

Inhaltsverzeichnis

1	Naturheilkunde und Naturheilverfahren	1	2	Diagnostische und therapeutische Verfahren in der Naturheilkunde	35
1.1	Grundbegriffe der Naturheilkunde	2	2.1	Akupunktur	38
1.1.1	Naturheilverfahren und Naturheilkunde	2	2.1.1	Entwicklung und Wirkungsweise	38
1.1.2	Erfahrungsheilkunde	2	2.1.2	Konzepte der Akupunktur und TCM	40
1.1.3	Ganzheitsmedizin	2	2.1.3	Diagnostik und Therapie	48
1.1.4	Alternative Medizin	2	2.1.4	Sonderformen	55
1.1.5	Komplementäre Medizin	3	2.1.5	Übersichten: Leitbahnen und Funktionskreise	60
1.1.6	Integrative Medizin	3	2.2	Anthroposophische Medizin	85
1.1.7	Paramedizin	3	2.2.1	Entwicklung und Wirkungsweise	85
1.1.8	„Sanfte Medizin“	4	2.2.2	Konzepte der Anthroposophie	87
1.2	Klassifikation und Stellenwert	4	2.2.3	Diagnostik und Therapie	88
1.2.1	Klassifikation der Naturheilverfahren	4	2.3	Aromatherapie	94
1.2.2	Stellenwert der Naturheilverfahren	5	2.3.1	Entwicklung und Wirkungsweise	94
1.2.3	Naturheilkunde und konventionelle Medizin	7	2.3.2	Wirkstoffe der ätherischen Öle	97
1.3	Theoretische und praktische Konzepte	9	2.3.3	Diagnostik und Therapie	100
1.3.1	Wirkprinzipien und Wirkorte naturheilkundlicher Therapien	9	2.4	Ganzheitliche Atemtherapie	104
1.3.2	Praktische Hinweise für die naturheilkundliche Therapie	12	2.4.1	Entwicklung und Wirkungsweise	104
1.4	Psychosomatik und Naturheilkunde	13	2.4.2	Diagnostik und Therapie	108
1.5	Naturheilkunde – Naturheilverfahren: eine aktuelle Standortbestimmung	14	2.4.3	Interventionen der Atemtherapie	110
1.5.1	Salutogener Ansatz	14	2.5	Ausleitende Verfahren	114
1.5.2	Wirksamkeit und wissenschaftliche Prüfung	15	2.5.1	Grundlagen: ausleitende Verfahren	114
1.5.3	Nutzung und Wertschätzung in der Bevölkerung	16	2.5.2	Schröpftherapie	117
1.5.4	Ausblick	16	2.5.3	Blutiges Schröpfen	121
1.6	Chronologie der Naturheilverfahren 1800–2023	17	2.5.4	Trockenes Schröpfen	126
			2.5.5	Aderlass	130
			2.5.6	Blutegeltherapie	132
			2.5.7	Baunscheidt-Verfahren	136
			2.5.8	Cantharidenpflaster	140
			2.5.9	Fontanellentherapie	144
			2.5.10	Weitere Reizkörpermethoden	146
			2.6	Autogenes Training	147

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

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

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

Inhaltsverzeichnis				XVII	
3.12	Haut und Hautanhangsorgane	959	3.16	Onkologische Erkrankungen	1072
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	3.17	Naturheilkundliche Therapie während Schwangerschaft und Geburt	1082
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	3.18	Naturheilkundliche Therapie bei älteren Menschen	1096
3.13	Infektionen	1001	3.19	Naturheilkundliche Therapie bei Kindererkrankungen	1105
3.13.1	Allgemeine naturheil-kundliche Handlungs-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
3.14	Allergische Erkrankungen	1020	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
3.15	Psychische und psychosomatische Erkrankungen	1029	3.19.9	Lernschwierigkeiten und Legasthenie	1125
3.15.1	Allgemeine naturheil-kundliche Handlungs-prinzipien	1029	4	Notfälle und Erste Hilfe	1127
3.15.2	Depressive Episoden	1032	4.1	Allgemeine Prinzipien	1128
3.15.3	Schlafstörungen	1039	4.2	Stellenwert naturheil-kundlicher Therapie-verfahren	1128
3.15.4	Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)	1046	4.3	Notfälle in der Praxis	1129
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			

XVIII	Inhaltsverzeichnis					
	4.3.4	Kollaps/vasovagale Synkope	1131	5.3	Mikrobiologische Präparate	1198
	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 parenteralen Applikation	1200
	4.4	Unfallverletzungen	1134	5.4	Enzympräparate	1201
	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			
	4.5	Erste Hilfe bei Alltagsbeschwerden	1139	6	Phytotherapeutische Übersichten	1211
	4.5.1	Behandlung prä- und postoperativer Beschwerden	1139	6.1	Phytotherapeutische Rezepturen: Anweisungen und Grundregeln	1212
	4.5.2	Zahnextraktion	1140	6.1.1	Rezepturanweisungen	1212
	4.5.3	Angstzustände	1141	6.1.2	Grundregeln für das Erstellen einer Teerezeptur	1213
	4.5.4	Sonnenstich/ Sonnenbrand	1142	6.2	Kurzporträts häufig verwendeter Arzneidrogen	1215
	4.5.5	Überanstrengung/ Krämpfe	1143	6.3	Auswahl bewährter Teerezepturen (vorwiegend entsprechend den Standardzulassungen)	1293
	4.6	Reisespezifische Erkrankungen	1143	6.3.1	Grippaler Infekt/ Erkältungskrankheiten	1294
	4.6.1	Flugangst und Jetlag/ Schlaflosigkeit	1143	6.3.2	Appetitlosigkeit/ zur Anregung der Verdauung/Magenbeschwerden	1295
	4.6.2	Reiseübelkeit	1144	6.3.3	Dyspeptische Beschwerden, Meteorismus	1296
	4.6.3	Gastrointestinale Beschwerden	1145	6.3.4	Funktionelle Störungen/Dyskinesien der Gallenwege	1296
	4.6.4	Höhenkrankheit	1145	6.3.5	Schlafstörungen/ nervöse Unruhe	1297
	4.6.5	Insektenstiche	1146			
	4.6.6	Schlangen-/Skorpionbisse/Quallenkontakt	1147			
	4.7	Homöopathische Notfallapotheken	1148			
	5	Naturheilkundliche Präparate und Empfehlungen	1151			
	5.1	Phytopharmaka	1152			
	5.2	Nährstoffe und Nährstoffpräparate	1168			
	5.2.1	Mineralstoffe	1168			
	5.2.2	Spurenelemente	1172			
	5.2.3	Vitamine	1179			
	5.2.4	Vitamine und Fettsäuren	1195			

Inhaltsverzeichnis				XIX	
6.3.6	Harnwegsinfekte/Durchspülungstherapie	1297	7.2.3	Abkürzungen aus der Kneipp-Therapie	1318
6.3.7	Gynäkologische Beschwerden	1298	7.3	Zeitschriftenverzeichnis	1320
6.3.8	Anregung von Stoffwechsel und Ausscheidung	1299	7.4	Adressen (alphabetisch)	1321
7	Informationen	1301	7.4.1	Weiterbildung: Naturheilverfahren allgemein	1321
7.1	Voraussetzungen zur Erlangung naturheilkundlicher Zusatzbezeichnungen	1302	7.4.2	Weiterbildung: spezielle naturheilkundliche Verfahren	1321
7.2	Übersichten und Verzeichnisse	1302	7.4.3	Bezugsquellen (ausleitende Verfahren)	1326
7.2.1	Phytotherapeutische Rezepturabkürzungen	1302		Sachregister	1327
7.2.2	Übersicht: Heilpflanzen-Liste	1302			