

Wer heilt, hat Recht

Seit man weiß, dass chronische Beschwerden sich im Laufe einer homöopathischen Behandlung schnell verbessern und die Besserung danach auch anhält, suchen immer mehr Menschen nach alternativen Formen der Heilung. Und geraten oft zwischen den medizinischen Fronten. Was verbirgt sich hinter Alternativer Medizin? Und was kann sie? Unsere Autorin Marion Gottlob hat sich das weite Feld der Alternativ-Medizin angesehen.

Wie unterscheiden sich die Schulmedizin und die alternative Medizin? Es ist die Art, wie sich die Mediziner das Bild des Menschen vorstellen. Die Schulmedizin sieht den Menschen als eine hochkomplizierte, biologische Maschine. Ist die Maschine kaputt, muss (vereinfacht ausgedrückt) das defekte Teil gefunden und repariert werden – danach läuft der Apparat wieder wie geschmiert. Genauso wird beim kranken Menschen das „defekte“ und kranke Teil repariert oder in der hochmodernen Medizin sogar ausgetauscht. Dieses sozusagen statische Denk-Modell hat sich sehr bewährt, beispielsweise in der Chirurgie.

Vertreter der alternativen Medizin jedoch sehen im Menschen viel mehr. Für sie ist der Mensch ein offenes System, das ständig etwas aufnimmt und abgibt. Der

Mensch muss atmen, er braucht Nahrung, er braucht Schlaf. Und er braucht Zuwendung. Ist der Mensch krank, so ist nach Meinung der Alternativ-Mediziner selten nur ein einzelnes Teil krank, sondern das ganze System ist aus dem Gleichgewicht geraten. Nun sieht es auf den ersten Blick so aus, als wäre dieser Mensch der Alternativ-Medizin der Maschine hoffnungslos unterlegen. Aber das ist nicht immer so: Der Mensch kann aus sich heraus neue Kraft schöpfen, er kann sich an eine neue Situation anpassen, ja, er kann weit über sich selbst hinauswachsen. Auf diese besonderen Kräfte setzt die alternative Medizin.

Da jeder Mensch einmalig ist, gibt es eine große Vielfalt in diesem medizinischen Bereich. Das reicht vom einfachen Hand-Auflegen über die Kneipp-Kur bis zur

Mistel-Therapie. Wir stellen hier einige Möglichkeiten vor:

„Tut das weh?“ Seit mehr als 2500 Jahren werden Blutegel bei der Behandlung von Menschen eingesetzt. Im 18. Jahrhundert wurde die Therapie zur Mode, und jedes Jahr wurden Millionen von Blutegeln verwendet. Man sprach vom „medizinischen Vampirismus“. In der Folge wurde der medizinische Blutegel fast ausgerottet, und die Therapie geriet in Vergessenheit. Zu Unrecht, so Dr. Peter Nebel. Er zählt zu den Spezialisten, die heute mit Blutegeln umgehen können. „Blutegel sind sensible Jungs“, sagt der Notfallmediziner und Heilpraktiker aus Esslingen am Neckar. Über seine „Jungs“ hält er Vorträge in Europa und den Arabischen Emiraten. Auch an der Akademie für Ganzheitsmedizin in Heidelberg.

Dr. Nebel erklärt: „Blutegel vertragen keinen Stress.“ Sie mögen keine Patienten, die Knoblauch gegessen haben. Das schmeckt ihnen nicht. Für eine Behandlung setzt Dr. Nebel seine „Jungs“ behutsam auf den Körperteil, der Hilfe braucht. Der Blutegel sucht sich dann selbst die richtige Stelle, an der er zubeißen muss. „Das piekst“, sagt Dr. Nebel. Haben die Patienten erst einmal ihren Ekel vor den Würmern überwunden, sind sie rasch „per Du“ mit ihrem „Rudi“. Das ist die Abkürzung mancher Oma für den lateinischen Namen „Hi-rudi-nea“ für Blutegel. Blutegel werden unter anderem angewandt bei Migräne, Arthritis, Blutergerüssen oder Tinnitus. Eine 80-jährige Dame hatte ein künstliches Kniegelenk erhalten. Nach der Operation sammelte sich Flüssigkeit im Knie und sie konnte kaum noch laufen. Cortison oder Punktierungen halfen nicht. Der Chirurg selbst riet seiner Patientin zu einer Behandlung mit Blutegeln, und nach vier Sitzungen konnte die Dame wieder ohne Schmerzen gehen.

„Die saure Zitrone“: Dr. György Irmey hat in Heidelberg Medizin studiert und ist Direktor der Gesellschaft für biologische Krebsabwehr. Bei unserem Gespräch macht er ein einfaches Experiment: „Stellen Sie sich vor, dass Sie in eine Zitrone beißen.“ Sofort spüre ich, wie ich die Zitrone schmecke und wie in meinem Mund der Speichel fließt. Obwohl

im Zimmer, ja nicht einmal im Haus eine einzige Zitrone vorhanden ist. Dr. Irmey lächelt: „So wirken Gedanken, Vorstellungen und Gefühle auf unseren Körper.“

Genau diese Kräfte sollten bei der Behandlung einer Krankheit nicht vernachlässigt werden, so Dr. Irmey. Er nennt drei Säulen, wie man diese Kräfte stärken kann: Der Patient sollte seine Krankheit und die Therapie verstehen, soweit es ihm möglich ist; er sollte das Vertrauen

siv die körperlichen Prozesse zur Heilung ihrer Krankheit vor und können damit die Genesung unterstützen. Wann immer Dr. Rau sich diesen geistigen Übungen widmete, befestigte er an der Tür seines Krankenzimmers ein Schild „Bitte nicht stören! Ich meditiere!“ Inzwischen geht es Dr. Rau wieder gut, und er hat mit Dr. Irmey schon mehrere Mutmach-Kalender herausgegeben. Ein Leitspruch lautet: „Wenn du nach einer hilfreichen Hand



Blutegel als Heilmittel: Die Tierchen sollen unter anderem bei Tinnitus helfen. Foto: dpa

entwickeln, dass er alles, was die Krankheit mit sich bringt, bewältigen kann; er sollte die Krankheit in sein Leben sinnvoll einordnen.

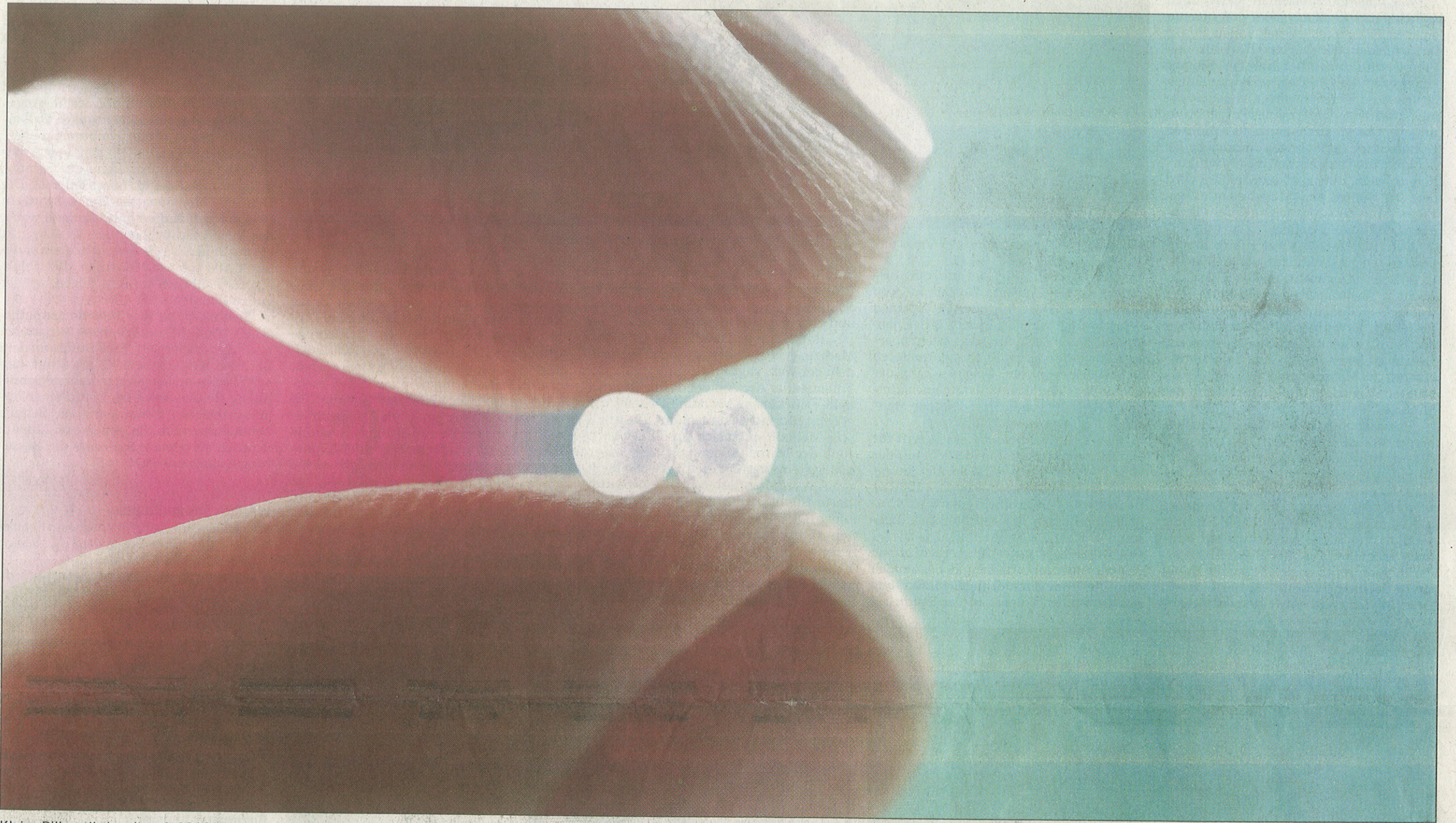
Dr. Ebo Rau war mehr als 20 Jahre lang als Arzt mit einer eigenen Praxis tätig. Vor elf Jahren erfuhr er, dass er an dem gefährlichen Krebs der Bauchspeicheldrüse litt. Er unterzog sich einer Strahlentherapie, also einer Therapie aus dem Bereich der konventionellen Medizin. Aber gleichzeitig nahm er sich dreimal täglich Zeit für eine Meditation, die der amerikanische Arzt O. Carl Simonton für Krebspatienten entwickelt hat.

Dabei stellen sich die Patienten inten-

ausschaust, denn schau auf die Verlängerung deines eigenen Arms.“

Was bedeutet das? Das kann eine gesunde Ernährung sein, eventuell mehr sportliche Bewegung, der Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln, Mistel- oder Thymus-Präparaten. Vor allem aber ist es die Stärkung der Seele. Dr. Irmey gibt einen Tipp: „Schreiben Sie mindestens 30 Dinge auf, die Ihnen Spaß machen, von denen 20 nicht mehr als vier Euro kosten! Für jeden Tag der kommenden Woche nehmen Sie sich nach Möglichkeit vor, wenigstens einen dieser Punkte in die Tat umzusetzen.“

> Fortsetzung auf der nächsten Seite



Kleine Pillen, die bereits seit 1813 Wirkung zeigen: Globuli nennt man sie in der bewährten Methode der Homöopathie. Foto: Imago

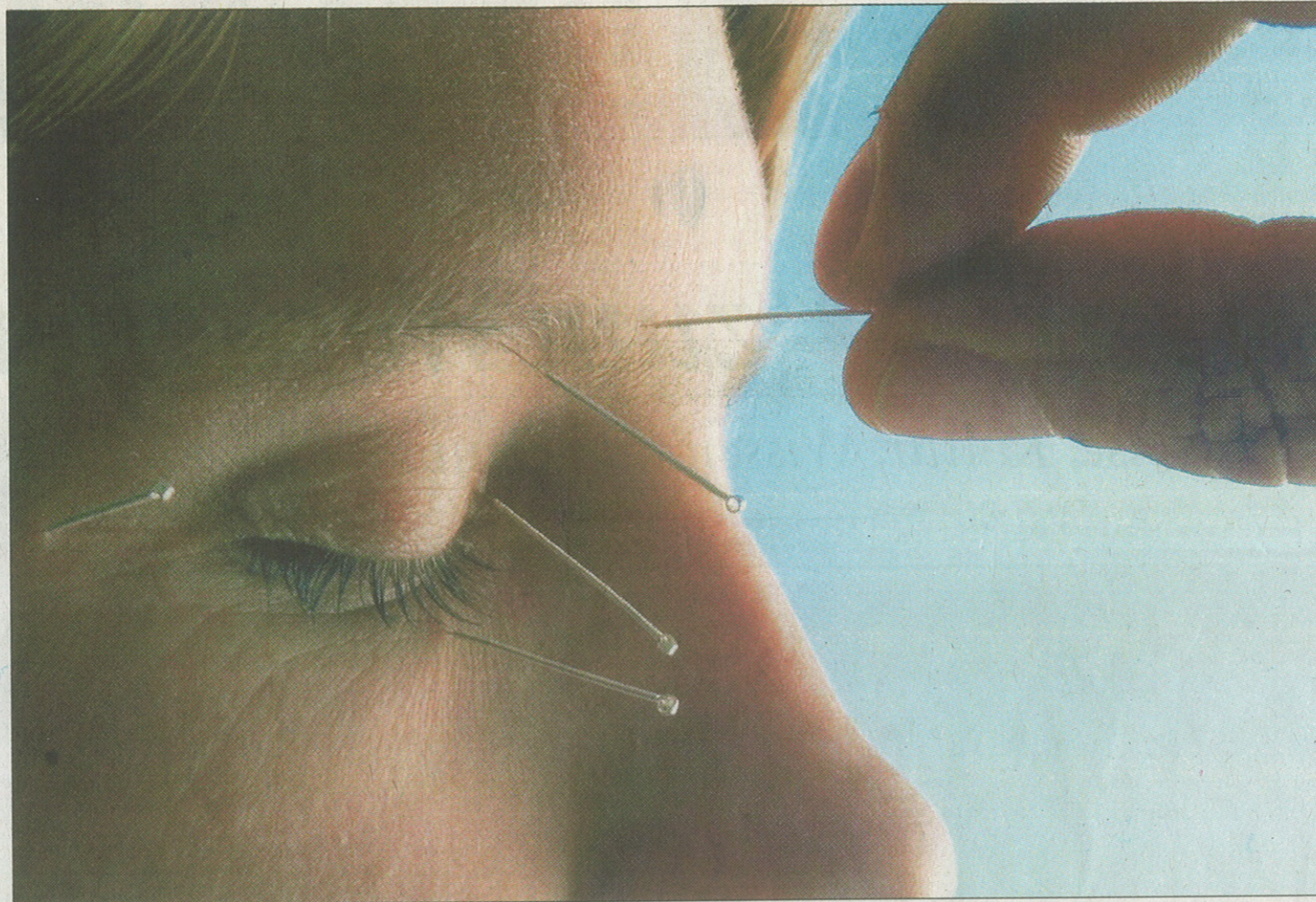
Wer heilt, hat recht

„Wie ein Virtuose am Klavier“: Der siebenjährige Tim (Name geändert) war ein intelligenter Junge, aber er litt unter einer Sprachstörung. Deshalb war er oft aggressiv. Er besuchte zwar eine spezielle Förderschule, aber machte keinerlei Fortschritte. In Absprache mit der Logopädin wurde das Kind in der Heidelberger Lehrpraxis der Gesellschaft für traditionelle chinesische Medizin mit einer Laser-Akupunktur behandelt. Sofort stellte sich eine Besserung ein, nach zwei Monaten konnte Tim alle Zahlen erstmals richtig aussprechen.

War das ganz einfach? Oder doch nicht? Natürlich kann jeder von uns am eigenen Körper einen beliebigen Punkt fest drücken oder gar eine Nadel in den Punkt einführen. Aber nur der Könnler kennt genau die Punkte, wo er mit einem Druck oder einem Nadelstich ansetzen muss, um den Schmerz eines Patienten zu lindern. Der Medizin-Journalist Manfred Köhnlechner nennt einen Vergleich: Jeder kann die Taste eines Klaviers willkürlich drücken, aber nur der Virtuose wird dem Instrument eine Melodie entlocken. Und es sind die Chinesen, die diese Technik perfektioniert haben.

Der Heidelberger Arzt Henry Johannes Greten ist Präsident der deutschen Gesellschaft für traditionelle chinesische Medizin. Während seines Studiums der westlichen Medizin begegnete er einem Professor der chinesischen Medizin aus der Familie des kaiserlichen Leibarztes. Er war so beeindruckt, dass er auch die chinesische Medizin erlernte: „Mich überzeugten der Erfolg und die Präzision der Methode.“

Inzwischen hat Greten sein „Heidelberger Modell“ entwickelt. Das bedeutet, dass er westliche und östliche Medizin miteinander anwendet und in einem gemeinsamen Verständnis der Grundbegriffe verbindet. Er setzt bei der Diagnose auf östliche Methoden wie die Prüfung von Puls und Zunge genauso wie auf westliche Techniken. Bei der Behandlung allerdings konzentriert er sich auf die chinesische Medizin. Warum? In der chinesischen Medizin geht es in „kleinen“ Schrit-



Akupunktur soll gegen chronische Kopfschmerzen ebenso gut helfen wie herkömmliche Medikamente. Fotos: dpa (2)

ten zum „großen“ Ziel des inneren Ausgleichs der Funktionen, also zur „inneren Harmonie“. Der Vorteil der kleinen Schritte liegt auf der Hand: Mit einem großen „Schubser“ kann der Patient überfordert werden, es treten die gefürchteten Nebenwirkungen ein. Dagegen kann der Behandler seine Therapie mit vielen kleinen Schritten genauer und feiner steuern.

Eine neue Studie der Gesellschaft für traditionelle chinesische Medizin mit der Heidelberger Universitätsklinik belegt den Erfolg der Akupunktur. Bei 100 Patienten wurde nach einem operativen Eingriff am Herzen die Akupunktur angewendet. Herz-Patienten leiden nach der Operation meist unter Schmerzen, atmen deshalb nur noch flach und bekommen dann leichter eine Lungenentzündung mit schlimmen Folgen. In der Studie ist

es mit Hilfe der Akupunktur bei fast 80 Prozent der Patienten gelungen, den Schmerz nach der Operation zu lindern und viele konnten messbar tiefer atmen.

„Rätselhaftes Tibet“: Die tibetische Medizin gehört zu den ältesten Heilsystemen der Welt, sagt Professor Jörg Riecke, Vorsitzender der Akademie für traditionelle tibetische Medizin Deutschland e.V. mit Sitz in Neckargemünd. Die tibetische Medizin stützt sich auf die Beobachtung der Natur. Anders als viele andere Heilsysteme verfügt die tibetische Medizin seit Jahrhunderten über eine detaillierte Kenntnis der Anatomie des Menschen. Denn die Tibeter begraben ihre Toten nicht, sondern zerlegen den toten Körper und geben ihn mit einer Zeremonie an die Natur zurück.

Zu dieser „äußeren“ Sicht der Dinge kommt die „innere“ Schau: So können

die Tibeter schon sehr lange das genaue Wachstum des Embryos im Mutterleib beschreiben. Ihre Ärzte gelangten zu diesen Kenntnissen allein durch Meditation. Diese „Innen-Schau“ braucht jahrelange Übung und Disziplin. Selbstverständlich darf das technische Können nicht fehlen. „Die tibetische Medizin sieht den Menschen als Körper, Geist und Energie“, so die Heilpraktikerinnen und ausgebildeten tibetischen Therapeutinnen Svetlana Riecke und Sonja Meiners von der Akademie. Nach dieser Vorstellung gibt es bei einem kranken Menschen entweder ein Zuviel oder ein Zuwenig an Energie. Ein Beispiel: Eine 50 Jahre alte Frau litt an extrem starken Monatsblutungen, die Ärzte rieten zur operativen Entfernung der Gebärmutter. Mit Hilfe der tibetischen Massage kam die Frau wieder ins Gleichgewicht. Bei einer 38-jährigen Frau dage-

gen war die Monatsblutung zu schwach, die Ärzte sprachen von Wechseljahren und empfahlen eine Hormonbehandlung. Auch hier brachte eine tibetische Massage wieder ein Gleichgewicht. Neben Massagen gibt es in der tibetischen Medizin unter anderem das Schröpfen, die Badetherapie, Kompressen und natürlich viele Arzneien.

„Typisch deutsch“: Schon Hippokrates und Paracelsus hatten diese besondere Möglichkeit des Heilens erkannt. Aber erst Samuel Hahnemann machte daraus ein richtiges System, das er Homöopathie nannte. Der deutsche Mediziner gehörte zu den führenden Ärzten seiner Zeit. Als 1813 eine große Typhus-Epidemie ausbrach, behandelte Samuel Hahnemann 183 Kranke, von denen nur einer verstarb. Bei den damals gängigen Methoden überlebten sonst nur 50 Prozent der Typhus-Kranken.

Welche Idee hat Hahnemann mit neuem Leben gefüllt? Es ist der Grundsatz „Ähnliches kann mit Ähnlichem geheilt werden“. Arzneimittel und Substanzen werden an gesunden Menschen getestet. Alle Symptome werden beobachtet und notiert, die das Mittel hervorruft. Angewendet wird es dann bei kranken Patienten, die genau diese Symptome zeigen. Bis heute weiß man nicht genau, wie diese Mittel wirken. Man kann nur feststellen, dass sie häufig funktionieren. Die Deutsche Homöopathie-Union führt ein Beispiel auf: Kaffee hält Gesunde wach, das kann man beobachten. Und so hilft ein aus Teilen der Kaffeepflanze gewonnenes Mittel solchen Menschen, die schlaflos und hellwach im Bett liegen, wieder gut zu schlafen.

Heute gibt es über 1400 homöopathische Wirkstoffe aus Pflanzen, Mineralien und aus der Tierwelt. Eine Studie an dem Berliner Krankenhaus Charité mit fast 4000 Patienten hat gezeigt, dass sich chronische Beschwerden im Laufe einer homöopathischen Behandlung im Schnitt bereits innerhalb der ersten drei Monate deutlich verbessern und dass die Besserung danach anhält.

Weitere Informationen:

> Akademie für Ganzheitsmedizin, Kohlhof 3, 69117 Heidelberg, Telefon 0 62 21/40 45 07.

> Akademie für traditionelle tibetische Medizin Deutschland e.V., Am Mühlrain 49 a, 69151 Neckargemünd, Telefon

auf östliche Methoden wie die Prüfung von Puls und Zunge genauso wie auf westliche Techniken. Bei der Behandlung allerdings konzentriert er sich auf die chinesische Medizin. Warum? In der chinesischen Medizin geht es in „kleinen“ Schrit-

griff am Herzen die Akupunktur angewendet. Herz-Patienten leiden nach der Operation meist unter Schmerzen, atmen deshalb nur noch flach und bekommen dann leichter eine Lungenentzündung mit schlimmen Folgen. In der Studie ist

schien. Denn die Tibeter begraben ihre Toten nicht, sondern zerlegen den toten Körper und geben ihn mit einer Zeremonie an die Natur zurück.

Zu dieser „äußeren“ Sicht der Dinge kommt die „innere“ Schau: So können

Beispiel: Eine 50 Jahre alte Frau litt an extrem starken Monatsblutungen, die Ärzte rieten zur operativen Entfernung der Gebärmutter. Mit Hilfe der tibetischen Massage kam die Frau wieder ins Gleichgewicht. Bei einer 38-jährigen Frau dage-



Mistelextrakte werden seit etwa 85 Jahren in der Krebstherapie eingesetzt. Foto: Weleda



Bei einer tibetischen Massage werden verschiedene Streich- und Knettechniken angewandt.

Weitere Informationen:

- > Akademie für Ganzheitsmedizin, Kohlhof 3, 69117 Heidelberg, Telefon 0 62 21/40 45 07.
- > Akademie für traditionelle tibetische Medizin Deutschland e.V., Am Mühlrain 49 a, 69151 Neckargemünd, Telefon 0 62 23/48 77 07 5.
- > Deutsche Gesellschaft für traditionelle chinesische Medizin, Karlsruher Str. 12, 69126 Heidelberg, Telefon 0 62 21/37 45 46.
- > Deutsche Homöopathie-Union, Postfach 41 02 80, 76202 Karlsruhe, Telefon 07 21/40 93 01.
- > Gesellschaft für biologische Krebsabwehr, Voßstrasse 3, 69115 Heidelberg, Telefon 0 62 21/13 80 20.

Buchempfehlungen:

- > Manfred Köhnlechner: Die machbaren Wunder. Heilmethoden und Heilerfolge. 180 Seiten, Rowohlt Verlag, Hamburg.
- > Werner Stumpf: Homöopathie. Das meist gekaufte Homöopathie-Buch. 320 Seiten, Gräfe und Unzer Verlag, München.
- > Dr. Bernhard Uehleke und Prof. Hans-Dieter Hentschel: Das große Kneipp-Gesundheitsbuch. 207 Seiten, Haug Verlag Stuttgart.