

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Naturheilkunde und Naturheilverfahren</b>	<b>2</b>	<b>Diagnostische und therapeutische Verfahren</b>
<b>1.1</b>	<b>Grundbegriffe der Naturheilkunde</b>	<b>1</b>	<b>in der Naturheilkunde</b>
1.1.1	Naturheilverfahren und Naturheilkunde	2	<b>Akupunktur</b>
1.1.2	Erfahrungsheilkunde	2	Entwicklung und Wirkungsweise
1.1.3	Ganzheitsmedizin	2	Konzepte der Akupunktur und TCM
1.1.4	Alternative Medizin	2	Diagnostik und Therapie
1.1.5	Komplementäre Medizin	3	Sonderformen
1.1.6	Integrative Medizin	3	Übersichten: Leitbahnen und Funktionskreise
1.1.7	Paramedizin	3	
1.1.8	„Sanfte Medizin“	4	<b>Anthroposophische Medizin</b>
<b>1.2</b>	<b>Klassifikation und Stellenwert</b>	<b>4</b>	Entwicklung und Wirkungsweise
1.2.1	Klassifikation der Naturheilverfahren	4	Konzepte der Anthroposophie
1.2.2	Stellenwert der Naturheilverfahren	5	Diagnostik und Therapie
1.2.3	Naturheilkunde und konventionelle Medizin	7	<b>Aromatherapie</b>
<b>1.3</b>	<b>Theoretische und praktische Konzepte</b>	<b>9</b>	Entwicklung und Wirkungsweise
1.3.1	Wirkprinzipien und Wirkorte naturheilkundlicher Therapien	9	Wirkstoffe der ätherischen Öle
1.3.2	Praktische Hinweise für die naturheilkundliche Therapie	12	Diagnostik und Therapie
<b>1.4</b>	<b>Psychosomatik und Naturheilkunde</b>	<b>13</b>	<b>Ganzheitliche Atemtherapie</b>
<b>1.5</b>	<b>Naturheilkunde – Naturheilverfahren: eine aktuelle Standortbestimmung</b>	<b>14</b>	Entwicklung und Wirkungsweise
1.5.1	Salutogener Ansatz	14	Diagnostik und Therapie
1.5.2	Wirksamkeit und wissenschaftliche Prüfung	15	Interventionen der Atemtherapie
1.5.3	Nutzung und Wertschätzung in der Bevölkerung	16	<b>Ausleitende Verfahren</b>
1.5.4	Ausblick	16	Grundlagen: ausleitende Verfahren
<b>1.6</b>	<b>Chronologie der Naturheilverfahren</b>	<b>17</b>	Schröpftherapie
	<b>1800–2023</b>		Blutiges Schröpfen
			Trockenes Schröpfen
			Aderlass
			Blutegeltherapie
			Baunscheidt-Verfahren
			Cantharidenpflaster
			Fontanellentherapie
			Weitere
			Reizkörpermethoden
			<b>Autogenes Training</b>

<b>2.7</b>	<b>Ayurveda</b>	<b>153</b>	<b>2.18.4</b>	Alternative	
<b>2.8</b>	<b>Bachblütentherapie</b>	<b>161</b>		Ernährungsformen	<b>272</b>
2.8.1	Entwicklung und Wirkungsweise	161	<b>2.19</b>	<b>Fasten</b>	<b>281</b>
2.8.2	Diagnostik und Therapie	163	<b>2.20</b>	<b>Feldenkrais-Therapie</b>	<b>290</b>
2.8.3	Übersichten	168	<b>2.21</b>	<b>Felke-Therapie</b>	<b>293</b>
<b>2.9</b>	<b>Balneo- und Klimatherapie</b>	<b>176</b>	<b>2.22</b>	<b>Heilpilze/Mykotherapie</b>	<b>295</b>
			<b>2.23</b>	<b>Homöopathie</b>	<b>300</b>
2.9.1	Balneotherapie	176	2.23.1	Klassische Homöopathie	<b>300</b>
2.9.2	Klimatherapie	182	2.23.2	Komplexmittel- homöopathie	<b>314</b>
<b>2.10</b>	<b>Bewegungstherapie</b>	<b>186</b>	<b>2.24</b>	<b>Homotoxikologie – die antihomotoxische Therapie</b>	<b>320</b>
2.10.1	Entwicklung und Wirkungsweise	186	<b>2.25</b>	<b>Hydro- und Thermotherapie</b>	<b>330</b>
2.10.2	Konzept der Bewegungstherapie	188	2.25.1	Hydrotherapie: Entwicklung und Wirkungsweise	<b>330</b>
2.10.3	Diagnostik und Therapie	191	2.25.2	Hydrotherapie: Diagnostik und Therapie	<b>333</b>
2.10.4	Sonderform: Krankengymnastik	196	2.25.3	Hydrotherapie: Grundregeln zur prak- tischen Durchführung	<b>335</b>
<b>2.11</b>	<b>Biochemie nach Schüßler</b>	<b>203</b>		(nach Vogler)	
<b>2.12</b>	<b>Colon-Hydro- Therapie (CHT)</b>	<b>210</b>	2.25.4	Hydrotherapie: Formen	<b>337</b>
2.12.1	Entwicklung und Wirkungsweise	210	2.25.5	Sauna	<b>346</b>
2.12.2	Diagnostik und Therapie	212	2.25.6	Dauerbrause	<b>348</b>
2.12.3	Sonderformen	213	2.25.7	Thermotherapie: Entwicklung und Wirkungsweise	<b>351</b>
<b>2.13</b>	<b>Eigenblut- und Eigenharntherapie</b>	<b>214</b>	2.25.8	Thermotherapie: Diagnostik und Therapie	<b>354</b>
2.13.1	Eigenbluttherapie	214	<b>2.26</b>	<b>Inhalationstherapie</b>	<b>358</b>
2.13.2	Eigenharntherapie	221	<b>2.27</b>	<b>Applied Kinesiology und verwandte Methoden</b>	<b>362</b>
<b>2.14</b>	<b>Elektrotherapie und Ultraschalltherapie</b>	<b>223</b>	2.27.1	Entwicklung und Konzepte	<b>362</b>
2.14.1	Elektrotherapie	223	2.27.2	Diagnostik und Therapie	<b>368</b>
2.14.2	Ultraschalltherapie	235	<b>2.28</b>	<b>Manuelle Medizin</b>	<b>372</b>
<b>2.15</b>	<b>EMDR-Therapie</b>	<b>238</b>	<b>2.29</b>	<b>Massagetherapien</b>	<b>382</b>
2.15.1	Entwicklung und Stellenwert	238	2.29.1	Grundlagen der Massagetherapie	<b>382</b>
2.15.2	Konzept und Wirkungsweise	240	2.29.2	Übersicht (► Tab. 2.57)	<b>387</b>
2.15.3	Diagnostik und Therapie	242	2.29.3	Klassische Massage	<b>388</b>
<b>2.16</b>	<b>Enderlein-Therapie (Sanum-Therapie)</b>	<b>246</b>	2.29.4	Heilmassage	<b>388</b>
<b>2.17</b>	<b>Enzymtherapie</b>	<b>250</b>	2.29.5	Reflexzonenmassage	<b>389</b>
<b>2.18</b>	<b>Ernährungstherapie</b>	<b>258</b>	2.29.6	Segmentmassage	<b>390</b>
2.18.1	Entwicklung und Stellenwert	258	2.29.7	Bindegewebsmassage	<b>397</b>
2.18.2	Ernährungswissen- schaftliche Konzepte	261	2.29.8	Periostbehandlung	<b>397</b>
2.18.3	Diagnostik und Therapie	269			

2.29.9	Fußreflexzonenmassage	398	<b>2.43</b>	<b>Reflexzonentherapie am Fuß</b>	537
2.29.10	Kolonbehandlung	398		<b>Regulationsthermographie (RTG) und Infrarot-Thermographie</b>	
2.29.11	Unterwasserdruckstrahlmassage	399	<b>2.44</b>	<b>Regulations Imaging (IRI)</b>	544
2.29.12	Bürstenmassage	400		<b>Sauerstoff-Ozon-Therapien</b>	553
2.29.13	Manuelle Lymphdrainage	401	<b>2.45</b>	Grundlagen der Sauerstoff-Ozon-Therapien	
2.29.14	Weitere Massageformen	401	2.45.1	Sauerstofftherapien	555
<b>2.30</b>	<b>Mikrobiologische Therapie</b>	<b>404</b>	2.45.2	Ozontherapien	558
<b>2.31</b>	<b>Mind-Body-Medizin</b>	<b>416</b>	2.45.3	Ozon-Eigenblut-Therapien	
<b>2.32</b>	<b>Naturidentische Hormontherapie</b>	<b>426</b>	2.45.4	<b>Säure-Basen-Haushalt: Latente Azidose</b>	565
<b>2.33</b>	<b>Neuraltherapie</b>	<b>437</b>	<b>2.46</b>	<b>Spenglersan-Therapie</b>	572
2.33.1	Entwicklung und Wirkungsweise	437	<b>2.47</b>	<b>Praktische Therapie</b>	581
2.33.2	Diagnostik und Therapie	439	<b>3</b>	<b>Herz</b>	587
2.33.3	Einfache Injektions-techniken und Therapieschemata	445	<b>3.1</b>	Naturheilkundliche Behandlungsprinzipien	590
<b>2.34</b>	<b>Neurostress-Konzept</b>	<b>453</b>	3.1.1	Herzinsuffizienz	590
<b>2.35</b>	<b>Ordnungstherapie</b>	<b>459</b>	3.1.2	Koronare Herzkrankheit (KHK) und Herzinfarkt	594
<b>2.36</b>	<b>Orthomolekulare Medizin</b>	<b>469</b>	3.1.3	(KHK) und Herzinfarkt	599
<b>2.37</b>	<b>Osteopathie</b>	<b>478</b>	3.1.4	Herzrhythmusstörungen	606
<b>2.38</b>	<b>Phototherapie</b>	<b>488</b>	3.1.5	Funktionelle kardiovaskuläre Störungen	610
2.38.1	Grundlagen der Phototherapie	488	<b>3.2</b>	<b>Blutgefäße und Kreislauf</b>	
2.38.2	Spezielle Formen der Phototherapie	492	3.2.1	Naturheilkundliche Behandlungsprinzipien	615
<b>2.39</b>	<b>Physikalische Therapie</b>	<b>496</b>	3.2.2	Arterielle Hypertonie	615
<b>2.40</b>	<b>Phytotherapie</b>	<b>496</b>	3.2.3	Arterielle Hypotonie	618
2.40.1	Entwicklung und Wirkungsweise	497	3.2.4	Arteriosklerose	623
2.40.2	Wirkstoffgruppen	500	3.2.5	Periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK)	627
2.40.3	Diagnostik und Therapie	507	3.2.6	Zerebraler Insult (Apoplex)	631
2.40.4	Phytopharmaka und arzneimittelrechtliche Grundlagen	511	3.2.7	Venenerkrankungen und Ulcus cruris venosum	636
2.40.5	Nahrungsergänzungsmittel (NEM)	519	3.2.8	Lymphödem	639
2.40.6	Sonderformen der Phytotherapie: parenterale Therapie mit Mistelextrakten	521	<b>3.3</b>	<b>Atemwege</b>	646
<b>2.41</b>	<b>Progressive Relaxation nach Jacobson</b>	<b>527</b>	3.3.1	Naturheilkundliche Behandlungsprinzipien	649
<b>2.42</b>	<b>Proteomis-Profil</b>	<b>531</b>	3.3.2	Rhinitis und Sinusitis	653
			3.3.3	Pneumonie	664

3.3.4	Bronchitis, COPD	<b>667</b>	3.8.3	Prostatitis	<b>799</b>
3.3.5	Asthma bronchiale	<b>677</b>	3.8.4	Sexuelle	
<b>3.4</b>	<b>HNO, Mund, Zahn</b>	<b>682</b>		Funktionsstörungen	<b>801</b>
3.4.1	Naturheilkundliche		3.8.5	Sterilität	<b>806</b>
	Behandlungsprinzipien	<b>682</b>	3.8.6	Menstruationsstörungen	<b>810</b>
3.4.2	Tonsillitis	<b>685</b>	3.8.7	Fluor vaginalis	<b>820</b>
3.4.3	Otitis media	<b>691</b>	3.8.8	Klimakterische	
3.4.4	Schleimhaut-			Beschwerden	<b>822</b>
	entzündungen im Mund	<b>696</b>	3.8.9	Mastodynie und	
3.4.5	Heiserkeit	<b>699</b>		Mastopathie	<b>831</b>
3.4.6	Zahnschmerzen	<b>702</b>	<b>3.9</b>	<b>Endokrinium</b>	<b>834</b>
<b>3.5</b>	<b>Magen-Darm-Trakt</b>	<b>706</b>	3.9.1	Naturheilkundliche	
3.5.1	Naturheilkundliche			Behandlungsprinzipien	<b>834</b>
	Behandlungsprinzipien	<b>706</b>	3.9.2	Diabetes mellitus	<b>836</b>
3.5.2	Gastritis	<b>709</b>	3.9.3	Blande Struma	<b>843</b>
3.5.3	Ulcus ventriculi und		3.9.4	Hyper- und	
	duodeni	<b>716</b>		Hypothyreose	<b>845</b>
3.5.4	Akute Enteritis	<b>721</b>	3.9.5	Gicht	<b>849</b>
3.5.5	Colitis ulcerosa und		3.9.6	Adipositas,	
	Morbus Crohn	<b>725</b>		Hyperlipidämie	<b>852</b>
3.5.6	Reizdarmsyndrom (RDS)	<b>731</b>	<b>3.10</b>	<b>Bewegungsapparat</b>	<b>858</b>
3.5.7	Meteorismus	<b>737</b>	3.10.1	Naturheilkundliche	
3.5.8	Diarröh	<b>741</b>		Behandlungsprinzipien	<b>858</b>
3.5.9	Obstipation	<b>746</b>	3.10.2	Rheumatoide Arthritis	<b>862</b>
3.5.10	Hämorrhoiden	<b>752</b>	3.10.3	Morbus Bechterew	
<b>3.6</b>	<b>Leber und Galle</b>	<b>755</b>		(Spondylitis ankylosans)	<b>872</b>
3.6.1	Naturheilkundliche		3.10.4	Arthrose	<b>876</b>
	Behandlungsprinzipien	<b>755</b>	3.10.5	Osteoporose	<b>884</b>
3.6.2	Gallensteine und		3.10.6	Lumboischialgie	<b>887</b>
	Cholezystitis	<b>758</b>	3.10.7	Schulter-Arm-Syndrom	<b>894</b>
3.6.3	Funktionelle Störungen		3.10.8	Zervikalsyndrom	<b>898</b>
	der Gallenblase und		3.10.9	Fibromyalgie	<b>902</b>
	Gallenwege und -koliken	<b>762</b>	3.10.10	Sehnen- und	
3.6.4	Hepatitis	<b>765</b>		Bändererkrankungen	<b>907</b>
3.6.5	Steatosis hepatis	<b>769</b>	3.10.11	Muskelprellung und	
<b>3.7</b>	<b>Harnsystem</b>	<b>773</b>		„Muskelkater“	<b>912</b>
3.7.1	Naturheilkundliche		<b>3.11</b>	<b>Nervensystem</b>	<b>915</b>
	Behandlungsprinzipien	<b>773</b>	3.11.1	Naturheilkundliche	
3.7.2	Pyelonephritis	<b>776</b>		Behandlungsprinzipien	<b>915</b>
3.7.3	Infektionen der		3.11.2	Migräne	<b>918</b>
	ableitenden Harnwege	<b>780</b>	3.11.3	Polyneuropathie und	
3.7.4	Harnsteine	<b>786</b>		Neuralgie	<b>927</b>
3.7.5	Chronische		3.11.4	Morbus Parkinson	<b>931</b>
	Nierenerkrankung		3.11.5	Multiple Sklerose (MS)	<b>934</b>
	(Niereninsuffizienz)	<b>789</b>	3.11.6	Hemiplegie	<b>939</b>
<b>3.8</b>	<b>Genitalorgane</b>	<b>792</b>	3.11.7	Tinnitus	<b>941</b>
3.8.1	Naturheilkundliche		3.11.8	Schwindel	<b>945</b>
	Behandlungsprinzipien	<b>792</b>	3.11.9	Schluckauf	<b>949</b>
3.8.2	Benignes Prostata-		3.11.10	Schmerz	<b>950</b>
	syndrom (BPS)	<b>795</b>			

<b>3.12</b>	<b>Haut und Hautanhangsorgane</b>	<b>959</b>	<b>3.16</b>	<b>Onkologische Erkrankungen</b>	<b>1072</b>
3.12.1	Naturheilkundliche Behandlungsprinzipien	959	3.16.1	Diagnostik und therapeutische Strategie	1073
3.12.2	Akne und Seborrhö	964	3.16.2	Naturheilkundliche Therapieverfahren	1074
3.12.3	Psoriasis	970	<b>3.17</b>	<b>Naturheilkundliche Therapie während Schwangerschaft und Geburt</b>	<b>1082</b>
3.12.4	Neurodermitis (atopische Dermatitis)	974	3.17.1	Naturheilkundliche Behandlungsprinzipien	1082
3.12.5	Herpesinfektionen	983	3.17.2	Schwangerschafts-erbrechen	1085
3.12.6	Warzen	989	3.17.3	Geburtserleichternde Maßnahmen	1087
3.12.7	Bakterielle Infektionen der Haut	992	3.17.4	Laktationsstörungen	1091
3.12.8	Pilz- und Parasiten-erkrankungen der Haut	996	3.17.5	Mastitis puerperalis	1094
3.12.9	Alopezie	999	<b>3.18</b>	<b>Naturheilkundliche Therapie bei älteren Menschen</b>	<b>1096</b>
<b>3.13</b>	<b>Infektionen</b>	<b>1001</b>	3.19	<b>Naturheilkundliche Therapie bei Kindererkrankungen</b>	<b>1105</b>
3.13.1	Allgemeine naturheilkundliche Behandlungs-prinzipien	1001	3.19.1	Naturheilkundliche Behandlungsprinzipien	1105
3.13.2	Bakterielle Infektionen	1004	3.19.2	Milchschorf	1108
3.13.3	Virusinfektionen	1009	3.19.3	Nägelkauen	1111
3.13.4	Wurmerkrankungen	1015	3.19.4	Enuresis	1111
3.13.5	Fieber	1016	3.19.5	Schlafstörungen und Albträume	1114
<b>3.14</b>	<b>Allergische Erkrankungen</b>	<b>1020</b>	3.19.6	Unruhe und Aggressivität	1118
3.14.1	Diagnostik und allgemeine Therapie-maßnahmen	1020	3.19.7	Essunlust	1121
3.14.2	Naturheilkundliche Therapiemaßnahmen	1022	3.19.8	Wachstumsschmerzen	1123
<b>3.15</b>	<b>Psychische und psychosomatische Erkrankungen</b>	<b>1029</b>	3.19.9	Lernschwierigkeiten und Legasthenie	1125
3.15.1	Allgemeine naturheilkundliche Behandlungs-prinzipien	1029	4	<b>Notfälle und Erste Hilfe</b>	<b>1127</b>
3.15.2	Depressive Episoden	1032	4.1	<b>Allgemeine Prinzipien</b>	<b>1128</b>
3.15.3	Schlafstörungen	1039	4.2	<b>Stellenwert naturheilkundlicher Therapieverfahren</b>	<b>1128</b>
3.15.4	Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)	1046	4.3	<b>Notfälle in der Praxis</b>	<b>1129</b>
3.15.5	Angstsyndrome	1047	4.3.1	Akute allergische Reaktion/Anaphylaxie	1129
3.15.6	Raucherentwöhnung und Suchttherapie	1052	4.3.2	Angina pectoris, Herzinfarkt	1130
3.15.7	Konzentrations-störungen	1054	4.3.3	Hypertone Krise	1130
3.15.8	Vegetative Dystonie	1059			
3.15.9	Burn-out-Syndrom	1062			
3.15.10	Chronisches Müdigkeits-Syndrom (CMS)	1067			

4.3.4	Kollaps/vasovagale Synkope	1131	<b>5.3</b>	<b>Mikrobiologische Präparate</b>	<b>1198</b>
4.3.5	Asthmaanfall	1132	5.3.1	Mikrobiologische Arzneimittel zur oralen Applikation	1199
4.3.6	Gastrointestinale Beschwerden	1133	5.3.2	Mikrobiologische Arzneimittel zur par- enteralen Applikation	1200
<b>4.4</b>	<b>Unfallverletzungen</b>	<b>1134</b>	<b>5.4</b>	<b>Enzympräparate</b>	<b>1201</b>
4.4.1	Wundbehandlung und Blutungen	1134	5.5	Ernährungs- empfehlungen	1202
4.4.2	Distorsion (Prellung)	1136	5.5.1	Vollwert-Ernährung	1202
4.4.3	Frakturen	1137	5.5.2	Nahrungsmittel und ihre Wirkung auf den Säure-Basen-Haushalt – der PRAL-Wert	1204
4.4.4	Erfrierungen	1137			
4.4.5	Verbrennung	1138			
4.4.6	Erstickungszustände und Gasvergiftungen	1139			
<b>4.5</b>	<b>Erste Hilfe bei Alltagsbeschwerden</b>	<b>1139</b>	<b>6</b>	<b>Phytotherapeutische Übersichten</b>	<b>1211</b>
4.5.1	Behandlung prä- und postoperativer Beschwerden	1139	6.1	Phytotherapeutische Rezepturen:	
4.5.2	Zahnextraktion	1140		Anweisungen und Grundregeln	1212
4.5.3	Angstzustände	1141		Rezepturanweisungen	1212
4.5.4	Sonnenstich/ Sonnenbrand	1142	6.1.1	Grundregeln für	
4.5.5	Überanstrengung/ Krämpfe	1143	6.1.2	das Erstellen einer Teerezeptur	1213
<b>4.6</b>	<b>Reisespezifische Erkrankungen</b>	<b>1143</b>	<b>6.2</b>	<b>Kurzporträts häufig verwendeter</b>	
4.6.1	Flugangst und Jetlag/ Schlaflosigkeit	1143		<b>Arzneidrogen</b>	1215
4.6.2	Reiseübelkeit	1144	6.3	<b>Auswahl bewährter</b>	
4.6.3	Gastrointestinale Beschwerden	1145		<b>Teerezepturen (vor- wiegend entsprechend den Standard- zulassungen)</b>	1293
4.6.4	Höhenkrankheit	1145		Grippaler Infekt/ Erkältungskrankheiten	1294
4.6.5	Insektenstiche	1146		Appetitlosigkeit/ zur Anregung der Verdauung/Magen- beschwerden	1295
4.6.6	Schlangen-/Skorpion- bisse/Quallenkontakt	1147	6.3.1	Dyspeptische Beschwerden,	
<b>4.7</b>	<b>Homöopathische Notfallapothenen</b>	<b>1148</b>	<b>6.3.2</b>	Meteorismus	1296
				Funktionelle	
5	<b>Naturheilkundliche Präparate und Empfehlungen</b>		6.3.3	Störungen/Dyskinesien	
5.1	<b>Phytopharmaka</b>	1151		der Gallenwege	1296
5.2	<b>Nährstoffe und Nährstoffpräparate</b>	1152		Schlafstörungen/	
5.2.1	Mineralstoffe	1168	6.3.4	nervöse Unruhe	1297
5.2.2	Spurenelemente	1172			
5.2.3	Vitamine	1179	6.3.5		
5.2.4	Vitaminide und Fettsäuren	1195			

6.3.6	Harnwegsinfekte/Durch- spülungstherapie	1297	7.2.3	Abkürzungen aus der Kneipp-Therapie	1318
6.3.7	Gynäkologische Beschwerden	1298	7.3	<b>Zeitschriften- verzeichnis</b>	1320
6.3.8	Anregung von Stoffwechsel und Ausscheidung	1299	7.4	<b>Adressen (alphabetisch)</b>	1321
7	<b>Informationen</b>	1301	7.4.1	Weiterbildung: Naturheilverfahren allgemein	1321
7.1	<b>Voraussetzungen zur Erlangung naturheil- kundlicher Zusatz- bezeichnungen</b>	1302	7.4.2	Weiterbildung: spezielle naturheil- kundliche Verfahren	1321
7.2	<b>Übersichten und Verzeichnisse</b>	1302	7.4.3	Bezugsquellen (ausleitende Verfahren)	1326
7.2.1	Phytotherapeutische Rezepturabkürzungen	1302		<b>Sachregister</b>	1327
7.2.2	Übersicht: Heilpflanzen-Liste	1302			