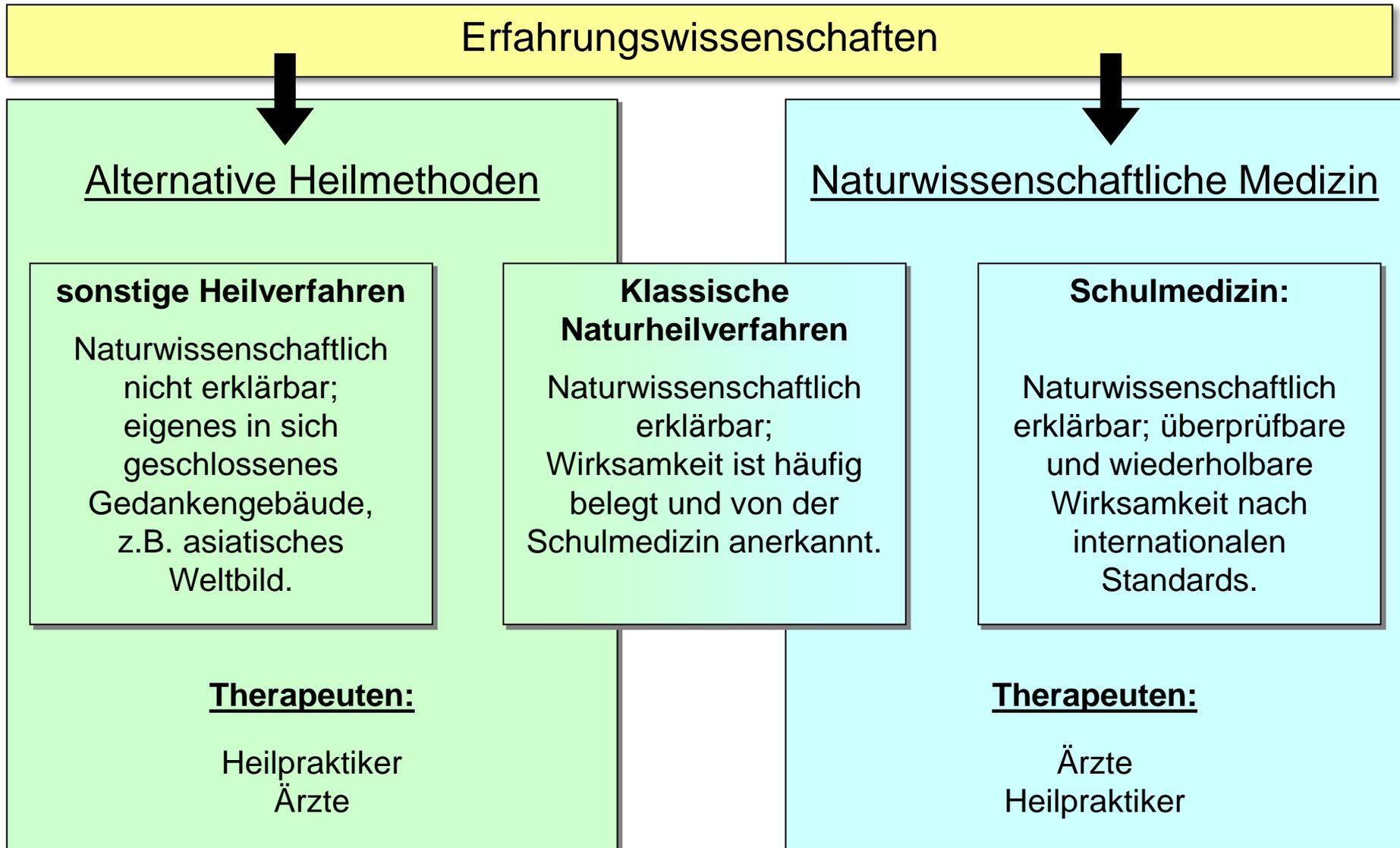


# **Alternative Heilmethoden auf dem Prüfstand**

**Meine Verantwortung als Christ**

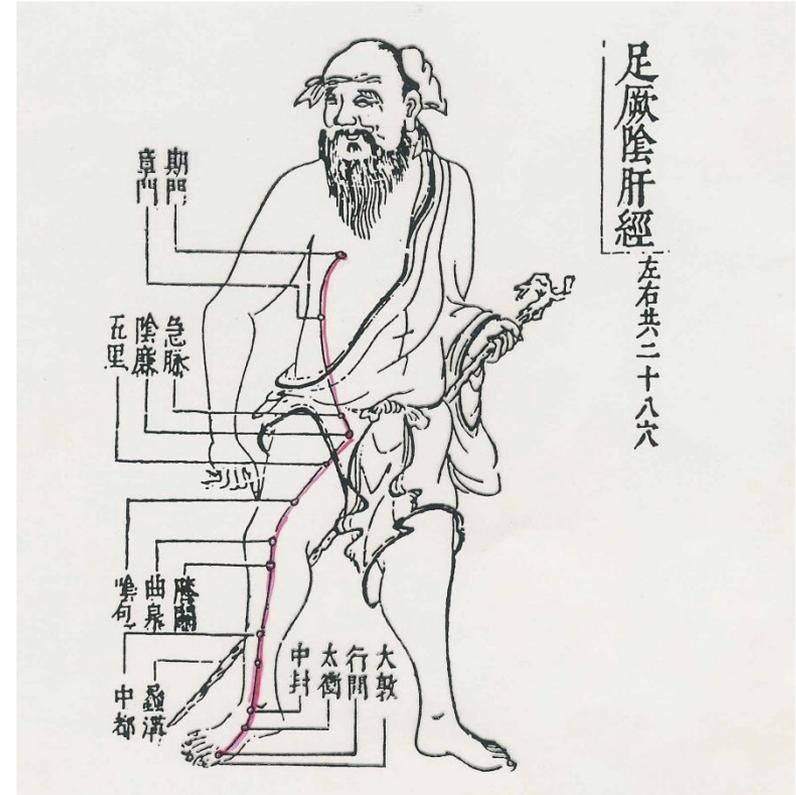
# Vereinfachte Einteilung der Heilmethoden



# Taoismus



Yin und Yang



Meridian

# Akupunktur

**Ärzte und Heilpraktiker**  
qualifizieren sich in  
traditioneller  
chinesischer Medizin  
und therapieren  
damit  
Schlafstörungen und  
Rückenschmerzen



Die Akupunktur ist eine  
Therapieform der Tradi-  
tionellen Chinesischen  
Medizin

## Energieströme stimulieren

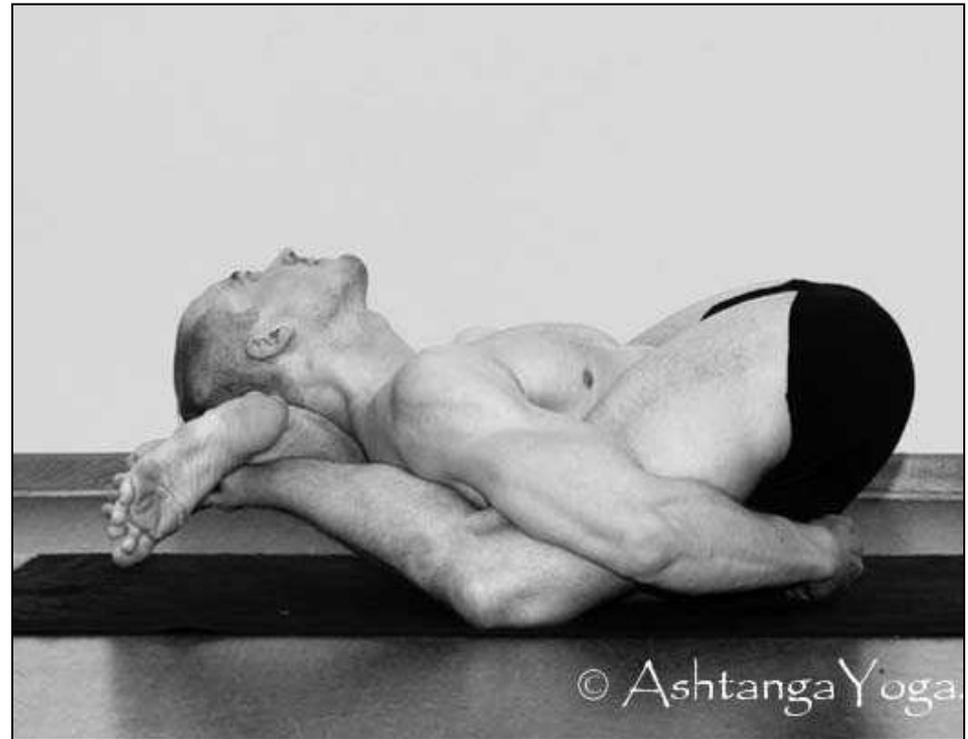
Quelle: Die Welt (25.08.2007)

# Yoga

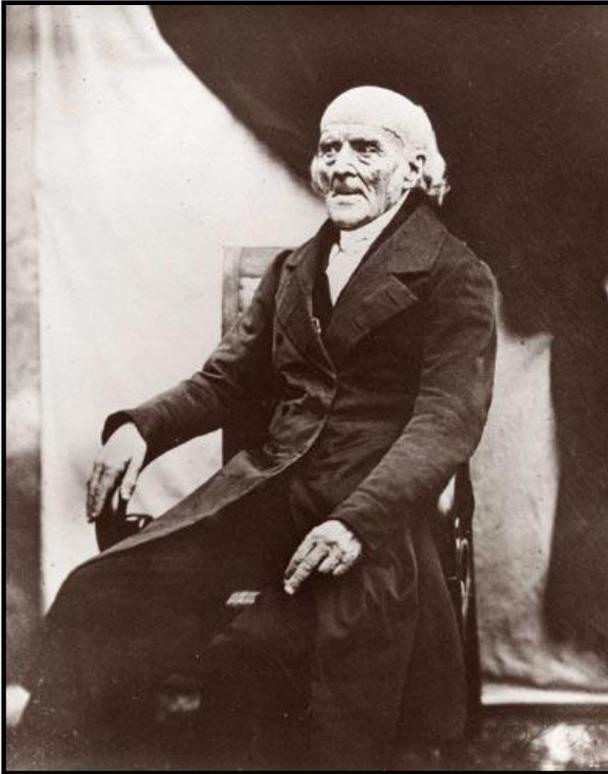
**Definition:** (indisch) „Anspannung des Körpers an die Seele zum Einswerden mit Gott“

**Hintergrund:** Hinduismus und Buddhismus (ca. 500 Jahre vor Chr.)

„Durch das Versinken in das ureigene Selbst gelangt man zum Göttlichen.“ ( Buddha )



# Homöopathie



## **Begründer:**

Samuel Hahnemann (1755-1843)

## **Die Prinzipien der Homöopathie:**

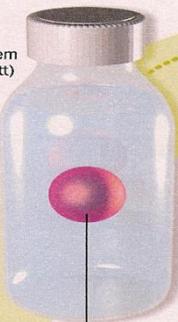
1. Die Ähnlichkeitsregel
2. Die Arzneimittelprüfung am Gesunden
3. Das individuelle Krankheitsbild
4. Das Potenzieren und Dynamisieren

# GESCHÜTTELT, NICHT GERÜHRT

Bei der Herstellung einer Dilution (Lösung) wird in vielen Schritten die Ausgangssubstanz (Urtinktur) zum eigentlichen Homöopathikum „potenziert“, also verdünnt – bei der hier dargestellten D-Potenz jeweils um den Faktor 10. Zwischen jedem Verdünnungsschritt werden die Gefäße geschüttelt. Es beginnt mit der Urtinktur, dann folgen D1, D2, D3 und so weiter

**D1 = 1:10**  
(Lösung nach einem Verdünnungsschritt)

**D2 = 1:100 = 1:10<sup>2</sup>**  
(nach zwei Schritten)



Wirkstoff  
(vom zweiten Schritt  
an symbolisch  
in Kugelform)

Geschüttelt wird auf ein  
Kissen – von Hand und  
mit kräftigen, nach unten  
geführten Schlägen



**D5 = 1:10<sup>5</sup>**  
(nach fünf Schritten)

**Urtinktur**



In der Potenz D20  
entspricht die  
Wirkstoffkonzentration  
etwa der von Aspirin  
im Atlantik, hätte man  
darin ein Tablette  
aufgelöst



**D24 = 1:10<sup>24</sup>**  
(nach 24 Schritten)

**D20 = 1:10<sup>20</sup>**  
(nach 20 Schritten)

Ab einer D24-  
Potenz ist mit an  
Sicherheit  
grenzender  
Wahrscheinlich-  
keit kein einziges  
Molekül Wirkstoff  
mehr in dem  
Homöopathikum  
vorhanden

Illustration: Andrew Timmins

# Homöopathie

Quelle: Stern; „Alternative  
Medizin“ 2004

# Bachblütentherapie

**Begründer:** Dr. Edward Bach (1886-1936) / Arzt und Homöopath



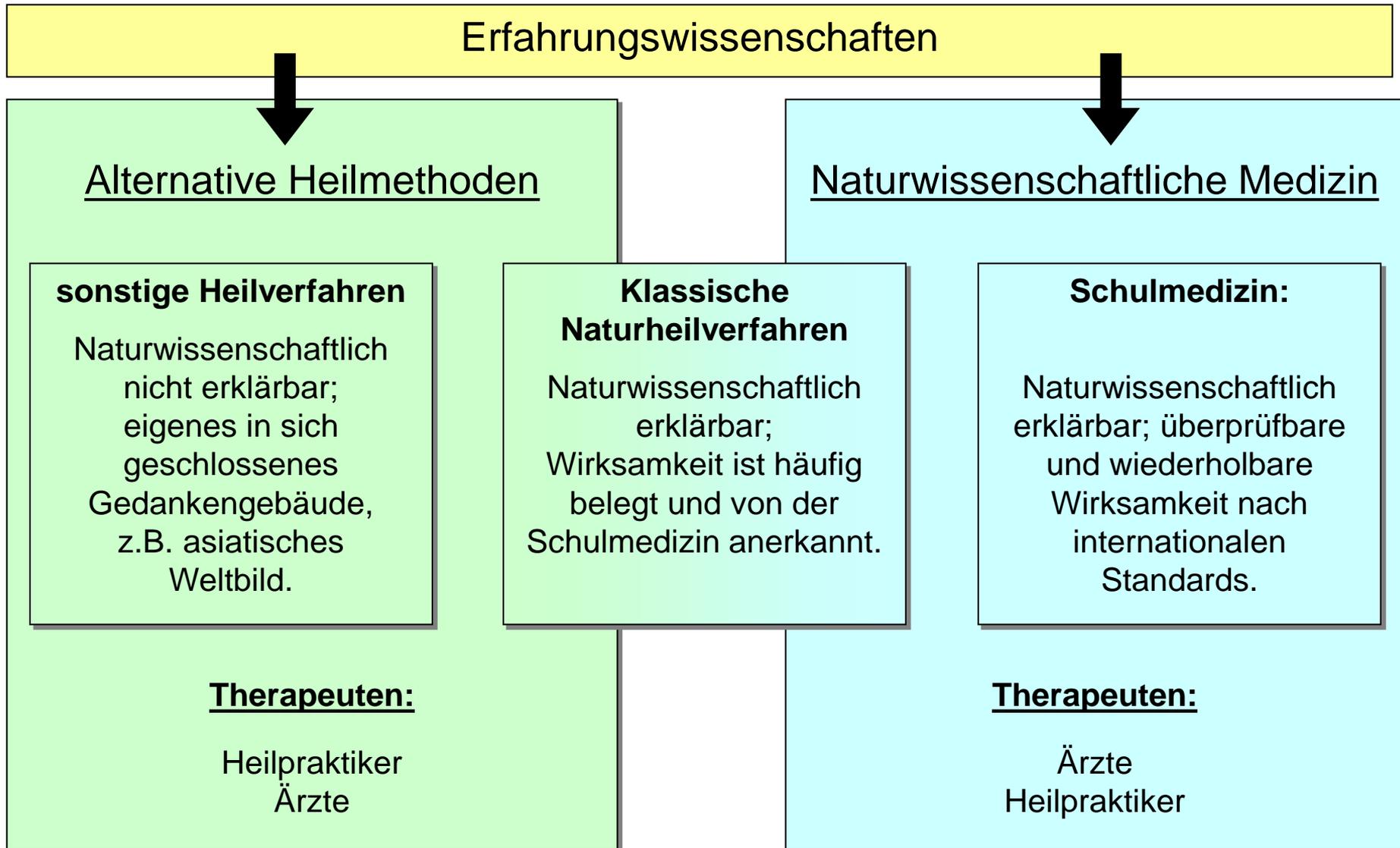
## **Grundgedanke:**

Die eigentliche Krankheit des Menschen lautet Charakterschwäche. Jede Krankheit ist mit Bachblüten heilbar.

## **Therapie nach Edward Bach:**

- 38 Blütenpräparate entsprechend zu den 38 negativen Seelenzuständen sollen die innere Harmonie wiederherstellen
- Nr.39: Rescue-Tropfen als „Erste-Hilfe-Tropfen“

# Vereinfachte Einteilung der Heilmethoden



# Pflanzenheilkunde

## **Phytotherapie:**

Vorbeugung und Behandlung von Krankheiten durch Pflanzen, Pflanzenteile.

### **1. Phytopharmaka:**

Fertigarzneimittel aus der Apotheke

### **2. Alkoholischer Auszug:**

Als Extrakt oder Tinktur aus der Apotheke

### **3. Wässriger Auszug:**

Getrocknete Pflanze bzw. Pflanzenteile mit Wasser übergießen

### **4. Hausmittel:**

Wickel mit Gemüse

„Obst-Gemüse-Medizin“



## Arnika

### Indikation:

- Verletzungs- oder Unfallfolgen (z.B. Prellung, Ödem, Bluterguss...)
- Entzündungen der Mund- und Rachenschleimhaut
- Rheumatische Muskel- und Gelenksbeschwerden
- Furunkel
- u. v. m.



## Kamille

### Indikation:

- Entzündungen
- Haut- und Schleimhautentzündungen
- Erkrankungen des Mund und Rachenraumes
- Kamillendampf bei Schnupfen, Sinusitis
- Fördert die Wundheilung
- Erkrankungen des Magen-Darmtrakts
- u.v.m.



## Kartoffel

### Indikation:

- Kartoffel-Wickel bei Halsschmerzen
- Antirheumatisch
- Fördert die Wundheilung
- Magenschleimhautentzündung
- u. v. m.



## Zwiebel

### Indikation:

- Zwiebel-Wickel bei Mittelohrentzündung
- Verdauungsstörungen
- Husten
- Entzündung der oberen Atemwege
- Blutdrucksenkend
- Antibakteriell
- Antiallergische Wirksamkeit wird diskutiert
- u.v.m.

# Kneipp

**Begründer:** Sebastian Kneipp (1821-1897); Pfarrer



## **5 Säulen der Behandlung:**

1. Wasseranwendungen
2. Phytotherapie
3. Bewegungstherapie
4. Ernährung
5. Ordnungstherapie

**Motto: Untätigkeit schwächt,  
Übung stärkt,  
Überlastung schadet**

# Kneipp

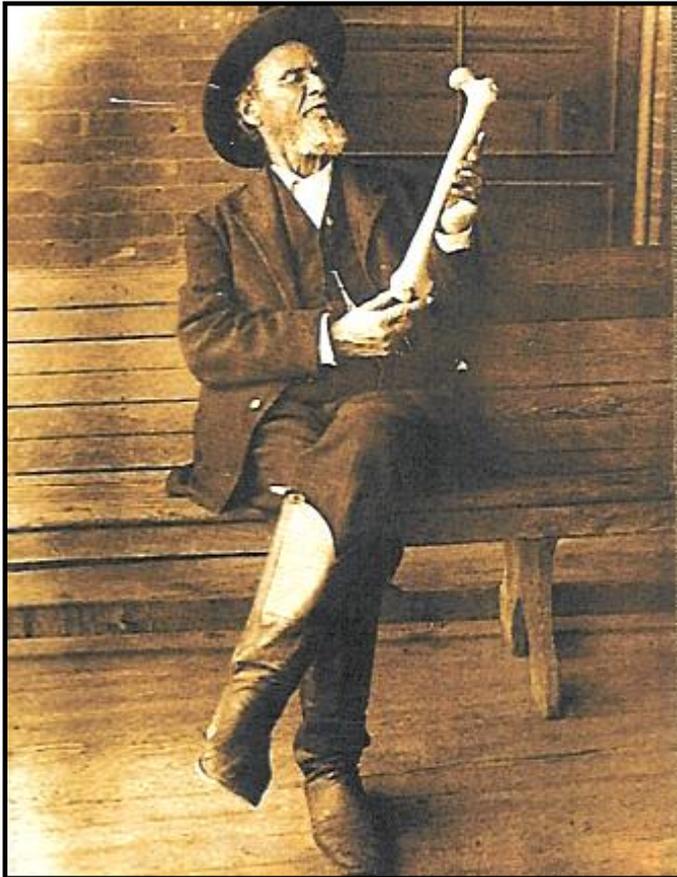


## Wirkungen:

- Regulation von:
  - Stoffwechsel
  - Kreislauf
  - Herz­tätigkeit
  - Schmerzempfindlichkeit
- Innere Organe funktionieren harmonischer.
- Stresshormone werden normalisiert.
- Immunsystem wird gestärkt.

# Osteopathie

**Begründer:** Andrew Taylor Still (1828 – 1917); amerikanischer Arzt



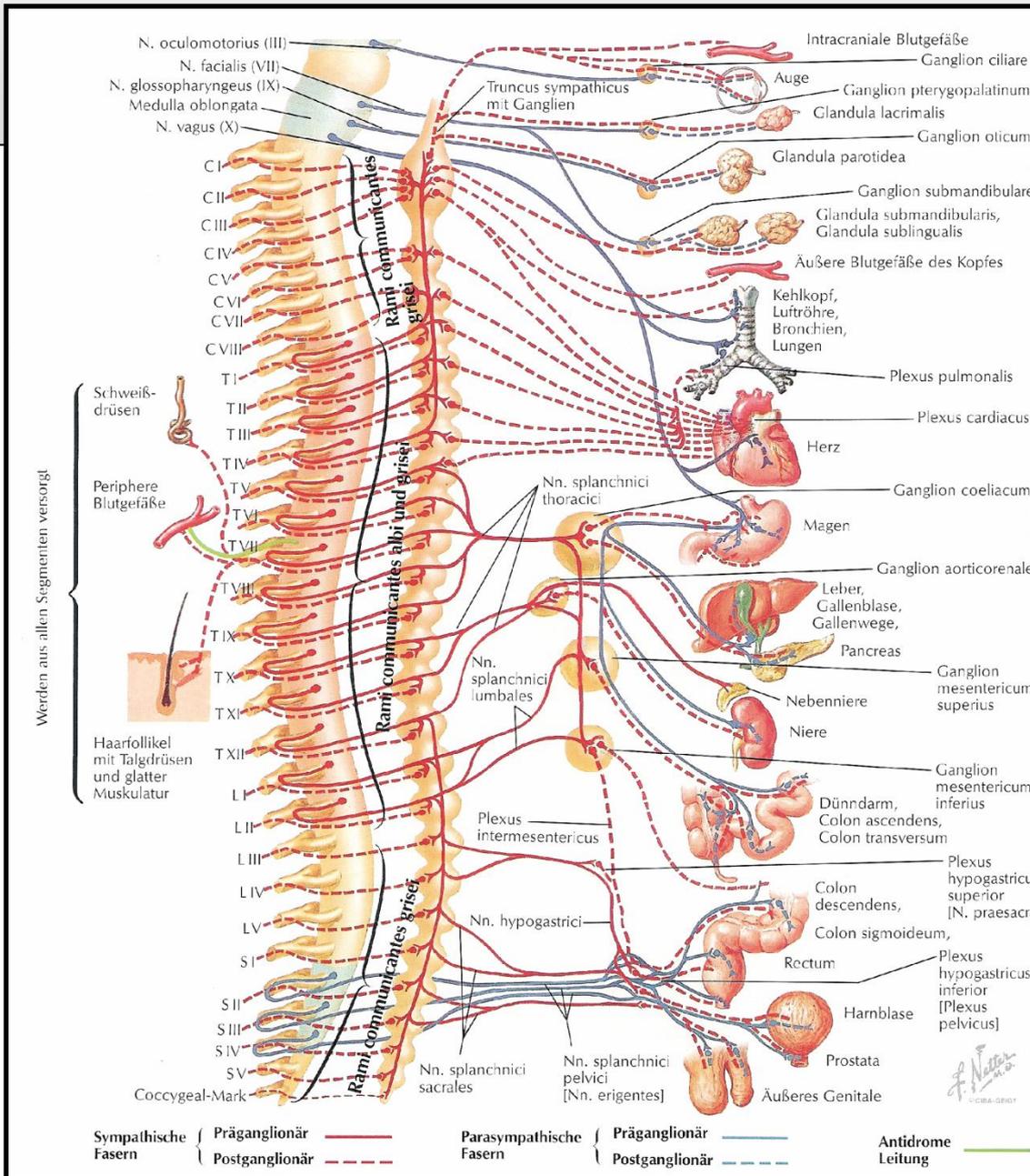
**Osteopathie** ist eine spezielle Manuelle Therapie (= Behandlung mit den Händen).

Akute und chronische Leiden werden auf ihre Ursache hin behandelt.

**Die drei Aspekte der Osteopathie:**

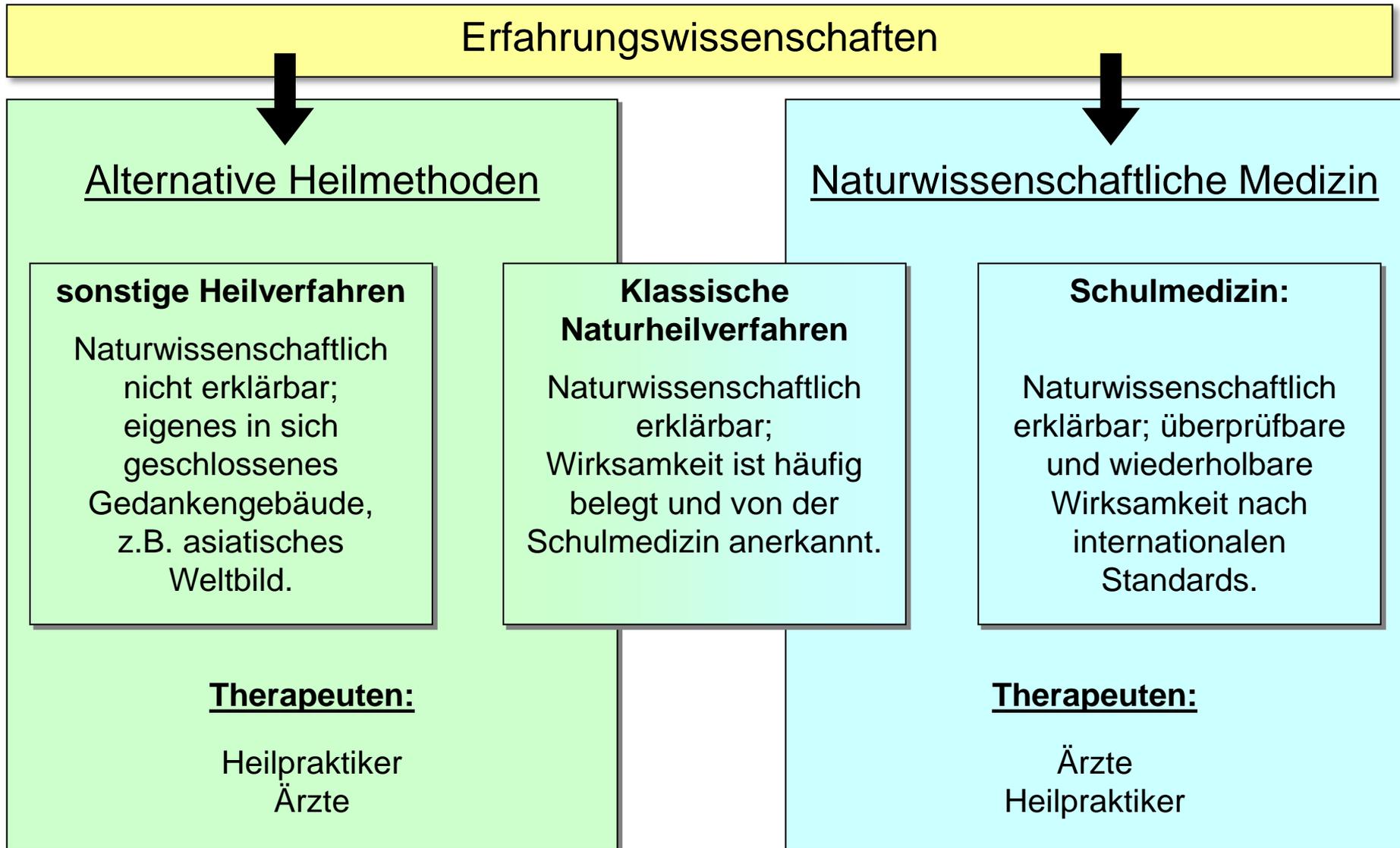
- Parietale Osteopathie
- Viszerale Osteopathie
- Cranio-Sakrale Osteopathie

# Osteopathie



Quelle: Netter; Vegetatives Nervensystem

# Vereinfachte Einteilung der Heilmethoden





# Gott nahe zu sein ist mein Glück Psalm 73,28



Karin Kaufmann

# Wo stehen Sie?

Josua 24,15b:

**„Ich aber und mein Haus wollen dem HERRN dienen.“**



# Übersicht

## Alternative Heilmethoden

### sonstige Heilverfahren:

- Akupunktur (TCM)
- Ohrakupunktur
- Fußreflexzonenmassage
- Irisdiagnose
- Kinesiologie (AK)
- Reiki
- Hypnose
- Autogenes Training
- Yoga
- Tai Chi Chuan / Qigong
- Meditation
- Ayurveda
- Kraniosakraltherapie
- Klassische Homöopathie
- Bachblüten
- Schüßler Salze
- Anthroposophie (Wala, Weleda)
- Bioresonanz ....

### Klassische Therapieverfahren:

- Kneipptherapie
- Sauna/Dampfbad
- Wärme- und Kältetherapien
- Wickel und Packungen
- Pflanzenheilkunde (Phytother.)
- Osteopathie
- Manuelle Therapie
- Klassische Massage
- Reflexzonenmassagen (BGM)
- Periostmassage
- Lymphdrainage
- Ernährung (Vollwertkost,...)
- Diät
- Heilfasten
- Bewegungstherapie (KG...)
- Pilates
- Entspannung nach Jacobson
- Schröpfen
- Quaddeln ....

## Naturwissenschaftliche Medizin

### Schulmedizin:

- Orthopädie
- Innere Medizin
- Chirurgie
- Gynäkologie
- Pharmakologie
- Zahnmedizin
- u. v. m.