

# Inhaltsverzeichnis

<b>I</b>	<b>Naturheilverfahren: Grundlagen, Stellenwert, Möglichkeiten und Grenzen .....</b>	<b>2</b>	<b>Naturheilverfahren als Präventionsmedizin .....</b>	<b>23</b>
		1	2.1 Stellenwert präventiver naturheilkundlicher Therapiemaßnahmen ..	23
1	<b>Standortbestimmung: Naturheilverfahren und Naturheilkunde .....</b>	2.2	Definition und Begriffe .....	23
	1.1 <b>Definitionen .....</b>	2.2.1	Prävention: Definition .....	23
1.1.1	Naturheilverfahren und Naturheilkunde .....	3	2.2.2 Stadien der Prävention .....	24
1.1.2	Sanfte Medizin und Ganzheitsmedizin .....	3	2.2.3 Strategien der Prävention .....	25
1.2	Einteilung der Naturheilverfahren .....	5	2.2.4 Präventionskonzepte .....	25
1.3	Charakteristika der Naturheilverfahren .....	6	2.3 Geschichte der naturheilkundlichen Prävention .....	26
1.3.1	Modell der Pathogenese und Hygiene .....	6	2.3.1 Traditionelle außereuropäische Medizin ..	27
1.3.2	Hygiogenetische Prinzipien der Naturheilverfahren .....	7	2.3.2 Traditionelle europäische Medizin ..	27
1.3.3	Gesundheit und Krankheit aus Sicht der Naturheilkunde .....	7	2.4 Wichtige präventive naturheilkundliche Verfahren .....	28
1.4	Naturheilverfahren in der medizinischen Grundversorgung ..	10	2.4.1 Ordnungstherapie .....	28
1.4.1	Klassische Naturheilverfahren in der Gesamtmedizin .....	10	2.4.2 Hydrotherapie .....	29
1.4.2	Akzeptanz und Inanspruchnahme von Naturheilverfahren .....	12	2.4.3 Ernährungstherapie .....	29
1.5	Konventionelle Medizin und Naturheilverfahren: historische Aspekte .....	13	2.4.4 Bewegungstherapie .....	29
1.5.1	Herausbildung der Medizin als Wissenschaft .....	13	2.4.5 Phytotherapie .....	30
1.5.2	Herausbildung der Naturheilbewegung .....	17	2.5 Beispielhafte präventive Naturheilverfahren: Herz-Kreislauf-Erkrankungen .....	30
1.5.3	Praktiker der Naturheilbewegung des 19. Jahrhunderts .....	18	2.5.1 Stellenwert der Herz-Kreislauf-Erkrankungen .....	30
1.5.4	Naturheilbewegung im 20. Jahrhundert .....	19	2.5.2 Maßnahmen der Prävention .....	30
1.6	Paradigmen der konventionellen Medizin und Naturheilkunde .....	21	2.6 Ansätze zur Optimierung präventiver naturheilkundlicher Maßnahmen .....	31
		3	2.6.1 Partizipative Prozesse und Konzepte .....	31
		3.1	2.6.2 Outcome einer Präventionsmaßnahme .....	32
		3.1.1	2.6.3 Beispiel eines individuellen Gesundheitscoachings .....	33
			<b>Naturheilverfahren: Grundlagen – Möglichkeiten – Grenzen .....</b>	<b>37</b>
			Physiologische Grundlagen .....	37
			Reizreaktionen .....	37

3.1.2	Typen sensorischer Nervenfasern (Rezeptoren) .....	39	5.1.3	Moderne integrative Ordnungstherapie .....	66
3.1.3	Spinale Reflexe .....	40	5.1.4	Ordnungstherapeutische Praxis .....	68
3.1.4	Supraspinal vermittelte Reizantworten .....	41	5.1.5	Ordnungstherapeutische Interventionen .....	72
3.1.5	Adaptation und Regulation .....	42	5.1.6	Aspekte der Ordnungstherapie in der Medizin .....	78
3.1.6	Kommunikation der Körperzellen ...	43	5.2	Chronobiologie .....	82
3.1.7	Adaptation und Regulation durch neuronale Steuerung .....	43	5.2.1	Grundlagen .....	82
3.2	<b>Naturheilverfahren: ganzheitliche und konstitutions-spezifische Aspekte .....</b>	44	5.2.2	Chronobiologische Praxis .....	83
3.2.1	Individualität .....	44	5.3	Hydro- und Thermotherapie .....	86
3.2.2	Konstitution und Diathese .....	45	5.3.1	Hydrotherapie: Grundlagen .....	86
3.2.3	Kondition .....	48	5.3.2	Hydrotherapeutische Praxis .....	89
3.3	<b>Salutogenetische Orientierung als individualisierendes Konzept .....</b>	48	5.3.3	Grundregeln der Hydrotherapie nach Kneipp .....	92
3.4	<b>Evidenzbasierte Medizin in der Naturheilkunde .....</b>	49	5.3.4	Hydrotherapeutische Anwendungen .....	93
3.4.1	Was ist evidenzbasierte Medizin? ..	49	5.3.5	Thermotherapie: Grundlagen .....	109
3.4.2	Hierarchie der Evidenz .....	49	5.3.6	Thermotherapeutische Praxis .....	111
3.4.3	Evidenzbasierung in der Naturheilkunde .....	50	5.3.7	Kältetherapie .....	111
3.4.3	Evidenzbasierung in der Naturheilkunde .....	50	5.4	Balneologie und Klimatherapie .....	113
3.4.3	Evidenzbasierung in der Naturheilkunde .....	50	5.4.2	Balneotherapeutische Praxis .....	116
3.4.3	Evidenzbasierung in der Naturheilkunde .....	50	5.4.3	Klimatherapie: Grundlagen .....	122
3.4.3	Evidenzbasierung in der Naturheilkunde .....	50	5.4.4	Klimatherapeutische Praxis .....	125
II	<b>Naturheilkundliche Diagnostik und Therapieverfahren .....</b>	53	5.5	Phytotherapie .....	129
4	<b>Naturheilkundliche Diagnostik .....</b>	55	5.5.1	Grundlagen .....	129
4.1	Stellenwert naturheilkundlicher Diagnostik .....	55	5.5.2	Phytopharmaka: Anforderungen und Arzneiformen .....	134
4.2	<b>Spezifische naturheilkundliche Aspekte .....</b>	55	5.5.3	Vertragsärztliche Grundlagen: Erstattungsfähigkeit der Phytopharmaka .....	135
4.2.1	Allgemeine Fragen und Untersuchungen .....	55	5.5.4	Phytotherapeutische Praxis .....	136
4.2.2	Zusätzliche naturheilkundliche Aspekte .....	56	5.5.5	Auswahl von Heilpflanzen mit Wirksamkeitsnachweis .....	143
4.2.3	Symptombezogen Fragen und Untersuchungen .....	58	5.5.6	Übersichten und Rezepturen .....	162
4.2.3	Symptombezogen Fragen und Untersuchungen .....	58	5.5.7	Aromatherapie .....	171
4.2.3	Symptombezogen Fragen und Untersuchungen .....	58	5.6	Bewegungstherapie .....	177
4.2.3	Symptombezogen Fragen und Untersuchungen .....	58	5.6.1	Grundlagen der Sensomotorik .....	177
4.2.3	Symptombezogen Fragen und Untersuchungen .....	58	5.6.2	Aktive Bewegungstherapie: Grundlagen .....	180
5	<b>Klassische Naturheilverfahren ..</b>	61	5.6.3	Aktive Bewegungstherapie: Praxis ..	183
5.1	<b>Ordnungstherapie: Grundlage ärztlichen Handelns .....</b>	61	5.6.4	Krankengymnastik .....	186
5.1.1	Grundlagen .....	61	5.7	Massagetherapie .....	190
5.1.2	Programme der Mind-Body-Medizin .....	65	5.7.1	Klassische Massage .....	190
5.1.2	Programme der Mind-Body-Medizin .....	65	5.7.2	Bindegewebsmassage (Reflex-zonentherapie im Bindegewebe) ...	193

5.7.3	Segmentmassage .....	197	6.4	Manuelle Medizin .....	276
5.7.4	Periostmassage .....	198	6.4.1	Grundlagen .....	276
5.7.5	Kolonmassage .....	199	6.4.2	Manualmedizinisch-osteopathische Praxis .....	283
5.7.6	Fußreflexzonentherapie .....	201			
5.8	Ernährungstherapie .....	206	6.4.3	Diagnostisches und therapeutisches Vorgehen bei speziellen Verkettungen .....	287
5.8.1	Grundlagen .....	206			
5.8.2	Ernährungstherapeutische Praxis ...	213			
5.8.3	Allgemeine Ernährungsempfehlungen .....	214	6.4.4	Ergänzende Techniken und Betrachtungen .....	289
5.8.4	Naturheilkundliche Kostformen .....	216	6.5	Neuraltherapie .....	291
5.8.5	Vegetarische Kostformen .....	219	6.5.1	Grundlagen .....	291
5.8.6	Mediterrane Ernährung .....	219	6.5.2	Neuraltherapeutische Praxis .....	293
5.8.7	Nahrungsmittelunverträglichkeiten und -allergien .....	220	6.5.3	Injektionsschemata .....	295
5.8.8	Nahrungsergänzungsmittel .....	220	6.6	Akupunktur .....	298
5.9	Evidenzbasierte Ernährungsempfehlungen .....	222	6.6.2	Punkte und Leitbahnen .....	302
5.10	Heilfasten .....	224	6.6.3	Akupunkturpraxis .....	305
5.10.1	Historische Aspekte .....	224	6.6.4	Spezielle Therapiekonzepte .....	309
5.10.2	Fasten als ganzheitliches interdisziplinäres Konzept .....	225			
5.10.3	Physiologische Wirkungen und Wirkmechanismen .....	226	III	<b>Naturheilverfahren bei ausgewählten Erkrankungen ...</b>	311
5.10.4	Fastenpraxis .....	229			
6	<b>Erweiterte Naturheilverfahren und ausgewählte komplementärmedizinische Therapieverfahren .....</b>	235	7	<b>Naturheilverfahren bei ausgewählten Erkrankungen ...</b>	313
6.1	Ab- und ausleitende Verfahren ...	235	7.1	Herz-Kreislauf-Erkrankungen .....	313
6.1.1	Grundlagen .....	235	7.1.1	Kardiovaskuläre Risikofaktoren .....	313
6.1.2	Ausleitende Verfahren .....	238	7.1.2	Koronare Herzkrankheit (KHK) .....	318
6.1.3	Hautreizende ableitende Verfahren ..	241	7.1.3	Herzinsuffizienz .....	322
6.1.4	Diaphoretische Verfahren: Sauna ...	248	7.1.4	Periphere arterielle Verschlusskrankheit .....	324
6.1.5	Weitere Verfahren nach Aschner ...	250	7.1.5	Raynaud-Syndrom .....	326
6.2	Elektro- und Ultraschalltherapie und andere apparative Verfahren ..	259	7.1.6	Varikosis, chronisch venöse Insuffizienz (CVI) .....	326
6.2.1	Elektrotherapie .....	259	7.1.7	Orthostatische Hypotonie .....	328
6.2.2	Ultraschalltherapie .....	261	7.1.8	Funktionelle Herzbeschwerden .....	328
6.2.3	Transkutane elektrische Nervenstimulation (TENS) .....	264	7.2	Atemwegserkrankungen .....	330
6.2.4	Magnetfeldtherapie .....	266	7.2.1	Häufige Infekte („Infektanfälligkeit“) .....	330
6.3	Mikrobiologische Therapie .....	269	7.2.2	Sinubronchiales Syndrom .....	333
6.3.1	Grundlagen .....	269	7.2.3	Chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD) .....	334
6.3.2	Praxis der mikrobiologischen Therapie .....	272	7.2.4	Asthma bronchiale .....	336
			7.2.5	Pneumonie .....	338
			7.2.6	Akute Pleuritis .....	339
			7.3	Gastroenterologische Erkrankungen .....	340
			7.3.1	Reizdarmsyndrom .....	340

## XVI Inhaltsverzeichnis

7.3.2	Reizmagensyndrom .....	345	7.9.3	Atopisches Ekzem .....	417
7.3.3	Refluxösophagitis und Gastritis .....	346	7.9.4	Kollagenosen (SLE, Kollagenosen) ..	419
7.3.4	Chronisch entzündliche Darmerkrankungen (CED) .....	348	7.10	HNO-Erkrankungen .....	425
7.3.5	Leber- und Gallefunktions- störungen .....	352	7.10.1	Erkältung, banaler grippaler Infekt ..	425
7.4	Stoffwechselstörungen und endokrine Erkrankungen .....	356	7.10.2	Rhinitis .....	426
7.4.1	Metabolisches Syndrom .....	356	7.10.3	Sinusitis, Rhinosinusitis .....	426
7.4.2	Diabetes mellitus .....	363	7.10.4	Nasenbluten .....	427
7.4.3	Fettstoffwechselstörungen .....	364	7.10.5	Akute Tonsillitis, Pharyngitis .....	427
7.4.4	Hyperurikämie und Gicht .....	366	7.10.6	Chronische Tonsillitis .....	428
7.4.5	Hypo- und Hyperthyreose .....	367	7.10.7	Laryngitis .....	428
7.5	Gynäkologische Erkrankungen und Geburtshilfe .....	370	7.10.8	Herpes simplex, Stomatitis aphthosa .....	428
7.5.1	Prämenstruelles Syndrom (PMS) ..	370	7.10.9	Otitis externa .....	428
7.5.2	Dysmenorrhö .....	371	7.10.10	Otitis media .....	429
7.5.3	Klimakterische Beschwerden .....	372	7.10.11	Schwindel .....	429
7.5.4	Beschwerden während der Schwangerschaft .....	373	7.10.12	Tinnitus .....	430
7.5.5	Nachsorge nach Mammakarzinom ..	375	7.10.13	Infektanfälligkeit .....	430
7.6	Urologische Erkrankungen .....	379	<b>IV</b>	<b>Naturheilverfahren bei aus- gewählten Patientengruppen</b> ..	433
7.6.1	Prostatahyperplasie (BPH) und Prostatasyndrom (BPS) .....	379	<b>8</b>	<b>Naturheilverfahren bei ausgewählten Patientengruppen</b> .....	435
7.6.2	Harnwegsinfektionen .....	382	8.1	Kinderkrankheiten .....	435
7.7	Erkrankungen des Bewegungsapparats .....	385	8.1.1	Infektanfälligkeit .....	437
7.7.1	Rheumatoide Arthritis .....	385	8.1.2	Akute Atemwegsinfekte .....	440
7.7.2	Spondylitis ankylopoetica (Sp.a) ..	388	8.1.3	Akute Gastroenteritis .....	444
7.7.3	Arthrosen der großen Gelenke .....	388	8.1.4	Chronische Bauchschmerzen bei Kindern und Jugendlichen .....	446
7.7.4	Rücken- und Nackenschmerzen .....	391	8.1.5	Akute Otitis media .....	448
7.7.5	Weichteilrheumatische Beschwerden, Fibromyalgie-Syndrom .....	393	8.1.6	Harnwegsinfekte im Kindesalter ..	449
7.8	Neurologische Erkrankungen .....	395	8.1.7	Übergewicht/Adipositas .....	450
7.8.1	Spannungskopfschmerz .....	395	8.2	Geriatrische Erkrankungen und Beschwerden .....	455
7.8.2	Migräne .....	397	8.2.1	Physiologischer Alterungsprozess ..	455
7.8.3	Trigeminusneuralgie .....	402	8.2.2	Besonderheiten der Pharmakotherapie .....	458
7.8.4	Schlaganfall .....	403	8.2.3	Naturheilkundliche Verfahren in der Geriatrie .....	459
7.8.5	Periphere Paresen .....	407	8.2.4	Arteriosklerotische Folgekrankheiten .....	462
7.8.6	Parkinson-Syndrome .....	409	8.2.5	Immobilität .....	463
7.9	Dermatologische, allergologische und Autoimmunerkrankungen .....	414	8.2.6	Hinfälligkeit .....	464
7.9.1	Allergische Rhinokonjunktivitis (RCA) .....	414	8.2.7	Verwirrtheit .....	465
7.9.2	Allergisches Asthma bronchiale ..	416	8.2.8	Inkontinenz .....	466

8.2.9	Verdauungsbeschwerden, Inappetenz und Malnutrition .....	467	8.4.16	Chronisches Müdigkeitssyndrom (CFS) .....	496
8.2.10	Schlafstörungen .....	468	8.4.17	Burn-out-Syndrom .....	496
8.2.11	Schmerzen des Bewegungsapparats .....	469	<b>V</b>	<b>Naturheilverfahren in Fortsbildung und Praxis</b> .....	499
8.3	Naturheilverfahren bei Patienten mit onkologischen Erkrankungen ..	471	<b>9</b>	<b>Fortbildung und Qualitätsmanagement</b> .....	501
8.3.1	Onkologische naturheilkundlich- komplementäre Therapie .....	471	9.1	Fortbildung .....	501
8.3.2	Allgemeinmaßnahmen .....	472	9.1.1	Informationsqualitäten .....	501
8.3.3	Verfahren zur Stabilisierung der Lebensqualität .....	475	9.1.2	Quellen .....	502
8.3.4	Tumorassoziierte Erschöpfung (Fatigue) .....	478	9.1.3	Suchstrategien .....	504
8.3.5	Entzündungen der Mundschleimhaut (Mukositis, Stomatitis) .....	479	9.1.4	Beurteilung von Studien .....	505
8.3.6	Übelkeit, Erbrechen .....	479	9.2	Qualitätsmanagement im Gesundheitssystem .....	507
8.3.7	Verlust des Geschmackssinns .....	480	9.2.1	Was ist Qualität? .....	507
8.3.8	Diarröh .....	480	9.2.2	Qualitätsmanagement (QM) in der Naturheilkunde .....	507
8.3.9	Obstipation .....	482	9.2.3	Was bedeutet Qualitäts- management für Naturheilkunde in Praxis und Klinik? .....	509
8.3.10	Schmerzen .....	483	<b>10</b>	<b>Naturheilverfahren in der Arztpraxis: Integration und Abrechnungsziffern</b> .....	511
8.3.11	Neurotoxische Nebenwirkungen ..	484	10.1	Klassische Naturheilverfahren in der niedergelassenen Praxis .....	511
8.3.12	Strahlentherapiebedingte Hautschäden .....	484	10.1.1	Integration der Naturheilverfahren ..	511
8.3.13	Nebenwirkungen einer antihormonalen Therapie .....	485	10.1.2	Etablierung der Verfahren in der Praxis .....	512
8.4	Naturheilverfahren bei Patienten mit somatoformen Störungen ..	488	10.1.3	Klassische Naturheilverfahren oder komplementäre und alternative Therapieverfahren .....	514
8.4.1	Therapeutische Strategie .....	488	10.1.4	Zur Praktikabilität der Naturheilverfahren .....	515
8.4.2	Auswahl des Therapieverfahrens ..	488	10.2	Zur Abrechenbarkeit naturheilkundlicher Leistungen ...	520
8.4.3	Funktioneller Schwindel .....	488	10.2.1	GOÄ-Abrechnung – Naturheilverfahren .....	520
8.4.4	Gastroenterologische Symptomatik: Basismaßnahmen .....	489	10.2.2	IGeL-Leistungen .....	521
8.4.5	Reizmagensyndrom .....	489	10.2.3	Abrechnungsbeispiele .....	521
8.4.6	Reizdarmsyndrom .....	490	<b>Register</b> .....	527	
8.4.7	Funktionelle Obstipation .....	490			
8.4.8	Funktionelle Diarröh .....	491			
8.4.9	Reizblase .....	491			
8.4.10	Chronische Rückenschmerzen ..	492			
8.4.11	Kopfschmerz .....	492			
8.4.12	Funktionelle kardiovaskuläre Beschwerden .....	493			
8.4.13	Funktionelles Globusgefühl .....	493			
8.4.14	Somatoformer Juckreiz .....	494			
8.4.15	Fibromyalgie .....	495			