis</i> MILLER, <i>Aloe capensis</i> MILLER) .....	162
12.2.2	Qualität pflanzlicher Arzneimittel .....	146	12.3.35	Kamille ( <i>Matricaria recutita</i> L. RAUSCHERT) ..	162
12.2.3	Pharmakologische Wirkungen und Wirksamkeitsnachweis .....	147	12.3.36	Kiefer-Arten (v. a. <i>Pinus palustris</i> MILLER) ....	163
12.2.4	Verordnungsschema .....	147	12.3.37	Knoblauch ( <i>Allium sativum</i> L.) .....	163
12.2.5	Indikationen .....	148	12.3.38	Kümmel ( <i>Carum carvi</i> L.) .....	163
12.2.6	Unerwünschte Wirkungen/Interaktionen ....	148	12.3.39	Kürbis, gewöhnlicher ( <i>Cucurbita pepo</i> L.) ...	164
12.2.7	Kontraindikationen .....	148	12.3.40	Lavendel ( <i>Lavandula angustifolia</i> MILLER) ....	164
12.2.8	Kombinationsmöglichkeiten .....	148	12.3.41	Lein ( <i>Linum usitatissimum</i> L.) .....	164
12.2.9	Abrechnung .....	148	12.3.42	Löwenzahn ( <i>Taraxacum officinale</i> G. H. WEBER ex WIGGERS s. l.) .....	165
12.3	Heilpflanzen von A-Z .....	149	12.3.43	Mädesüß ( <i>Filipendula ulmaria</i> L. MAXIMOWICZ) 165	
12.3.1	Alexandrinischer Sennepflanze ( <i>Cassia senna</i> L.)	149	12.3.44	Mäusedorn ( <i>Ruscus aculeatus</i> L.) .....	165
12.3.2	Ananas ( <i>Ananas comosus</i> L. Merr.) .....	149	12.3.45	Malve, wilde ( <i>Malva sylvestris</i> L.) .....	166
12.3.3	Anis ( <i>Pimpinella anisum</i> L.) .....	149	12.3.46	Mariendistel ( <i>Silybum marianum</i> L. GAERTNER) 166	
12.3.4	Arnika ( <i>Arnica montana</i> L. bzw. <i>A. chamissonis</i> ssp. <i>foliosa</i> ) .....	150	12.3.47	Matebaum ( <i>Ilex paraguariensis</i> DE SAINT-HILAIRE) .....	166
12.3.5	Artischocke ( <i>Cynara scolymus</i> L.) .....	150	12.3.48	Melisse, Zitronenmelisse ( <i>Melissa officinalis</i> L.)	167
12.3.6	Bärentraube ( <i>Arctostaphylos uva-ursi</i> L. Sprengel) .....	150	12.3.49	Mistel ( <i>Viscum album</i> L.) .....	167
12.3.7	Baldrian ( <i>Valeriana officinalis</i> L.) .....	151	12.3.50	Mönchspfeffer, Keuschlamm ( <i>Vitex agnus-castus</i> L.) .....	167
12.3.8	Beinwell ( <i>Symphytum officinale</i> L.) .....	151	12.3.51	Myrrhenstrauch ( <i>Commiphora molmol</i> ENGLER) .....	168
12.3.9	Birke ( <i>Betula pendula</i> ROTH, <i>Betula pubescens</i> ERHART) .....	152	12.3.52	Nachtkerze, gewöhnliche ( <i>Oenothera biennis</i> L.) .....	168
12.3.10	Blutwurz, Tormentillwurz ( <i>Potentilla erecta</i> L.)	152	12.3.53	Nachtschatten, bittersüßer ( <i>Solanum dulcamara</i> L.) .....	168
12.3.11	Bockshornklee, griechischer ( <i>Trigonella foenum-graecum</i> L.) .....	152	12.3.54	Passionsblume ( <i>Passiflora incarnata</i> L.) .....	168
12.3.12	Brennnessel ( <i>Urtica dioica</i> L., <i>Urtica urens</i> L.)	153	12.3.55	Pestwurz, gewöhnliche ( <i>Petasites hybridus</i> L.)	169
12.3.13	Cayennepfeffer ( <i>Capsicum frutescens</i> L. s. l.)	153	12.3.56	Pfefferminze, echte ( <i>Mentha piperita</i> L.) (Kulturform) .....	169
12.3.14	Efeu ( <i>Hedera helix</i> L.) .....	154	12.3.57	Primel ( <i>Primula veris</i> L., <i>Primula elatior</i> L. HILL.)	170
12.3.15	Eibisch, echter ( <i>Althaea officinalis</i> L.) .....	154	12.3.58	Rhabarber ( <i>Rheum palmatum</i> L.) .....	170
12.3.16	Eiche ( <i>Quercus robur</i> L. u. a.) .....	154	12.3.59	Rizinus ( <i>Ricinus communis</i> L.) .....	171
12.3.17	Engelwurz, echte ( <i>Angelica archangelica</i> L.) ..	155	12.3.60	Ringelblume ( <i>Calendula officinalis</i> L.) .....	171
12.3.18	Enzian, gelber ( <i>Gentiana lutea</i> L.) .....	155	12.3.61	Rosmarin ( <i>Rosmarinus officinalis</i> L.) .....	171
12.3.19	Eukalyptusbaum, Gewöhnlicher Fieberbaum (v. a. <i>Eucalyptus globulus</i> LA BILLARDIÈRE) ..	155	12.3.62	Roskastanie ( <i>Aesculus hippocastanum</i> L.) ..	172
12.3.20	Faulbaum ( <i>Rhamnus frangula</i> L.) .....	155	12.3.63	Sägepalme ( <i>Serenoa repens</i> BARTRAM SMALL)	172
12.3.21	Fenchel ( <i>Foeniculum vulgare</i> MILLER) .....	156	12.3.64	Salbei, dalmatinischer ( <i>Salvia officinalis</i> L.) ..	172
12.3.22	Fichte, gemeine, und Tannenarten ( <i>Picea abies</i> L. Karsten und andere) .....	156	12.3.65	Schlüsselblume ( <i>Primula veris</i> L., <i>Primula elatior</i> L.) .....	173
12.3.23	Flohkraut ( <i>Plantago psyllium</i> L. syn. <i>Plantago</i> <i>afra</i> L., <i>Plantago indica</i> L.) und Wegerich, indischer ( <i>Plantago ovata</i> FORSSKAL syn. <i>Plantago isphagula</i> ROXBURGH) .....	157	12.3.66	Schöllkraut ( <i>Chelidonium majus</i> L.) .....	173
12.3.24	Gelbwurz ( <i>Curcuma longa</i> L., syn. <i>Curcuma domestica</i> VALETON) .....	157	12.3.67	Senf, weißer ( <i>Sinapis alba</i> L.) .....	173
12.3.25	Ginkgobaum ( <i>Ginkgo biloba</i> L.) .....	158	12.3.68	Sonnenhut, purpurroter ( <i>Echinacea purpurea</i> L. MOENCH); Kegelblume, blassfarbene ( <i>Echinacea pallida</i> NUTTAL) .....	173
12.3.26	Ginseng ( <i>Panax ginseng</i> C. A. MEYER) .....	158	12.3.69	Spitzwegerich ( <i>Plantago lanceolata</i> L.) .....	174
12.3.27	Goldrute ( <i>Solidago virgaurea</i> L.) .....	159	12.3.70	Süßholz ( <i>Glycyrrhiza glabra</i> L.) .....	174
12.3.28	Heidelbeere ( <i>Vaccinium myrtillus</i> L.) .....	159			

12.3.71	Taigawurzel ( <i>Eleutherococcus senticosus</i> RUPRECHT et MAXIMOVICH) . . . . .	174	13.5	<b>Wickel</b> . . . . .	194
12.3.72	Tausendgüldenkraut, echtes ( <i>Centaurium erythraea</i> Rafn) . . . . .	175	13.5.1	Kalter wärmeerzeugender Wickel . . . . .	195
12.3.73	Teebaum ( <i>Melaleuca alternifolia</i> CHEEL) . . . . .	175	13.5.2	Kalter wärmeentziehender Wickel . . . . .	196
12.3.74	Teufelskralle ( <i>Harpagophytum procumbens</i> DE CANDOLLE) . . . . .	175	13.5.3	Warme Wickel . . . . .	196
12.3.75	Thymian ( <i>Thymus vulgaris</i> L., <i>Thymus zygis</i> L.)	175	13.5.4	Nasse Strümpfe („Nasse Socken“) . . . . .	196
12.3.76	Traubensilberkerze ( <i>Cimicifuga racemosa</i> L. NUTTAL) . . . . .	176	13.5.5	Kalter Lendenwickel . . . . .	196
12.3.77	Trockenhefe, lebende ( <i>Saccharomyces boulardii</i> ) . . . . .	176	13.5.6	Heißer Brustwickel . . . . .	197
12.3.78	Umckaloabowurzel, afrikanische ( <i>Pelargonium sidoides</i> DE CANDOLLE) . . . . .	177	13.5.7	Kalter Brustwickel . . . . .	197
12.3.79	Uzara ( <i>Xysmalobium undulatum</i> L.R. BROWN)	177	13.5.8	Kalter Halswickel . . . . .	198
12.3.80	Wacholder ( <i>Juniperus communis</i> L.) . . . . .	177	13.6	<b>Packungen, Auflagen und Kompressen</b> . . . . .	198
12.3.81	Weide ( <i>Salix purpurea</i> L., <i>Salix daphnoides</i> Villars und andere Weidenarten) . . . . .	178	13.6.1	Heublumensack . . . . .	198
12.3.82	Weihrauch, Salai-Baum, indischer ( <i>Boswellia serrata</i> ROXB. ex COLEBR.) . . . . .	178	13.6.2	Kalte Herzkompresse . . . . .	198
12.3.83	Weißdorn (u. a. <i>Crataegus laevigata</i> (POIRET) DE CANDOLLE) ] . . . . .	178	13.6.3	Kalte Leibauflage . . . . .	199
12.3.84	Wermut ( <i>Artemisia absinthium</i> L.) . . . . .	178	13.6.4	Heiße Leibauflage . . . . .	199
12.3.85	Zaubernuss, virginische ( <i>Hamamelis virginiana</i> L.) . . . . .	179	13.6.5	Heiße Rolle . . . . .	199
<b>13</b>	<b>Hydrotherapie</b> . . . . .	<b>181</b>	13.7	<b>Wassertreten</b> . . . . .	<b>200</b>
13.1	<b>Definition</b> . . . . .	181	13.8	<b>Bürstungen</b> . . . . .	<b>200</b>
13.2	<b>Basisinformation</b> . . . . .	181	13.8.1	Trockenbürstungen . . . . .	200
13.2.1	Geschichte . . . . .	181	13.8.2	Bürsten- und Schöpfbäder . . . . .	201
13.2.2	Wirkungen . . . . .	182	13.9	<b>Teil- und Vollbäder</b> . . . . .	<b>201</b>
13.2.3	Therapie . . . . .	184	13.9.1	Vorbemerkung . . . . .	201
13.2.4	Methoden der Abhärtung . . . . .	186	13.9.2	Kaltes Armbad . . . . .	202
13.2.5	Indikationen und Kontraindikationen . . . . .	187	13.9.3	Temperaturanstiegendes Armbad . . . . .	202
13.2.6	Kombinationsmöglichkeiten . . . . .	187	13.9.4	Wechselwarmes Armbad . . . . .	203
13.2.7	Abrechnung . . . . .	188	13.9.5	Kaltes Fußbad . . . . .	203
13.3	<b>Waschungen</b> . . . . .	<b>188</b>	13.9.6	Temperaturanstiegendes Fußbad („Anstiegendes Fußbad“) . . . . .	203
13.3.1	Kalte Oberkörperwaschung . . . . .	188	13.9.7	Warmes Fußbad . . . . .	204
13.3.2	Kalte Unterkörperwaschung . . . . .	188	13.9.8	Wechselwarmes Fußbad . . . . .	204
13.3.3	Kalte Ganzwaschung . . . . .	189	13.9.9	Warmes Sitzbad . . . . .	204
13.3.4	Kalte Leibwaschung . . . . .	189	13.9.10	Temperaturanstiegendes Sitzbad (Anstiegendes Sitzbad) . . . . .	204
13.3.5	Kalte Serienwaschung . . . . .	189	13.9.11	Warmes Dreiviertelbad . . . . .	205
13.4	<b>Güsse</b> . . . . .	<b>189</b>	13.9.12	Warmes Vollbad . . . . .	205
13.4.1	Kalter Knieguss oder Unterschenkelguss . . . . .	190	13.9.13	Überwärmungsbad . . . . .	205
13.4.2	Wechselwarmer Knieguss . . . . .	190	13.10	<b>Dämpfe</b> . . . . .	<b>206</b>
13.4.3	Kalter Schenkelguss . . . . .	191	13.10.1	Kopfdampfbad . . . . .	206
13.4.4	Wechselwarmer Schenkelguss . . . . .	191	13.10.2	Dampfstrahl (Dampfdusche) . . . . .	206
13.4.5	Kalter Armguss . . . . .	191	<b>14</b>	<b>Sauna, Dampfbad und weitere Verfahren zur Ganzkörperhyperthermie</b> . . . . .	<b>209</b>
13.4.6	Wechselwarmer Armguss . . . . .	192	14.1	<b>Definitionen</b> . . . . .	<b>209</b>
13.4.7	Kalter Armguss mit Brustguss . . . . .	192	14.2	<b>Basisinformation</b> . . . . .	<b>209</b>
13.4.8	Heißer bzw. ansteigender Lumbalguss . . . . .	192	14.2.1	Geschichte . . . . .	209
13.4.9	Heißer Nackenguss . . . . .	192	14.2.2	Formen der Hyperthermie . . . . .	210
13.4.10	Kalter Gesichtsguss . . . . .	193	14.2.3	Physikalische Grundlagen . . . . .	211
13.4.11	Kalter Vollguss . . . . .	193	14.2.4	Physiologische Wirkungen und Wirksamkeitsnachweis . . . . .	212
13.4.12	Blitzguss . . . . .	194	14.2.5	Abrechnung . . . . .	215
			14.3	<b>Sauna und Dampfbad</b> . . . . .	<b>215</b>
			14.3.1	Grundlagen . . . . .	215
			14.3.2	Durchführung . . . . .	216
			14.3.3	Weitere wichtige Hinweise . . . . .	217
			14.4	<b>Peloidbäder</b> . . . . .	<b>218</b>
			14.4.1	Grundlagen . . . . .	218

14.4.2	Durchführung	218	15.9.8	Gesundheitsmassage	242
14.4.3	Weitere wichtige Hinweise	219	15.9.9	Saugglockenmassage [39]	242
<b>14.5</b>	<b>Überwärmungsbäder</b>	<b>219</b>	15.9.10	Akupunktmassage (nach Penzel)	242
14.5.1	Grundlagen	219	<b>16</b>	<b>Bewegungstherapie</b>	<b>245</b>
14.5.2	Durchführung	219	<b>16.1</b>	<b>Definition</b>	<b>245</b>
14.5.3	Weitere wichtige Hinweise	219	<b>16.2</b>	<b>Basisinformation</b>	<b>245</b>
<b>14.6</b>	<b>Infrarot-Ganzkörperhyperthermie</b>	<b>219</b>	16.2.1	Geschichte	245
14.6.1	Grundlagen	219	16.2.2	Formen der Bewegungstherapie	246
14.6.2	Durchführung	220	16.2.3	Wirkungen	247
14.6.3	Weitere wichtige Hinweise	220	16.2.4	Abrechnung	250
<b>15</b>	<b>Massagetherapie</b>	<b>223</b>	<b>16.3</b>	<b>Durchführung</b>	<b>250</b>
15.1	Definition	223	<b>16.4</b>	<b>Weitere wichtige Kriterien</b>	<b>252</b>
15.2	Basisinformation	223	<b>16.5</b>	<b>Trainingskriterien bei spezifischen Krankheitsbildern</b>	<b>254</b>
15.2.1	Geschichte	223	16.5.1	Chronische Herzerkrankung	254
15.2.2	Wirkungen	224	16.5.2	Frührehabilitation bei Herzinfarkt	255
15.2.3	Diagnostik und Therapie	224	16.5.3	Diabetes mellitus	256
15.2.4	Verordnung	225	16.5.4	Arthritis	257
15.2.5	Indikationen und Kontraindikationen	225	16.5.5	Übergewicht	257
15.2.6	Unerwünschte Wirkungen	225	16.5.6	Periphere Arteriosklerose	258
15.2.7	Kombinationsmöglichkeiten	226	16.5.7	Onkologische Erkrankungen	259
15.2.8	Abrechnung	226	16.5.8	Depression	259
<b>15.3</b>	<b>Klassische Massage</b>	<b>226</b>	16.5.9	Morbus Bechterew (Spondylitis ankylosans)	260
15.3.1	Grundlagen	226	<b>17</b>	<b>Manuelle Medizin</b>	<b>262</b>
15.3.2	Durchführung	227	<b>17.1</b>	<b>Definition</b>	<b>262</b>
15.3.3	Weitere wichtige Kriterien	227	<b>17.2</b>	<b>Basisinformation</b>	<b>262</b>
<b>15.4</b>	<b>Periostbehandlung (Pb)</b>	<b>228</b>	17.2.1	Geschichte	262
15.4.1	Grundlagen	228	17.2.2	Terminologie	264
15.4.2	Durchführung	229	17.2.3	Diagnostische und therapeutische Parameter	266
15.4.3	Weitere wichtige Kriterien	230	17.2.4	Wirkungen	268
<b>15.5</b>	<b>Kolonbehandlung</b>	<b>232</b>	17.2.5	Wirksamkeitsnachweis	270
15.5.1	Grundlagen	232	17.2.6	Abrechnung	271
15.5.2	Durchführung	232	<b>17.3</b>	<b>Diagnostik</b>	<b>272</b>
15.5.3	Weitere wichtige Kriterien	233	17.3.1	Anamnese	272
<b>15.6</b>	<b>Bindegewebsmassage (BGM; nach Dicke)</b>	<b>234</b>	17.3.2	Manualmedizinische Untersuchung	272
15.6.1	Grundlagen	234	<b>17.4</b>	<b>Therapie</b>	<b>273</b>
15.6.2	Durchführung	234	17.4.1	Techniken	273
15.6.3	Weitere wichtige Kriterien	235	17.4.2	Weitere wichtige Kriterien	274
<b>15.7</b>	<b>Unterwasserdruckstrahlmassage (UWM)</b>	<b>235</b>	<b>17.5</b>	<b>Fort- und Weiterbildung</b>	<b>287</b>
15.7.1	Grundlagen	235	<b>18</b>	<b>Ernährungstherapie</b>	<b>288</b>
15.7.2	Durchführung	236	<b>18.1</b>	<b>Definition</b>	<b>288</b>
15.7.3	Weitere wichtige Kriterien	236	<b>18.2</b>	<b>Basisinformation</b>	<b>288</b>
<b>15.8</b>	<b>Manuelle Lymphdrainage (MLD)</b>	<b>238</b>	18.2.1	Geschichte	288
15.8.1	Grundlagen	238	18.2.2	Grundkomponenten	289
15.8.2	Durchführung	238	18.2.3	Wirkungen	291
15.8.3	Weitere wichtige Kriterien	239	18.2.4	Wirksamkeitsnachweis	292
<b>15.9</b>	<b>Weitere Massageverfahren</b>	<b>240</b>	18.2.5	Diagnostik	292
15.9.1	Segmentmassage	240	18.2.6	Indikationen	292
15.9.2	Fußreflexzonenmassage (nach Fitzgerald)	240	18.2.7	Abrechnung	292
15.9.3	Bürstenmassage	240	<b>18.3</b>	<b>Wichtige Energieträger</b>	<b>293</b>
15.9.4	Heilmassage (nach Hamann)	241	18.3.1	Kohlenhydrate	293
15.9.5	Chinesische Tuina-Massage	241			
15.9.6	Chinesische Akupressur				
	und japanisches Shiatsu	241			
15.9.7	Sportmassage	242			

18.3.2	Fette .....	296	20.2.5	Wirkungen .....	344
18.3.3	Proteine .....	301	20.2.6	Abrechnung .....	345
<b>18.4</b>	<b>Ernährungsformen .....</b>	<b>304</b>	<b>20.3</b>	<b>Diagnostik .....</b>	<b>345</b>
18.4.1	Mediterrane Ernährung .....	304	20.3.1	Körperhaltungen .....	346
18.4.2	Vollwert-Ernährung .....	306	20.3.2	Bauchformen .....	347
18.4.3	Weitere naturheilkundliche Kostformen .....	309	20.3.3	Tonus des Magen-Darm-Traktes .....	348
<b>18.5</b>	<b>Therapiekonzepte bei spezifischen</b>		20.3.4	Défense musculaire .....	348
	<b>Erkrankungen .....</b>	<b>312</b>	20.3.5	Körpermaße .....	349
18.5.1	Adipositas und metabolisches Syndrom .....	312	20.3.6	Humoraldiagnostische Zeichen .....	350
18.5.2	Diabetes mellitus .....	314	<b>20.4</b>	<b>Therapie .....</b>	<b>351</b>
18.5.3	Fettstoffwechselstörung .....	315	20.4.1	Anwendung der Heilprinzipien .....	351
18.5.4	Hypertonie .....	316	20.4.2	Manuelle Bauchbehandlung .....	353
18.5.5	Nahrungsmittelallergien und		20.4.3	Weitere wichtige Kriterien .....	353
	Nahrungsmittelintoleranzen .....	317	<b>20.5</b>	<b>Hinweise zur Ausbildung .....</b>	<b>356</b>
18.5.6	Rheumatische Erkrankungen .....	318	<b>21</b>	<b>Atem- und Entspannungstherapie .....</b>	<b>357</b>
18.5.7	Wissenschaftliche Informationen .....	321	<b>21.1</b>	<b>Definition .....</b>	<b>357</b>
<b>19</b>	<b>Fastentherapie .....</b>	<b>322</b>	21.1.1	Wichtige Begriffe .....	357
19.1	Definition .....	322	21.1.2	Bezüge .....	358
19.2	Basisinformation .....	322	<b>21.2</b>	<b>Basisinformation .....</b>	<b>358</b>
19.2.1	Geschichte .....	322	21.2.1	Geschichte .....	358
19.2.2	Physiologische Wirkungen und		21.2.2	Wirkungen .....	359
	Wirkmechanismen .....	324	21.2.3	Arbeitsweisen und Lernziele .....	362
19.2.3	Phasen des Fastens und Fastenangebote .....	328	21.2.4	Methodik .....	364
19.2.4	Verordnung .....	329	21.2.5	Verordnung .....	364
19.2.5	Indikationen und Kontraindikationen .....	329	21.2.6	Indikationen .....	365
19.2.6	Nebenwirkungen .....	329	21.2.7	Kontraindikationen .....	365
19.2.7	Risiken und Abbruchkriterien .....	330	21.2.8	Kombinationsmöglichkeiten .....	365
19.2.8	Kombinationsmöglichkeiten .....	331	21.2.9	Abrechnung .....	365
19.3	Heilfasten nach Buchinger .....	331	<b>21.3</b>	<b>Hypnose und Hypnosetherapie .....</b>	<b>365</b>
19.3.1	Grundlagen .....	331	21.3.1	Grundlagen .....	365
19.3.2	Durchführung .....	331	21.3.2	Durchführung .....	366
19.3.3	Weitere wichtige Kriterien .....	334	<b>21.4</b>	<b>Autogenes Training .....</b>	<b>366</b>
19.4	Tee- oder Wasserfasten .....	334	21.4.1	Grundlagen .....	366
19.4.1	Grundlagen .....	334	21.4.2	Durchführung .....	366
19.4.2	Durchführung .....	334	<b>21.5</b>	<b>Progressive Muskelrelaxation (PMR) .....</b>	<b>366</b>
19.5	Molkefasten .....	334	21.5.1	Grundlagen .....	366
19.5.1	Grundlagen .....	334	21.5.2	Durchführung .....	367
19.5.2	Durchführung .....	334	<b>21.6</b>	<b>Funktionelle Entspannung .....</b>	<b>367</b>
19.5.3	Weitere wichtige Kriterien .....	335	21.6.1	Grundlagen .....	367
19.6	Saftfasten .....	335	21.6.2	Durchführung .....	367
19.6.1	Grundlagen .....	335	<b>21.7</b>	<b>Meditation .....</b>	<b>368</b>
19.6.2	Durchführung .....	335	21.7.1	Grundlagen .....	368
19.6.3	Weitere wichtige Kriterien .....	335	21.7.2	Durchführung .....	368
19.7	Weitere verwandte Methoden .....	336	<b>22</b>	<b>Klimatherapie .....</b>	<b>372</b>
19.7.1	Intensivdiätetik nach F. X. Mayr .....	336	<b>22.1</b>	<b>Definition .....</b>	<b>372</b>
19.7.2	Schroth-Kur .....	337	<b>22.2</b>	<b>Basisinformation .....</b>	<b>372</b>
<b>20</b>	<b>Diagnostik und Therapie nach F. X. Mayr ..</b>	<b>341</b>	22.2.1	Wirkfaktoren und physiologische Wirkungen .....	372
20.1	Definition .....	341	22.2.2	Bioklimatische Zonen .....	374
20.2	Basisinformation .....	341	22.2.3	Abrechnung .....	379
20.2.1	Geschichte .....	341	<b>22.3</b>	<b>Klimaexpositionsverfahren .....</b>	<b>379</b>
20.2.2	Pathogenetisches Konzept .....	341	22.3.1	Klimatische Terrainkur .....	379
20.2.3	Verdauungstrakt und Bewegungsapparat .....	342	22.3.2	Frischluft-Liegetherapie .....	380
20.2.4	Tonuslehre .....	344	22.3.3	Heliotherapie .....	380

22.3.4	Seebad	381	26.2.5	Wirksamkeitsnachweis	439	
<b>22.4</b>	<b>Spezifischer Einsatz der bioklimatischen Zonen</b>	<b>381</b>	<b>26.3</b>	<b>Diagnostik</b>	<b>439</b>	
22.4.1	Klimatherapie im Mittelgebirge	381	26.3.1	Vorgehen	439	
22.4.2	Klimatherapie im Hochgebirge	381	26.3.2	Reaktionsweisen bei probatorischer Behandlung	442	
22.4.3	Seeklimatherapie	383	<b>26.4</b>	<b>Therapie</b>	<b>442</b>	
<b>23</b>	<b>Heliotherapie</b>	<b>388</b>	26.4.1	Grundlagen	442	
23.1	Definition	388	26.4.2	Durchführung	444	
<b>23.2</b>	<b>Basisinformation</b>	<b>388</b>	26.4.3	Weitere wichtige Kriterien	445	
23.2.1	Geschichte	388	<b>27</b>	<b>Ausleitende Verfahren</b>	<b>449</b>	
23.2.2	Physikalische und biologische Grundlagen	388	<b>27.1</b>	<b>Definition</b>	<b>449</b>	
23.2.3	Wirkungen	390	<b>27.2</b>	<b>Basisinformation</b>	<b>449</b>	
23.2.4	Abrechnung	395	27.2.1	Geschichte	449	
<b>23.3</b>	<b>Durchführung</b>	<b>395</b>	27.2.2	Humoralpathologische Kriterien	449	
23.3.1	Natürliche Sonnen-/UV-Strahlung	395	27.2.3	Wirkungen	450	
23.3.2	Künstliche UV-Bestrahlung	396	27.2.4	Wirksamkeitsnachweis	450	
<b>23.4</b>	<b>Weitere wichtige Kriterien</b>	<b>398</b>	27.2.5	Durchführung	450	
<b>24</b>	<b>Ultraschall- und Elektrotherapie</b>	<b>404</b>	27.2.6	Verordnung	450	
<b>24.1</b>	<b>Ultraschalltherapie</b>	<b>404</b>	27.2.7	Indikationen und Kontraindikationen	450	
24.1.1	Definition	404	27.2.8	Kombinationsmöglichkeiten	450	
24.1.2	Basisinformation	404	27.2.9	Abrechnung	450	
24.1.3	Durchführung	406	<b>27.3</b>	<b>Aderlass</b>	<b>450</b>	
24.1.4	Weitere wichtige Kriterien	406	27.3.1	Grundlagen	450	
<b>24.2</b>	<b>Elektrotherapie</b>	<b>407</b>	27.3.2	Durchführung	451	
24.2.1	Definition	407	27.3.3	Weitere wichtige Kriterien	452	
24.2.2	Basisinformation	408	<b>27.4</b>	<b>Schröpftherapie</b>	<b>452</b>	
24.2.3	Galvanisation	409	27.4.1	Grundlagen	452	
24.2.4	Niederfrequenztherapie	411	27.4.2	Durchführung	453	
24.2.5	Mittelfrequenztherapie	415	27.4.3	Weitere wichtige Kriterien	454	
24.2.6	Hochfrequenztherapie	416	<b>27.5</b>	<b>Kantheridenpflaster</b>	<b>455</b>	
<b>Teil 2/2 – Erweiterte Verfahren</b>			419	27.5.1	Grundlagen	455
<b>25</b>	<b>Akupunktur</b>	<b>420</b>	27.5.2	Durchführung	456	
25.1	Definition	420	27.5.3	Weitere wichtige Kriterien	456	
<b>25.2</b>	<b>Basisinformation</b>	<b>420</b>	<b>27.6</b>	<b>Baunscheidt-Verfahren</b>	<b>457</b>	
25.2.1	Geschichte	420	27.6.1	Grundlagen	457	
25.2.2	Konzept	422	27.6.2	Durchführung	457	
25.2.3	Wirkungen	423	27.6.3	Weitere wichtige Kriterien	458	
25.2.4	Abrechnung	426	<b>27.7</b>	<b>Blutegeltherapie</b>	<b>458</b>	
<b>25.3</b>	<b>Therapie</b>	<b>426</b>	27.7.1	Grundlagen	458	
25.3.1	Grundlagen	426	27.7.2	Durchführung	460	
25.3.2	Durchführung	426	27.7.3	Weitere wichtige Kriterien	462	
<b>25.4</b>	<b>Weitere wichtige Kriterien</b>	<b>428</b>	<b>28</b>	<b>Eigenbluttherapie, Sauerstoff- und Ozontherapie</b>	<b>468</b>	
<b>26</b>	<b>Neuraltherapie</b>	<b>432</b>	<b>28.1</b>	<b>Eigenbluttherapie</b>	<b>468</b>	
26.1	Definition	432	28.1.1	Definition	468	
<b>26.2</b>	<b>Basisinformation</b>	<b>432</b>	28.1.2	Basisinformation	468	
26.2.1	Geschichte	432	28.1.3	Behandlung mit nativem Eigenblut	470	
26.2.2	Moderne Physik und Kybernetik	433	28.1.4	Modifizierte Verfahren	472	
26.2.3	Anatomische Parameter und funktionelle Aspekte	433	<b>28.2</b>	<b>Ozon-Sauerstoff-Therapien</b>	<b>477</b>	
26.2.4	Wirkmechanismus	437	28.2.1	Definition	477	
			28.2.2	Basisinformation	477	
			28.2.3	Reine Sauerstofftherapien	479	
			28.2.4	Ozon-Sauerstoff-Therapie	480	



<b>29</b>	<b>Mikrobiologische Therapie</b>	<b>485</b>
29.1	Definition	485
29.2	Basisinformation	485
29.2.1	Geschichte	485
29.2.2	Medizinisch genutzte Probiotika	486
29.2.3	Physiologische Schleimhautflora	486
29.2.4	Mukosa-Immunsystem (MIS)	487
29.2.5	Darmflora und Mastzellaktivität	488
29.2.6	Untersuchung der Leitkeimflora	488
29.2.7	Abrechnung	489
29.3	<b>Bakterien der Protektivflora</b>	<b>489</b>
29.3.1	Milchsäurebakterien	489
29.4	<b>Bakterien der Immunflora</b>	<b>490</b>
29.4.1	Enterococcus faecalis	490
29.4.2	Escherichia coli	491
29.5	<b>Autovakzine</b>	<b>492</b>
29.5.1	Escherichia-coli-Autovakzine	493
29.5.2	Autovakzine mit pathogenen Keimen	495
29.6	<b>Anwendungen nach dem Arbeitskreis für Mikrobiologische Therapie (AMT)</b>	<b>496</b>
29.7	<b>Hinweise zu Handelspräparaten</b>	<b>497</b>
<b>30</b>	<b>Segment- und Reflexzonenbehandlung</b>	<b>499</b>
30.1	Definition	499
30.2	Basisinformation	499
30.2.1	Geschichte	499
30.2.2	Wichtige Determinanten	499
30.2.3	Methodenwahl	500
30.2.4	Verwandte Entitäten	500
30.2.5	Physiologische Wirkungen	501
30.2.6	Indikationen	502
30.2.7	Abrechnung	502
30.3	<b>Hydro- und thermotherapeutische Verfahren</b>	<b>502</b>
30.3.1	Gusstechniken und Teilbäder	503
30.3.2	Auflagen, Wickel, Packungen und Pflaster	504
30.4	<b>Klassische und komplementäre Massageverfahren</b>	<b>506</b>
30.4.1	Bindegewebs-, Segment- und Periostmassage	506
30.4.2	Manuelle Massagetechniken	508
30.4.3	Kolonmassage	508
30.4.4	Fußreflexzonenmassage	509
30.4.5	Triggerpunktmassage	510
30.4.6	Tuina	510
30.4.7	Akupunktmassage	511
30.5	<b>Weitere Verfahren</b>	<b>511</b>
30.5.1	Ausleitende Verfahren	511
30.5.2	Akupunktur und Moxibustion	512
30.5.3	Therapeutische Lokalanästhesie, Neuraltherapie	513
30.5.4	Nasale Reflextherapie	514

## Teil 3 – Anwendung 517

<b>31</b>	<b>Symptomatik, Befund (Ursache), Therapieprinzip</b>	<b>518</b>
31.1	Einführende Hinweise	518
31.2	<b>Naturheilkundliche Anamnese</b>	<b>518</b>
31.2.1	Grundlagen	518
31.2.2	Durchführung	522
31.3	<b>Vegetative Anamnese</b>	<b>523</b>
31.3.1	Grundlagen	523
31.3.2	Durchführung	523
31.4	<b>Organ- und symptombezogene Anamnese-erhebung: Hinweise zur Therapie</b>	<b>524</b>
31.4.1	Kopfschmerzen und Migräne	524
31.4.2	Tinnitus	524
31.4.3	Augen	524
31.4.4	Hyperthyreose	524
31.4.5	Herz-Kreislauf-Erkrankungen	525
31.4.6	Essenzielle arterielle Hypertonie	525
31.4.7	Hypotonie	525
31.4.8	Ödeme	525
31.4.9	Herzrhythmusstörungen	525
31.4.10	Husten und ständiges Räuspern	525
31.4.11	Chronische Sinusitis	526
31.4.12	Störungen im Gastrointestinaltrakt	526
31.4.13	Nierenerkrankungen	527
31.4.14	Blaseninfekte	527
31.4.15	Rückenschmerzen	527
31.4.16	Strukturveränderungen des Bindegewebes	528
31.4.17	Schlafstörungen	528
31.4.18	Schwitzen	529
31.4.19	Fieber	529
31.4.20	Chronobiologische Aspekte	529
31.4.21	Haut	529
31.4.22	Pruritus	530
31.4.23	Zähne	530
31.4.24	Umweltfaktoren	530
31.4.25	Ernährungsanamnese	531
31.4.26	Psychische Symptome: Depression, Angststörung	531
<b>32</b>	<b>Kardiologische und angiologische Erkrankungen</b>	<b>533</b>
32.1	Einführende Hinweise	533
32.1.1	Allgemeine Entwicklungen	533
32.1.2	Bedeutung der Naturheilverfahren	534
32.2	<b>Arteriosklerose</b>	<b>535</b>
32.3	<b>Koronare Herzkrankheit (KHK)</b>	<b>536</b>
32.4	<b>Arterielle Hypertonie</b>	<b>544</b>
32.5	<b>Periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK)</b>	<b>548</b>
32.6	<b>Herzinsuffizienz</b>	<b>550</b>
32.7	<b>Chronisch venöse Insuffizienz (CVI)</b>	<b>552</b>

<b>33</b>	<b>Gastroenterologische Erkrankungen</b> .....	<b>556</b>	35.4.2	Hyperemesis gravidarum .....	613
33.1	Einführende Hinweise .....	556	35.4.3	Kreuzschmerzen .....	613
33.2	Schleimhauterkrankungen von Mund und Rachen .....	557	<b>35.5</b>	<b>Geburtshilfe</b> .....	<b>613</b>
33.3	Erkrankungen der Speiseröhre .....	558	35.6	<b>Wochenbett</b> .....	<b>614</b>
33.3.1	Refluxösophagitis .....	558	35.6.1	Milchbildung .....	614
33.4	Erkrankungen des Magens und des Duodenums .....	560	35.6.2	Hypogalaktie .....	614
33.4.1	Hyperazide Gastritis .....	560	35.6.3	Schmerzhafter Milcheinschuss, Milchstau, beginnende Mastitis .....	614
33.4.2	Atrophische Gastritis .....	562	35.6.4	Wundheilungsstörungen nach Dammriss oder Episiotomie .....	615
33.4.3	Störungen der Motilität .....	563	35.6.5	Rückbildung .....	615
33.4.4	Somatoforme Schmerzstörungen .....	563	<b>35.7</b>	<b>Spezifika der Familienplanung</b> .....	<b>615</b>
33.4.5	Übelkeit .....	564	35.7.1	Natürliche Familienplanung (NFP) .....	615
33.5	Erkrankungen der Leber .....	564	35.7.2	Unerfüllter Kinderwunsch .....	616
33.6	Erkrankungen der Gallenwege .....	567	<b>36</b>	<b>Hauterkrankungen</b> .....	<b>619</b>
33.7	Erkrankungen des Pankreas .....	568	36.1	Einführende Hinweise .....	619
33.7.1	Akute Pankreatitis .....	568	36.2	Entzündliche Hauterkrankungen .....	619
33.7.2	Chronische oder chronisch rezidivierende Pankreatitis .....	569	36.2.1	Atopisches Ekzem .....	619
33.8	Reizdarmsyndrom (RDS) .....	570	36.2.2	Allergisches und toxisches Kontaktekzem .....	622
33.9	Akute Gastroenteritis .....	572	36.2.3	Weitere Ekzemformen .....	623
33.10	Colitis ulcerosa (CU), Morbus Crohn (MC) ..	573	36.2.4	Psoriasis vulgaris .....	623
33.10.1	Akuter Schub .....	574	36.2.5	Lichen ruber planus (Knötchenflechte), Prurigo	625
33.10.2	Remission .....	575	36.2.6	Urtikaria .....	625
33.11	Hämorrhoiden .....	575	<b>36.3</b>	<b>Erregerbedingte Hauterkrankungen</b> .....	<b>627</b>
<b>34</b>	<b>Pulmonale Erkrankungen</b> .....	<b>578</b>	36.3.1	Bakterielle Hauterkrankungen .....	627
34.1	Einführende Hinweise .....	578	36.3.2	Virale Hauterkrankungen .....	628
34.2	Infektanfälligkeit .....	579	36.3.3	Hauterkrankungen durch Pilze .....	629
34.3	Erkältungskrankheit .....	581	36.3.4	Parasitäre Hauterkrankungen (Epizoonosen) ..	630
34.4	Sinubronchiales Syndrom .....	582	<b>36.4</b>	<b>Erkrankungen der Schleimhäute</b> .....	<b>631</b>
34.5	Hyperreagibles Bronchialsystem .....	583	<b>36.5</b>	<b>Erkrankungen der Schweißdrüsen</b> .....	<b>631</b>
34.6	Chronisch obstruktive Lungenerkrankung ..	583	36.5.1	Hyperhidrose .....	631
34.7	Lungenemphysem .....	587	<b>36.6</b>	<b>Erkrankungen der Talgdrüsen</b> .....	<b>632</b>
34.8	Asthma bronchiale .....	589	36.6.1	Acne vulgaris .....	632
34.9	Pneumonie .....	592	36.6.2	Rosazea .....	633
34.10	Pleuritis .....	593	<b>36.7</b>	<b>Neues Rezeptur-Formularium: erprobte Rezepturen</b> .....	<b>633</b>
34.11	Bronchialkarzinom .....	594	<b>37</b>	<b>Pädiatrische Erkrankungen</b> .....	<b>636</b>
34.12	Tuberkulose .....	596	37.1	Einführende Hinweise .....	636
34.13	HIV-Erkrankung .....	597	37.1.1	Prävention .....	636
34.14	Nikotinentwöhnung .....	599	37.1.2	Grenzen der Naturheilverfahren .....	636
<b>35</b>	<b>Gynäkologische Erkrankungen und Beschwerden</b> .....	<b>602</b>	<b>37.2</b>	<b>Pflege des kranken Kindes</b> .....	<b>637</b>
35.1	Einführende Hinweise .....	602	37.2.1	Ernährung .....	637
35.2	Gynäkologische Erkrankungen .....	603	37.2.2	Fiebersenkende Maßnahmen .....	637
35.2.1	Dysmenorrhöe .....	603	<b>37.3</b>	<b>Altersspezifische Erkrankungen des Säuglings</b> .....	<b>637</b>
35.2.2	Endometriose .....	604	37.3.1	Stillprobleme und Gedeihstörungen .....	637
35.2.3	Hypermenorrhöe .....	605	37.3.2	Meteorismus, Dreimonatskoliken .....	638
35.2.4	Zyklusstörungen .....	605	<b>37.4</b>	<b>Altersspezifische Erkrankungen des Kleinkindes</b> .....	<b>639</b>
35.2.5	Prämenstruelles Syndrom .....	605	37.4.1	Das infektanfällige Kind .....	639
35.3	Klimakterische Beschwerden .....	606	37.4.2	Erkrankungen des Bewegungsapparates, Haltungsschwäche .....	640
35.4	Erkrankungen und Beschwerden während der Schwangerschaft .....	610	37.4.3	Juvenile idiopathische Arthritis (JIA) .....	640
35.4.1	Allgemeine Beschwerden .....	610			



<b>37.5</b>	<b>Altersspezifische Erkrankungen des Jugendlichen</b> . . . . .	<b>643</b>	39.1.1	Enuresis nocturna (nächtliche kindliche Inkontinenz) . . . . .	673
37.5.1	Morbus Scheuermann („Adoleszentenkyphose“) . . . . .	643	39.1.2	Reizblase, Frequency-Urgency-Syndrom . . . . .	674
37.5.2	Acne vulgaris . . . . .	643	39.1.3	Chronisches Schmerzsyndrom des Beckens (Prostatopathie syn. Prostatodynie, chron. abakterielle Prostatitis, chron. Beckenschmerz-Syndrom) . . . . .	675
37.5.3	Hypertonus . . . . .	643	<b>39.2</b>	<b>Unspezifische Harnwegsinfektionen</b> . . . . .	<b>676</b>
37.5.4	Hypoton-orthostatische Regulationsstörung	644	<b>39.3</b>	<b>Benignes Prostata-syndrom (BPS)</b> . . . . .	<b>679</b>
<b>37.6</b>	<b>Altersunabhängige Krankheitsbilder</b> . . . . .	<b>644</b>	<b>39.4</b>	<b>Urolithiasis</b> . . . . .	<b>680</b>
37.6.1	Konjunktivitis, Rhinitis, Infektion der oberen Luftwege . . . . .	644	<b>39.5</b>	<b>Erektile Dysfunktion</b> . . . . .	<b>682</b>
37.6.2	Grippaler Infekt, Common Cold . . . . .	645	<b>40</b>	<b>Geriatrische Erkrankungen und Beschwerden</b>	<b>685</b>
37.6.3	Otitis media . . . . .	646	<b>40.1</b>	<b>Einführende Hinweise</b> . . . . .	<b>685</b>
37.6.4	Sinusitis, Sinubronchitis . . . . .	646	40.1.1	Prävention . . . . .	686
37.6.5	Angina tonsillaris . . . . .	646	40.1.2	Therapie . . . . .	686
37.6.6	Stenosierende Laryngitis . . . . .	647	<b>40.2</b>	<b>Kardiologische und angiologische Erkrankungen</b> . . . . .	<b>691</b>
37.6.7	Infektion der tiefen Luftwege, Bronchitis . . . . .	647	40.2.1	Herz-Kreislauf-Erkrankungen . . . . .	691
37.6.8	Bronchopneumonie, Pneumonie . . . . .	647	40.2.2	Venöse Erkrankungen . . . . .	692
37.6.9	Obstruktive Atemwegserkrankungen, Asthma bronchiale . . . . .	648	40.2.3	Obstruktive arterielle Erkrankungen . . . . .	692
37.6.10	Atopisches Ekzem . . . . .	649	40.2.4	Arterielle Hypertonie . . . . .	693
37.6.11	Nahrungsmittelallergie . . . . .	651	<b>40.3</b>	<b>Pneumonie</b> . . . . .	<b>693</b>
37.6.12	Gastroenteritis . . . . .	651	<b>40.4</b>	<b>Störungen des Stoffwechselsystems</b> . . . . .	<b>693</b>
37.6.13	Obstipation, Enkopresis . . . . .	651	40.4.1	Malnutrition bei Maldigestion . . . . .	693
37.6.14	Adipositas, Übergewicht . . . . .	652	40.4.2	Diabetes mellitus . . . . .	695
<b>37.7</b>	<b>Diabetes</b> . . . . .	<b>653</b>	40.4.3	Appetitlosigkeit durch Schwäche oder leichte Depression . . . . .	695
<b>37.8</b>	<b>Harnwegsinfektionen</b> . . . . .	<b>654</b>	40.4.4	Einschränkung der Nierenfunktion . . . . .	695
<b>37.9</b>	<b>Kopfschmerzen</b> . . . . .	<b>654</b>	<b>40.5</b>	<b>Erkrankungen der Haut</b> . . . . .	<b>696</b>
<b>37.10</b>	<b>Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (ADS), Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitäts-syndrom (ADHS), Konzentrationsschwäche, Verhaltensauffälligkeiten, Unruhezustände</b>	<b>655</b>	40.5.1	Exsikkationsekzematid (Austrocknungsekzem)	696
<b>37.11</b>	<b>Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen, Myogelosen, Insektenstiche</b> . . . . .	<b>656</b>	40.5.2	Stauungsekzem . . . . .	696
<b>38</b>	<b>Onkologische Erkrankungen</b> . . . . .	<b>659</b>	40.5.3	Atopisches Ekzem . . . . .	696
<b>38.1</b>	<b>Definition</b> . . . . .	<b>659</b>	40.5.4	Herpes zoster . . . . .	697
<b>38.2</b>	<b>Einführende Hinweise</b> . . . . .	<b>659</b>	40.5.5	Pilz- oder bakterielle Erkrankungen der Haut . . . . .	697
38.2.1	Geschichte . . . . .	659	<b>40.6</b>	<b>Erkrankungen des Bewegungsapparates</b> . . . . .	<b>697</b>
38.2.2	Prävention . . . . .	660	40.6.1	Koxarthrose . . . . .	697
<b>38.3</b>	<b>Verfahren</b> . . . . .	<b>661</b>	40.6.2	Gonarthritis . . . . .	697
38.3.1	Ernährungstherapie . . . . .	661	40.6.3	Chronische Polyarthrit (Rheumatoide Arthritis) . . . . .	697
38.3.2	Bewegungstherapie . . . . .	663	40.6.4	Osteoporose . . . . .	698
38.3.3	Psychoonkologie . . . . .	663	<b>40.7</b>	<b>Erkrankungen des Nervensystems</b> . . . . .	<b>698</b>
38.3.4	Hyperthermie . . . . .	664	40.7.1	Periphere Neuralgien . . . . .	698
38.3.5	Thymustherapie . . . . .	667	40.7.2	Degenerative Nervenerkrankungen . . . . .	698
38.3.6	Misteltherapie . . . . .	668	<b>40.8</b>	<b>Schmerztherapie</b> . . . . .	<b>699</b>
38.3.7	Enzymtherapie . . . . .	670	40.8.1	Grundlegende Hinweise . . . . .	699
<b>38.4</b>	<b>Spezielle pflegerische Maßnahmen in der palliativen Therapie</b> . . . . .	<b>670</b>	40.8.2	Angina pectoris . . . . .	700
38.4.1	Externa . . . . .	670	40.8.3	Asthma cardiale . . . . .	700
38.4.2	Tees . . . . .	671	40.8.4	Arthrotische Schmerzen . . . . .	700
<b>39</b>	<b>Urologische Erkrankungen</b> . . . . .	<b>673</b>	40.8.5	Neuralgien . . . . .	700
39.1	Funktionelle Beschwerden . . . . .	673	40.8.6	Abdominelle Schmerzen . . . . .	700
			40.8.7	Schlaflosigkeit . . . . .	701
			<b>41</b>	<b>Psychosomatische Erkrankungen</b> . . . . .	<b>703</b>
			41.1	Einführende Hinweise . . . . .	703

41.1.1 Prävention ..... 703  
 41.1.2 Therapie ..... 704  
 41.2 Depression ..... 706  
 41.3 Schlafstörungen ..... 709  
 41.4 Angststörungen ..... 713  
 41.5 Drogenabhängigkeit und Esssucht ..... 714

**42 Hals-Nasen-Ohren-Erkrankungen ..... 717**  
 42.1 Einführende Hinweise ..... 717  
 42.2 Atemwegsinfekte ..... 717  
 42.3 Allergische Rhinitis ..... 722  
 42.4 Hörsturz, Tinnitus, Schwindel ..... 723  
 42.5 Psychosomatische Begleiterscheinungen bei Tinnitus, Hyperakusis, Phonophobie ... 724

**43 Schmerztherapie (Schmerzen des Bewegungsapparats, Schmerzerkrankungen) 726**  
 43.1 Einführende Hinweise ..... 726  
 43.1.1 Therapieansatz und Module ..... 726  
 43.1.2 Adaptation ..... 727  
 43.1.3 Diagnostische Marker ..... 727  
 43.1.4 Vegetative Verschaltungen ..... 727  
 43.1.5 Konstitutionelle Aspekte ..... 727  
 43.1.6 Chronobiologie ..... 728  
 43.1.7 Salutogenese und Prävention ..... 728  
 43.2 Schmerzen des Bewegungsapparates ..... 728  
 43.2.1 Akuter Rückenschmerz ..... 728  
 43.2.2 Akute radikuläre Schmerzen ..... 731  
 43.2.3 Chronische Lumbago ..... 731  
 43.2.4 Syndrom der Halswirbelsäule (HWS-Syndrom) 733  
 43.2.5 Osteoarthritis ..... 735  
 43.2.6 Osteoporose ..... 737  
 43.2.7 Schulter-Arm-Syndrom ..... 738  
 43.2.8 Akute Epikondylitis ..... 738  
 43.2.9 Chronische Epikondylitis ..... 738  
 43.2.10 Rheumatoide Arthritis ..... 738  
 43.2.11 Arthritis urica (Gicht) ..... 740  
 43.3 Myofasziale Schmerzsyndrome ..... 740  
 43.3.1 Fibromyalgiesyndrom ..... 740  
 43.3.2 Schmerzen von Triggerpunkten ..... 743  
 43.4 Weitere häufige Schmerzsyndrome ..... 744  
 43.4.1 Migräne ..... 744  
 43.4.2 Spannungskopfschmerzen ..... 746  
 43.4.3 Akuter Herpes zoster ..... 747  
 43.4.4 Postzosterische Neuralgie ..... 747  
 43.4.5 Gastrointestinale Schmerzsyndrome ..... 748  
 43.4.6 Urologische Schmerzsyndrome ..... 748

**Teil 4 – Ausgewählte komplementärmedizinische Richtungen ..... 753**

**44 Anthroposophische Medizin ..... 754**  
 44.1 Definition ..... 754  
 44.2 Grundlagen ..... 754  
 44.2.1 Geschichte ..... 754  
 44.2.2 Konzeption ..... 755  
 44.3 Anwendung ..... 756  
 44.3.1 Anthroposophische Arzneimittel ..... 756  
 44.3.2 Heileurythmie ..... 756  
 44.3.3 Kunsttherapie ..... 756  
 44.3.4 Sprachgestaltung ..... 757  
 44.3.5 Rhythmische Massage ..... 757  
 44.3.6 Musiktherapie ..... 757  
 44.4 Beleglage ..... 757  
 44.4.1 Mistelextrakt ..... 757  
 44.4.2 Sprachtherapie ..... 757

**45 Homöopathie ..... 759**  
 45.1 Definition ..... 759  
 45.2 Grundlagen ..... 759  
 45.2.1 Geschichte ..... 759  
 45.2.2 Konzeption ..... 760  
 45.3 Anwendung ..... 761  
 45.3.1 Vorgehen ..... 761  
 45.3.2 Indikationen und Grenzen ..... 762  
 45.4 Beleglage ..... 762

**46 Osteopathie ..... 767**  
 46.1 Definition ..... 767  
 46.2 Grundlagen ..... 767  
 46.2.1 Geschichte ..... 767  
 46.2.2 Konzeption ..... 767  
 46.3 Anwendung ..... 768  
 46.3.1 Diagnostik ..... 768  
 46.3.2 Therapie ..... 768  
 46.3.3 Indikationen ..... 770  
 46.4 Beleglage ..... 771

**47 Traditionelle Chinesische Medizin ..... 773**  
 47.1 Definition ..... 773  
 47.2 Grundlagen ..... 773  
 47.2.1 Geschichte ..... 773  
 47.2.2 Konzeption ..... 773  
 47.3 Anwendung ..... 775  
 47.3.1 Diagnostik ..... 775  
 47.3.2 Therapie ..... 776  
 47.4 Beleglage ..... 777

**48 Ayurveda ..... 779**  
 48.1 Definition ..... 779  
 48.2 Grundlagen ..... 779



## Inhalt

48.2.1	Geschichte .....	779	51.2	Atlaslogie .....	792
48.2.2	Konzeption .....	779	51.3	Bach-Blüten-Therapie .....	792
<b>48.3</b>	<b>Anwendung .....</b>	<b>780</b>	51.4	Biochemie nach Dr. Schüßler .....	793
48.3.1	Diagnostik .....	780	51.5	Bioresonanz-Therapie .....	793
48.3.2	Therapie .....	780	51.6	Elektroakupunktur nach Voll .....	793
48.4	Beleglage .....	782	51.7	Enzymtherapie .....	793
			51.8	Homotoxikologie .....	794
			51.9	Kinesiologie .....	794
<b>49</b>	<b>Bioenergetische Medizin .....</b>	<b>784</b>	51.10	Oligotherapie .....	794
49.1	Definition (Energy Medicine) .....	784	51.11	Organotherapie .....	794
49.2	Grundlagen .....	784	51.12	Reiki .....	794
49.2.1	Prinzipien .....	784	51.13	Rolfing (Strukturelle Integration) .....	794
49.2.2	Konzeption .....	784	51.14	Shiatsu .....	794
49.3	Anwendung .....	785	51.15	Spagyrik .....	795
49.3.1	Wichtige Aspekte .....	785	51.16	Thermoregulationsdiagnostik .....	795
49.3.2	Gängige Messverfahren .....	785	51.17	Tibetische Medizin .....	795
49.4	Beleglage .....	786			
<b>50</b>	<b>Orthomolekularmedizin .....</b>	<b>788</b>			
50.1	Definition .....	788	<b>Teil 5 – Anhang .....</b>	<b>797</b>	
50.2	Grundlagen .....	788	<b>Viten .....</b>	<b>798</b>	
50.2.1	Geschichte .....	788	<b>Abbildungsnachweis .....</b>	<b>807</b>	
50.2.2	Konzeption .....	788	<b>Sachverzeichnis .....</b>	<b>813</b>	
50.3	Anwendung .....	789			
50.4	Beleglage .....	789			
<b>51</b>	<b>Weitere Verfahren .....</b>	<b>792</b>			
51.1	Aromatherapie .....	792			