

Inhaltsverzeichnis

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

XIV Inhaltsverzeichnis

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	Naturheilverfahren: ganzheitliche und konstitutions-spezifische Aspekte	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	Salutogenetische Orientierung als individualisierendes Konzept	48	5.3.3	Grundregeln der Hydrotherapie nach Kneipp	92
3.4	Evidenzbasierte Medizin in der Naturheilkunde	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
II	Naturheilkundliche Diagnostik und Therapieverfahren	53	5.4	Balneologie und Klimatherapie	113
4	Naturheilkundliche Diagnostik	55	5.4.2	Balneotherapeutische Praxis	116
4.1	Stellenwert naturheilkundlicher Diagnostik	55	5.4.3	Klimatherapie: Grundlagen	122
4.2	Spezifische naturheilkundliche Aspekte	55	5.4.4	Klimatherapeutische Praxis	125
4.2.1	Allgemeine Fragen und Untersuchungen	55	5.5	Phytotherapie	129
4.2.2	Zusätzliche naturheilkundliche Aspekte	56	5.5.1	Grundlagen	129
4.2.3	Symptombezogenen Fragen und Untersuchungen	58	5.5.2	Phytopharmaka: Anforderungen und Arzneiformen	134
5	Klassische Naturheilverfahren	61	5.5.3	Vertragsärztliche Grundlagen: Erstattungsfähigkeit der Phytopharmaka	135
5.1	Ordnungstherapie: Grundlage ärztlichen Handelns	61	5.5.4	Phytotherapeutische Praxis	136
5.1.1	Grundlagen	61	5.5.5	Auswahl von Heilpflanzen mit Wirksamkeitsnachweis	143
5.1.2	Programme der Mind-Body-Medizin	65	5.5.6	Übersichten und Rezepturen	162
			5.5.7	Aromatherapie	171
			5.6	Bewegungstherapie	177
			5.6.1	Grundlagen der Sensomotorik	177
			5.6.2	Aktive Bewegungstherapie: Grundlagen	180
			5.6.3	Aktive Bewegungstherapie: Praxis	183
			5.6.4	Krankengymnastik	186
			5.7	Massagetherapie	190
			5.7.1	Klassische Massage	190
			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	6.4.3	Diagnostisches und therapeutisches Vorgehen bei speziellen Verkettungen	287
5.8	Ernährungstherapie	206	6.4.4	Ergänzende Techniken und Betrachtungen	289
5.8.1	Grundlagen	206	6.5	Neuraltherapie	291
5.8.2	Ernährungstherapeutische Praxis ...	213	6.5.1	Grundlagen	291
5.8.3	Allgemeine Ernährungsempfehlungen	214	6.5.2	Neuraltherapeutische Praxis	293
5.8.4	Naturheilkundliche Kostformen	216	6.5.3	Injektionsschemata	295
5.8.5	Vegetarische Kostformen	219	6.6	Akupunktur	298
5.8.6	Mediterrane Ernährung	219	6.6.2	Punkte und Leitbahnen	302
5.8.7	Nahrungsmittelunverträglichkeiten und -allergien	220	6.6.3	Akupunkturpraxis	305
5.8.8	Nahrungsergänzungsmittel	220	6.6.4	Spezielle Therapiekonzepte	309
5.9	Evidenzbasierte Ernährungsempfehlungen	222	III	Naturheilverfahren bei ausgewählten Erkrankungen ...	311
5.10	Heilfasten	224	7	Naturheilverfahren bei ausgewählten Erkrankungen ...	313
5.10.1	Historische Aspekte	224	7.1	Herz-Kreislauf-Erkrankungen	313
5.10.2	Fasten als ganzheitliches interdisziplinäres Konzept	225	7.1.1	Kardiovaskuläre Risikofaktoren	313
5.10.3	Physiologische Wirkungen und Wirkmechanismen	226	7.1.2	Koronare Herzkrankheit (KHK)	318
5.10.4	Fastenpraxis	229	7.1.3	Herzinsuffizienz	322
6	Erweiterte Naturheilverfahren und ausgewählte komplementärmedizinische Therapieverfahren	235	7.1.4	Periphere arterielle Verschlusskrankheit	324
6.1	Ab- und ausleitende Verfahren ...	235	7.1.5	Raynaud-Syndrom	326
6.1.1	Grundlagen	235	7.1.6	Varikosis, chronisch venöse Insuffizienz (CVI)	326
6.1.2	Ausleitende Verfahren	238	7.1.7	Orthostatische Hypotonie	328
6.1.3	Hautreizende ableitende Verfahren ..	241	7.1.8	Funktionelle Herzbeschwerden	328
6.1.4	Diaphoretische Verfahren: Sauna ...	248	7.2	Atemwegserkrankungen	330
6.1.5	Weitere Verfahren nach Aschner ...	250	7.2.1	Häufige Infekte („Infektanfälligkeit“)	330
6.2	Elektro- und Ultraschalltherapie und andere apparative Verfahren ..	259	7.2.2	Sinubronchiales Syndrom	333
6.2.1	Elektrotherapie	259	7.2.3	Chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD)	334
6.2.2	Ultraschalltherapie	261	7.2.4	Asthma bronchiale	336
6.2.3	Transkutane elektrische Nervenstimulation (TENS)	264	7.2.5	Pneumonie	338
6.2.4	Magnetfeldtherapie	266	7.2.6	Akute Pleuritis	339
6.3	Mikrobiologische Therapie	269	7.3	Gastroenterologische Erkrankungen	340
6.3.1	Grundlagen	269	7.3.1	Reizdarmsyndrom	340
6.3.2	Praxis der mikrobiologischen Therapie	272			

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	IV	Naturheilverfahren bei aus- gewählten Patientengruppen ..	433
7.6.1	Prostatahyperplasie (BPH) und Prostatasyndrom (BPS)	379	8	Naturheilverfahren bei ausgewählten Patientengruppen	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	V	Naturheilverfahren in Fortbildung und Praxis	499
8.3	Naturheilverfahren bei Patienten mit onkologischen Erkrankungen ..	471	9	Fortbildung und Qualitätsmanagement	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	Diarrhö	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	10	Naturheilverfahren in der Arztpraxis: Integration und Abrechnungsziffern	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 antihormonellen 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	Register	527	
8.4.7	Funktionelle Obstipation	490			
8.4.8	Funktionelle Diarrhö	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			