

1.	Die vier Wesensglieder .....	5
1.1	Das Erfahren der Wesensglieder .....	5
1.2	Der physische Leib .....	8
1.3	Der ätherische Leib .....	9
1.4	Der astralische Leib .....	10
1.5	Das Ich .....	12
1.6	Das Wirken der Wesensglieder in der Krankheit .....	15
2.	Die funktionelle Dreigliederung des Menschen .....	17
2.1	Leitgedanken .....	17
2.2	Die funktionelle Dreigliederung .....	18
2.2.1	Das Nerven-Sinnes-System .....	18
2.2.2	Das Stoffwechsel-Gliedmaßen-System .....	20
2.2.3	Das Rhythmische System .....	23
2.3	Das polare Wirken der Wesensglieder im dreigliedrigen Organismus .....	25
2.4	Funktionsgesten des dreigliedrigen Organismus im Tag-Nacht-Rhythmus .....	28
2.5	Die Dreigliederung des menschlichen Organismus – ihre Bedeutung für das Organverständnis, Krankheit und Heilung. ...	29
2.5.1	Die Dreigliederung des Nervensystems – ihre Bedeutung für das Organverständnis .....	29
2.5.2	Die Dreigliederung der Atmungsorganisation – ihre Bedeutung für das Krankheitsverständnis .....	30
2.5.3	Die Dreigliederung in der Stoffwechselorganisation – ihre Bedeutung für das Verständnis von Pathogenese und Salutogenese .....	31
2.6	Salutogenese und Dreigliederung – therapeutische Verfahren der Anthroposophischen Medizin .....	34
2.6.1	Therapeutische Verfahren der Anthroposophischen Medizin ...	35
3.	Literatur .....	36

1.	Einleitung .....	39
2.	Biographische Entwicklung .....	39
3.	Lebensgeschichtliche Zusammenhänge .....	41
4.	Erkrankungen des alternden Menschen und grundsätzliche Gesichtspunkte zur Therapie .....	43
5.	Spiritualität und Alter .....	45

6.	Salutogenese im Alter .....	47
7.	Literatur .....	48

## KAPITEL II – Allgemeine kurative Aspekte und Grundsätze in der Behandlung des alten Menschen .....

49

1.	Zwei Grundsätze .....	49
2.	Das therapeutische Konzept .....	50
2.1	Diätetik .....	50
2.2	Künstlerische Therapien .....	51
2.3	Pflegetherapien .....	51
2.4	Medikamentöse Therapien .....	52
2.5	Das therapeutische Gespräch .....	52
3.	Besonderheiten der Therapie beim alten Menschen .....	53
4.	Literatur .....	54

## KAPITEL III – Aktiv alt werden – Altern als biographische Entwicklungsphase .....

55

1.	Das öffentliche Bild vom Alter .....	55
2.	Alter als biographische Entwicklungsphase .....	55
3.	Was verändert sich biographisch? .....	56
4.	Aktiv alt werden .....	57
4.1	Rückschau und Bilanz .....	57
4.2	Interesse an der Gegenwart aufbringen .....	58
5.	Interesse für das Danach .....	59

## KAPITEL IV – Prävention von Alterskrankheiten und Entwicklungsfragen über den Tod hinaus .....

61

1.	Einleitung .....	61
2.	Das präventivmedizinische Paradigma der Anthroposophischen Medizin .....	61
3.	Körperliches und geistiges Altern .....	64
4.	Konsequenzen für die Prävention altersbedingter Abbauerscheinungen .....	66
5.	Selbstschulung und Handhabung der spirituellen Erfahrungsfelder des Denkens, Fühlens und Wollens .....	68
6.	Pflege der inneren Rhythmen .....	71
6.1	Fünf-Minuten-Meditation als Stärkung der Ich-Präsenz und des Willens .....	71
6.2	Der Wochenrhythmus .....	72
6.3	Die Monatstugenden .....	73
6.4	Der Jahresrhythmus .....	74
6.5	Die Nebenübungen .....	74
6.6	Übung als Weg .....	75
7.	Exkarnationsphänomene am Beispiel der Demenzerkrankung .....	75

8.	Die Bedeutung des Gedankens der Wiederverkörperung für die Prävention .....	77
9.	Schicksalsbildung nach dem Tode und vor der Geburt .....	82
10.	Wie entsteht Krankheit? .....	86
11.	Krankheitsbilder als physische Projektionen von geistigen Eigenschaften .....	88
12.	Literatur .....	90

## KAPITEL V – Ernährung ..... 93

1.	Einleitung .....	93
2.	Demographie .....	93
3.	Was ändert sich im Alter? .....	94
4.	Der Alterungsprozess im Hinblick auf die Ernährung .....	94
5.	Die Versorgungssituation der Senioren .....	96
6.	Mangelstörungen .....	97
7.	Versorgung durch Mahlzeitendienste .....	99
8.	Ernährungshinweise .....	99
9.	Flüssigkeit .....	101
10.	Verarbeitung und Zubereitung .....	102
11.	Wärme .....	102
12.	Licht .....	102
13.	Rhythmus .....	103
14.	Literatur .....	104

## KAPITEL 1 – Augenerkrankungen ..... 105

1.	Einleitung .....	105
1.1	Augenheilkunde beim alten Menschen .....	105
1.1.1	Die ersten drei Lebensjahrsiehte .....	105
1.1.2	Die folgenden drei Lebensjahrsiehte .....	105
1.1.3	Das siebte und die folgenden Lebensjahrsiehte .....	105
1.2	Spezielle Probleme beim alten Patienten .....	106
2.	Das Auge .....	107
2.1	Die Dreigliederung des Auges .....	107
2.2	Die Dreigliederung der Netzhaut .....	109
2.2.1	Der Netzhaut-Aderhaut-Komplex .....	109
3.	Erkrankungen des Auges im Alter .....	110
3.1	Presbyopie .....	110
3.1.1	Das Krankheitsbild .....	110
3.1.2	Therapie .....	111
3.2	Katarakt .....	114
3.2.1	Krankheitsbild .....	114
3.2.2	Therapie .....	114

3.3	Glaukom .....	117
3.3.1	Krankheitsbild .....	117
3.3.2	Therapie .....	120
3.4	Polare Formen der altersabhängigen Makuladegeneration (AMD) ....	124
3.4.1	Trockene und feuchte Makuladegeneration. ....	124
3.4.2	Therapie .....	126
3.5	Der Glaskörper und seine Erkrankungen .....	129
3.5.1	Altersabhängige Glaskörpererkrankungen. ....	130
3.5.2	Therapie .....	131
3.6	Konjunktiva und ihre Erkrankungen. ....	132
3.6.1	Keratokonjunktivitis und andere Benetzungsstörungen. ....	133
3.6.2	Degeneration, Altersveränderungen und Ablagerungen in der Konjunktiva .....	133
3.6.3	Therapie .....	134
4.	Literatur .....	137
KAPITEL 2 – HNO-Heilkunde .....		139
KAPITEL 2.1 – Altersbedingte Veränderungen im Hals-Nasen-Ohrenbereich .....		139
1.	Einleitung .....	139
1.1	Physiologische Wirksamkeit der Wesensglieder. ....	139
1.2	Funktionelle Dreigliederung der Schleimhaut .....	140
1.3	Die Veränderungen der Schleimhautfunktion im Alter. ....	141
2.	Erkrankungen von Nase und Nasennebenhöhlen .....	142
2.1	Rhinitis sicca. ....	142
2.1.1	Therapie .....	142
2.2	Vasomotorische Rhinitis, Naseträufeln. ....	143
2.2.1	Therapie .....	143
2.3	Chronische Sinusitis .....	143
2.3.1	Therapie .....	144
2.4	Rhinopharyngitis sicca .....	146
2.5	Geruchs- und Geschmacksstörungen. ....	146
2.5.1	Respiratorische Hyp- oder Anosmie .....	147
2.5.2	Essenzielle Hyp- oder Anosmie .....	147
2.5.3	Ageusie oder Dysgeusie. ....	147
3.	Der Kehlkopf .....	148
3.1	Altersbedingte Kehlkopfveränderungen. ....	148
3.1.1	Laryngitis sicca .....	149
3.1.2	Missempfindungen, Klobßgefühl .....	150
3.1.3	Neuralgie des Nervus laryngeus superior. ....	150
3.1.4	Dysphonie. ....	151
4.	Literatur .....	152
KAPITEL 2.2 – Tinnitus .....		153
1.	Das Krankheitsbild Tinnitus aurium .....	153
1.1	Risikofaktoren. ....	153
1.2	Kompensation .....	153

1.3	Die verstörende Wirkung von Tinnitus.....	154
1.4	Diagnostik und Ursachen des objektiven Tinnitus .....	154
1.5	Diagnostik und Ursachen des subjektiven Tinnitus .....	156
1.5.1	Tinnitus als Plussymptom bei Hörminderung in Folge sensorischer Deprivation .....	156
1.6	Chronische Tinnituskrankheit.....	159
1.7	Anthroposophisches Verständnis .....	160
2.	<b>Therapie</b> .....	160
2.1	Nicht-medikamentöse Therapie .....	160
2.1.1	Distanzierung von der Tinnituswahrnehmung .....	160
2.1.2	Weghören und Überdecken.....	161
2.1.3	Äußere Anwendungen, Kunsttherapie, Heileurythmie .....	162
2.2	Medikamentöse Behandlung.....	164
2.2.1	Weitere Medikamente .....	167
3.	<b>Literatur</b> .....	171

## KAPITEL 2.3 – Schwindel..... 173

1.	<b>Einleitung</b> .....	173
2.	<b>Therapie</b> .....	174
2.1	Übungsbehandlung.....	174
2.2	Ernährung .....	175
2.3	Arzneimittel .....	175
3.	<b>Literatur</b> .....	176

## KAPITEL 2.4 – Gesangstherapie..... 177

1.	<b>Allgemeines</b> .....	177
1.1	Altersstimme.....	178
1.2	Bronchitis.....	179
1.3	Demenz .....	179
1.4	Schwerhörigkeit.....	179
2.	<b>Literatur</b> .....	180

## KAPITEL 3 – Zahnverlust im Alter..... 181

1.	<b>Anthroposophische Zahnmedizin</b> .....	181
1.1	Anthroposophische Gerostomatologie.....	181
1.2	Zahnmedizinische Demographie.....	182
2.	<b>Gerostomatologie</b> .....	183
2.1	Zu Zahnverlust führende Faktoren.....	184
3.	<b>Karies</b> .....	184
3.1	Ätiologie .....	185
3.2	Vorsorge .....	186
3.3	<b>Therapie</b> .....	189
3.3.1	Zahnflächen im Alter – eine besondere Situation .....	189
3.3.2	Zahnhalskaries.....	189
3.3.3	Behandlung bei Pulpitis nach Präparationstrauma .....	191

3.3.4	Hyperämie der Pulpa .....	191
3.3.5	Direkte Überkappung der offenen Pulpa .....	192
4.	<b>Parodontopathie</b> .....	193
4.1	Parodontitis auslösende Faktoren .....	193
4.2	Parodontopathie und Konstitution .....	194
4.3	Parodontitis und Typ 2-Diabetes/metabolisches Syndrom .....	194
4.4	Therapie der Parodontitis .....	195
5.	<b>Salivationsstörungen im Alter</b> .....	199
5.1	Lebenselement Speichel .....	199
5.2	Salivationsminderung .....	199
5.3	Funktionelle und strukturelle Veränderungen der Speicheldrüsen ...	199
5.4	Erkrankungen mit verminderter Salivation.....	201
5.5	Therapie .....	202
6.	<b>Schlussbetrachtung</b> .....	203
7.	<b>Literatur</b> .....	204
KAPITEL 4 – Kardiologie .....		207
KAPITEL 4.1 – Herzerkrankungen .....		207
1.	<b>Die koronare Herzkrankheit.</b> .....	207
1.1	Anthroposophisches Krankheitsverständnis und Therapiekonzept ...	208
1.2	Stabile koronare Herzkrankheit .....	209
1.3	Akutes Koronarsyndrom – Instabile Angina pectoris.....	210
1.4	Akuter Myokardinfarkt .....	211
1.5	Herzinsuffizienz.....	212
1.6	Rhythmusstörungen .....	213
2.	<b>Fettstoffwechselstörungen</b> .....	213
2.1	Bedeutung der Risikofaktoren .....	214
2.2	Therapie .....	214
2.3	Beurteilung der Wirksamkeit der Anthroposophischen Medizin ....	215
3.	<b>Herzklappenerkrankungen</b> .....	215
3.1	Aortenklappenstenose .....	215
3.2	Mitralinsuffizienz .....	217
4.	<b>Herzrhythmusstörungen</b> .....	219
4.1	Vorhofflimmern .....	220
4.2	Bradykarde Rhythmusstörungen.....	223
5.	<b>Literatur</b> .....	225
KAPITEL 4.2 – Hypertonie – Das 3-Typen-Konzept der Anthroposophischen Medizin.....		227
1.	<b>Einleitung</b> .....	227
1.1	Individualisierte Therapie der Hypertonie .....	227
1.2	Individuelle Ausdifferenzierung der Therapie .....	228
2.	<b>Der Druck aus dem Kopf.</b> .....	228
2.1	Der Nervöse Hypertonie-Typus .....	228

2.2	Therapie .....	229
2.3	Anregungen für die Diagnostik.....	229
2.4	Integrative Therapie .....	230
2.5	Konstitutionelle Basistherapie.....	230
2.6	Konventionelle Medikation.....	232
2.7	Ernährung .....	232
2.8	Äußere Anwendungen .....	233
2.9	Anregungen für die Lebensführung .....	233
3.	<b>Wenn viel Gewicht den Druck erhöht</b> .....	234
3.1	Der Metabolische Hypertonie-Typus .....	234
3.2	Anregungen für die Diagnostik.....	235
3.3	Die Therapie.....	236
3.4	Integrative Therapie .....	236
3.5	Konstitutionelle Basistherapie .....	237
3.6	Konventionelle Medikation.....	238
3.7	Ernährung .....	238
3.8	Äußere Anwendungen .....	239
3.9	Anregungen für die Lebensführung .....	239
4.	<b>Druck ohne Ausgleich</b> .....	240
4.1	Der Rhythmische Hypertonie-Typus .....	240
4.2	Das Rhythmische System .....	240
4.3	Anregungen für die Diagnostik.....	241
4.4	Allgemeine konstitutionelle Problematik und therapeutische Ziele... ..	241
4.5	Konstitutionelle Basistherapie.....	242
4.6	Konventionelle Medikation.....	244
4.7	Ernährung .....	244
4.8	Äußere Anwendungen .....	244
4.9	Anregungen für die Lebensführung .....	245
5.	<b>Literatur</b> .....	246

## KAPITEL 5 – Pneumologie 247

1.	<b>Einleitung</b> .....	247
1.1	Manifestation von Lungenerkrankungen in verschiedenen Lebensaltern.....	247
1.2	Menschenkundliche Aspekte der Lunge .....	248
1.3	Therapiekonzepte.....	249
2.	<b>Akut-entzündliche Lungenerkrankungen</b> .....	250
2.1	Akute Tracheobronchitis .....	251
	2.1.1 Krankheitsbild .....	251
	2.1.2 Therapie .....	251
2.2	Pneumonie .....	255
	2.2.1 Krankheitsbild .....	255
	2.2.2 Therapie .....	255

3.	<b>Chronische Lungenerkrankungen</b>	259
3.1	Chronic obstructive pulmonary disease (COPD)	260
3.1.1	Krankheitsbild	260
3.1.2	Therapie	262
3.2	Asthma bronchiale	271
3.2.1	Krankheitsbild	271
3.2.2	Therapie	273
3.3	Lungenfibrose	277
3.3.1	Krankheitsbild	277
3.3.2	Therapie	278
4.	<b>Literatur</b>	281

## KAPITEL 6 – Gastroenterologie

283

1.	<b>Leitgedanke</b>	283
2.	<b>Anthroposophisch-menschenkundliche Gliederung des Gastrointestinaltraktes</b>	283
2.1	Dreigliederung des Gastrointestinaltraktes	284
2.1.1	Mundhöhle und Ösophagus	285
2.1.2	Magen	285
2.1.3	Duodenum und oberes Jejunum	285
2.1.4	Bauhin'sche Klappe und Appendix	286
2.1.5	Kolon	286
2.2	Wesensglieder im Gastrointestinaltrakt	287
2.3	Physiologischer Alterungsprozess des Gastrointestinaltraktes	287
3.	<b>Erkrankungen des Verdauungstraktes</b>	288
3.1	Ernährungsbedingte Störungen	288
3.1.1	Malnutrition (Mangel- und Fehlernährung)	290
3.1.2	Sarkopenie	293
3.1.3	Adipositas	294
3.2	Dehydratation	296
3.3	Schluckstörung/Dysphagie	299
3.4	Magen-Darm-Erkrankungen	300
3.4.1	Chronische Gastritis	302
3.4.2	Ulkus	305
3.4.3	Die Helicobacter pylori-Infektion	305
3.5	Funktionelle Störungen des Verdauungstraktes/Reizdarmsyndrom	309
3.5.1	Globussyndrom	310
3.5.2	Funktionelle Ösophagusbeschwerden	310
3.5.3	Refluxösophagitis	311
3.5.4	Dyspepsie	312
3.5.5	Reizdarmsyndrom	313
3.6	Obstipation im Alter	321
3.7	Infektiöse Gastroenteritiden im Alter	324
3.8	Chronische Diarrhoe	327
3.9	Divertikulitis	328
3.9.1	Divertikel-assoziierte Kolitis	332
3.9.2	Divertikelblutung	332

3.10	Analinkontinenz .....	333
3.11	Erkrankungen des Anorektums.....	335
4.	<b>Lebererkrankungen</b> .....	337
4.1	Akute Virushepatitiden .....	340
4.2	Chronische Virushepatitiden .....	341
4.3	Leberzirrhose.....	344
4.4	Gallenwegserkrankungen .....	346
4.4.1	Gallensteinleiden.....	347
4.4.2	Cholezystitis/Cholangitis.....	348
4.4.3	Primär biliäre Zirrhose (PBC) .....	349
4.5	Bauchspeicheldrüsenerkrankungen .....	350
4.5.1	Pankreatitis .....	350
4.5.2	Pankreaszysten .....	351
5.	<b>Literatur</b> .....	353

## KAPITEL 7 – Diabetologie ..... 355

1.	<b>Einleitung</b> .....	355
1.1	Diabetes mellitus und vorzeitiges Altern .....	355
1.2	Konventionelle Therapien aus anthroposophischer Sicht .....	356
1.3	Grundsätze des anthroposophischen Therapiekonzeptes.....	357
2.	<b>Diabetes mellitus Typ 2: Krankheitsverständnis der Anthroposophischen Medizin</b> .....	357
2.1	Konstitutionelle Gesichtspunkte des Krankheitsbildes.....	357
2.2	Pathogenese und Salutogenese.....	359
3.	<b>Therapie</b> .....	361
3.1	Medikation zur Blutzuckereinstellung .....	361
3.2	Diätetische Gesichtspunkte.....	362
3.3	Die externe Wärmeanwendung im anthroposophischen Therapie- konzept .....	364
3.4	Arzneimittel der Anthroposophischen Medizin.....	365
4.	<b>Heileurythmie und künstlerische Therapien in der Diabetologie</b> .....	369
5.	<b>Was kann der Patient selbst tun</b> .....	370
6.	<b>Ausblick und Perspektiven</b> .....	370
7.	<b>Literatur</b> .....	371

## KAPITEL 8 – Onkologie..... 373

### KAPITEL 8.1 – Onkologie ..... 373

1.	<b>Ausgangslage</b> .....	373
1.1	Krebs – eine Erkrankung des höheren Lebensalters .....	373
1.2	Die Situation des älteren Menschen .....	374
1.2.1	Körperliche Verfassung .....	374
1.2.2	Entwicklung der geistig-seelischen Verfassung im Alter .....	375
2.	<b>Das Wesen der Krebserkrankung<sup>11</sup></b> .....	376
2.1	Vier Ebenen in der Pathogenese der Krebserkrankung .....	376

2.1.1	Die physisch-mineralische Ebene .....	376
2.1.2	Ungehemmte Wachstumskräfte und ätherischer Leib .....	376
2.1.3	Differenzierung und Apoptose – die gestaltenden Kräfte des astralischen Leibes .....	376
2.1.4	Individuelle Organgestalt und Ich-Organisation .....	377
2.2	Der Zusammenhang von Lebens- und Bewusstseinskräften im gesunden Menschen und seine Bedeutung bei der Krebsentstehung..	378
2.2.1	Lebens- und Bewusstseinskräfte vor dem Hintergrund der Polarität von Kopf- und Stoffwechselorganisation .....	378
2.2.2	Die Bedeutung der Wärme für die Verwandlung von Lebens- in Bewusstseinskräfte. ....	380
2.2.3	Das Karzinom als „Sinnesorgan“ an falscher Stelle. ....	381
3.	<b>Die Mistel in der Krebstherapie .....</b>	<b>383</b>
3.1	Die Mistel als Heilpflanze bei Krebs. ....	383
3.2	Wirksamkeit der Misteltherapie. ....	384
3.2.1	Wirkungen der Misteltherapie auf die Ich-Organisation. ....	384
3.2.2	Wirkungen der Misteltherapie auf das Wechselspiel von astralischer und ätherischer Organisation .....	385
3.2.3	Wirkungen der Misteltherapie auf die physische Organisation..	386
3.3	Praktische Aspekte in der Durchführung der Misteltherapie. ....	387
3.3.1	Misteltherapie mit einschleichender Anfangsdosierung. ....	387
3.3.2	Primäre Hochdosis-Misteltherapie und intraläsionale Misteltherapie. ....	387
3.3.3	Intrakavitäre Misteltherapie .....	389
3.3.4	Intravenöse Misteltherapie .....	390
3.3.5	Wirtsbaumwahl. ....	391
4.	<b>Das Mammakarzinom .....</b>	<b>393</b>
4.1	Aufbau und Entwicklung der weiblichen Brust im Lebenslauf .....	393
4.1.1	Die weibliche Brust als ein „rhythmisches Organ der Mitte“ ....	393
4.2	Epidemiologie und Risikofaktoren .....	396
4.2.1	Risikofaktoren .....	397
4.3	Unterschiedliche Formen des Mammakarzinoms. ....	400
4.3.1	Morbus Paget der Mamille .....	401
4.3.2	Invasiv duktales Mammakarzinom .....	401
4.3.3	Invasiv lobuläres Mammakarzinom .....	401
4.3.4	Duktales Karzinom in situ (DCIS) .....	402
4.3.5	Lobuläre Neoplasie .....	403
4.4	Prä- und postmenopausales Mammakarzinom. ....	403
4.5	Prognostische Faktoren und konventionelle Therapie .....	404
4.5.1	Prognostische Faktoren .....	404
4.5.2	Konventionelle Therapie .....	405
4.6	Misteltherapie .....	407
4.7	Supportive Therapie .....	408
4.7.1	Postoperative Komplikationen .....	408
4.7.2	Begleitbehandlung bei postoperativer Strahlentherapie .....	409
4.7.3	Lymphödem des Armes .....	409
4.7.4	Begleitbehandlung bei antihormoneller Therapie .....	410
4.7.5	Die Christrose (Helleborus niger). ....	410
4.7.6	Metastasierung und Chemotherapie .....	411

4.8	Cancer Related Fatigue (CRF) und das integrative Therapiekonzept der Anthroposophischen Medizin.....	412
4.8.1	Multimodales anthroposophisches Therapiekonzept bei Brustkrebspatientinnen mit CRF.....	412
5.	<b>Das Prostatakarzinom</b> .....	413
5.1	Aufbau und Funktion der Prostata.....	413
5.2	Epidemiologie und Risikofaktoren.....	415
5.2.1	Risikofaktoren.....	415
5.3	Pathologie und Pathogenese des Prostatakarzinoms.....	416
5.3.1	Prostatakarzinom und chronische Prostatitis.....	417
5.3.2	Prostatakarzinom und Androgene.....	418
5.3.3	Metastasierung des Prostatakarzinoms.....	419
5.3.4	Seelische Signatur bei Prostatakarzinom.....	419
5.4	Therapie des Prostatakarzinoms.....	420
5.4.1	Androgen-Entzugstherapie.....	420
5.4.2	Misteltherapie.....	421
5.4.3	Die Christrose (Helleborus niger).....	423
5.4.4	Therapie bei Knochenmetastasen und Androgen-entzugsbedingter Osteoporose.....	424
5.4.5	Zum Verständnis der Bisphosphonate.....	425
5.4.6	Weitere Arzneimittel.....	425
5.4.7	Integrative Therapiekonzepte.....	427
6.	<b>Literatur</b> .....	428
KAPITEL 8.2 – Hospizliche Betreuung und Pflege in der Onkologie.....		437
1.	Häufige Problemstellungen aus Sicht der Krankenpflege.....	437
2.	Pflege des krebskranken und alten Patienten.....	437
2.1	Äußere Anwendungen in der palliativen Pflege.....	438
3.	Mitwirkung der Angehörigen.....	443
4.	Literatur.....	445
KAPITEL 9 – Erkrankungen des Bewegungsapparates.....		447
KAPITEL 9.1 – Hüft- und Kniegelenksarthrose, Fingergelenkspolyarthrose.....		447
1.	Einleitung.....	447
1.1	Die arthrotische Gelenkerkrankung.....	447
1.2	Das Gelenk.....	447
1.2.1	Die Dreigliederung des Gelenks.....	448
1.2.2	Die Gelenkfunktion zwischen Druck- und Leichtkräften.....	448
1.2.3	Das Gelenk und die Wesensglieder.....	450
1.3	Wie entsteht die Arthrose?.....	451
1.3.1	Phasen in der Arthrose-Entwicklung.....	452
2.	Therapie der Arthrose.....	453
2.1	Symptomatische Therapie.....	453
2.2	Endoprothetik.....	453
2.3	Anthroposophische Arzneitherapie.....	454
2.4	Äußere Anwendungen.....	456

2.5	Physikalische Therapie.....	456
2.6	Anthroposophische Physiotherapie .....	457
2.7	Heileurythmie.....	457
3.	<b>Lebensstil und Gelenk: Ernährung, Bewegung.....</b>	458
3.1	Ernährung .....	458
3.2	Bewegung.....	459
4.	<b>Literatur .....</b>	461

## KAPITEL 9.2 – Osteoporose..... 463

1.	<b>Leitgedanke .....</b>	463
2.	<b>Krankheitsbild .....</b>	464
2.1	Lebensgeschichtliche Zusammenhänge.....	464
2.2	Veränderungen im Knochensystem .....	465
2.3	Diagnose.....	466
3.	<b>Therapie.....</b>	466
3.1	Pathogenetisch orientierte Therapie.....	466
3.2	Anthroposophische Arzneitherapie .....	468
3.3	Physiotherapie, Rhythmische Massage, Kunsttherapie, Heileurythmie und Gesprächstherapie .....	470
4.	<b>Ausblick und Perspektiven.....</b>	471
5.	<b>Literatur .....</b>	472

## KAPITEL 10 – Demenz..... 473

1.	<b>Vorbemerkung .....</b>	473
2.	<b>Demenz als Herausforderung in unserer Zeit .....</b>	473
3.	<b>Demenz als vorzeitiger Verlust des Selbstbewusstseins .....</b>	474
4.	<b>Epidemiologie .....</b>	476
5.	<b>Diagnose .....</b>	476
6.	<b>Differenzialdiagnose .....</b>	477
7.	<b>Risikofaktoren.....</b>	478
8.	<b>Alzheimer-Demenz .....</b>	479
9.	<b>Vaskuläre Demenz.....</b>	480
10.	<b>Molekulargenetik, Neurobiologie und Neurotransmission .....</b>	480
11.	<b>Menschenkunde der Demenz.....</b>	482
12.	<b>Psychopharmaka.....</b>	484
12.1	Behandlung der kognitiven Kernsymptome.....	484
12.2	Behandlung der psychischen Begleitsymptome .....	485
13.	<b>Anthroposophische Arzneimittel .....</b>	485
13.1	Anregung des Stoffwechsel-Gliedmaßen-Systems .....	485
13.2	Ansatz vom Rhythmischen System .....	490
13.3	Ansatz vom Nerven-Sinnen-System .....	493
14.	<b>Äußere Anwendungen.....</b>	495

15.	<b>Bewegung und Bewegungstherapie</b> .....	496
16.	<b>Kunst und Kunsttherapie</b> .....	496
17.	<b>Ernährung und Diätetik</b> .....	497
18.	<b>Pflegerische und soziale Versorgung</b> .....	498
19.	<b>Literatur</b> .....	500

## KAPITEL 11 – Schlafstörungen..... 505

1.	<b>Einleitung</b> .....	505
1.1	Physiologie des Schlafes .....	506
1.2	Schlafarchitektur im Altersgang.....	507
1.3	Der Schlaf des alten Menschen .....	507
2.	<b>Schlafstörungen im Alter</b> .....	508
2.1	Insomnie.....	508
2.1.1	Krankheitsbild und Ursachen .....	508
2.1.2	Therapie .....	510
2.2	Schlafbezogene Atmungsstörungen – Das Schlafapnoe-Syndrom....	512
2.2.1	Das obstruktive Schlafapnoe-Syndrom .....	513
2.2.2	Therapie .....	513
2.3	Restless-Legs-Syndrom (Syndrom der unruhigen Beine) .....	514
2.3.1	Krankheitsbild .....	514
2.3.2	Therapie .....	515
3.	<b>Literatur</b> .....	517

## KAPITEL 12 – Dermatologie..... 521

1.	<b>Einleitung</b> .....	521
2.	<b>Altersdermatosen</b> .....	523
2.1	Exsikkationsekzem .....	523
2.1.1	Therapie .....	524
2.2	Pruritus senilis.....	524
2.2.1	Therapie .....	525
2.3	Altersekzem.....	526
2.3.1	Therapie .....	526
3.	<b>Epitheliale Tumoren</b> .....	527
3.1	Aktinische Keratosen .....	527
3.1.1	Therapie .....	527
3.2	Basaliom und Plattenepithelkarzinom.....	527
3.2.1	Therapie .....	528
4.	<b>Dermatosen, die im Alter häufiger vorkommen</b> .....	528
4.1	Seborrhoisches Ekzem .....	528
4.1.1	Therapie .....	528
4.2	Rosazea .....	530
4.2.1	Therapie .....	530
4.3	Lichen sclerosus et atrophicus.....	531
4.3.1	Therapie .....	531

5.	Dermatosen bei sinkender Immunkompetenz.....	532
5.1	Herpes Zoster (Gürtelrose) .....	532
5.1.1	Therapie .....	532
5.2	Intertrigo mit Candida-Superinfektion.....	534
5.2.1	Therapie .....	534
6.	Literatur .....	536
KAPITEL 13 – Urologie .....		537
KAPITEL 13.1 – Blasenentleerungsstörungen und Inkontinenz .....		537
1.	Einleitung .....	537
2.	Stressinkontinenz.....	537
2.1	Basistherapie .....	538
2.2	Organpräparate.....	539
2.3	Heileurythmie.....	540
3.	Urge-Inkontinenz.....	541
3.1	Therapie .....	541
3.2	Äußere Anwendungen .....	542
4.	Harnverhalt .....	542
5.	Literatur .....	544
KAPITEL 13.2 – Benigne Prostatahyperplasie .....		545
1.	Prostatahyperplasie.....	545
1.1	Vergrößerung der Prostata als physiologische Altersveränderung... ..	545
1.2	Benigne Prostatahyperplasie als Krankheit.....	545
2.	Therapie der Prostatahyperplasie .....	546
2.1	Ausschluss des Karzinoms .....	546
2.2	Stadium I und II – Medikamentöse Therapie.....	546
2.3	Stadium III.....	548
3.	Lebensführung .....	548
KAPITEL 14 – Weitere Therapien .....		549
KAPITEL 14.1 – Anthroposophisch orientierte Pflege.....		549
1.	Angewandte Anthroposophie in der Pflege .....	549
2.	Was ist anthroposophisch orientierte Pflege?.....	549
KAPITEL 14.2 – Zur Pflege des alten Menschen.....		551
1.	Der Tod als Zielpunkt – das Leben als Weg.....	551
2.	Der Gestus der Pflege des alternden Menschen .....	552
2.1	Reinigen .....	552
2.2	Nähren.....	552
2.3	Entlasten – Belasten .....	553
2.4	Schützen – Hüllen – Ordnen.....	554

2.5	Bestätigen – Erwecken – Aufrichten .....	555
2.6	Ausgleichen – Anregen .....	555
3.	Äußere Anwendungen bei Alterskrankheiten .....	556
4.	Der Sterbeprozess.....	559
5.	Literatur .....	562

## KAPITEL 14.3 – Anthroposophische Physiotherapie ..... 563

1.	Rhythmische Massage.....	563
2.	Rhythmische Einreibungen .....	564
3.	Strömungsmassage .....	565
4.	Das Öldispersionsbad .....	566
4.1	Das Öldispersionsbad nach Werner Junge .....	566
4.1.1	Was ist ein Öldispersions-Apparat? .....	567
4.2	Wie führe ich ein Öldispersionsbad praktisch durch? .....	567
4.2.1	Vorbereitung .....	567
4.2.2	Das Bad.....	568
4.2.3	Unterwasser-Bürstenmassage.....	568
4.2.4	Nachruhe .....	568
4.2.5	Wirkungsbeobachtung.....	569
4.2.6	Anwendungsdauer und Indikationen .....	569
5.	Bienenwachsauflagen .....	570
6.	Bewährte Indikationen beim alten Menschen .....	571
6.1	Erkrankungen des Stoffwechsel-Gliedmaßen-Systems .....	571
6.1.1	Rheumatische Erkrankungen .....	571
6.1.2	Diabetes mellitus Typ 2 .....	572
6.2	Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems .....	572
6.2.1	Skleroseerkrankungen des Herzens.....	572
6.2.2	Folgen von Apoplex.....	573
6.3	Erkrankungen des Nerven-Sinnes-Systems.....	573
6.3.1	Altersverwirrtheit/Demenz .....	573
6.3.2	Morbus Parkinson.....	573
7.	Literatur .....	574

## KAPITEL 14.4 – Heileurythmie ..... 575

1.	Eurythmie in der Geriatrie.....	575
1.1	Spezifische Bewegungen der künstlerischen und therapeutischen Eurythmie .....	575
1.1.1	Künstlerische Eurythmie – Seelische Belebung, Konzentration und Sozialkompetenz.....	576
1.1.2	Therapeutische Eurythmie.....	577
1.2	Indikationen .....	578
2.	Literatur .....	582

## KAPITEL 14.5 – Kunsttherapie ..... 583

1.	Kunsttherapie in der Anthroposophischen Medizin.....	583
----	--	-----

2.	Indikationen und Therapieziele für Kunsttherapie im Alter.....	584
2.1	Allgemeine Indikationen.....	584
2.2	Kontraindikationen.....	584
2.3	Spezielle Indikationen und Themen der Kunsttherapie im Alter.....	584
2.3.1	Prävention, Entwicklungspotential und Selbstregulation.....	584
2.3.2	Gedächtnis.....	585
2.3.3	Psychosomatische Zusammenhänge und psychische Störungen.....	586
2.3.4	Erkrankungen des alten Menschen.....	586
2.3.5	Rehabilitation.....	587
2.3.6	Vaskuläre und neurodegenerative Demenz.....	587
2.3.7	Todesnähe.....	587
2.3.8	Angehörigenarbeit.....	588
3.	Praktische Durchführung.....	589
4.	Literatur.....	590

## KAPITEL 14.6 – Sprachgestaltung ..... 593

1.	Einführung.....	593
2.	Körperwahrnehmung.....	593
3.	Sinnespflege.....	594
4.	Gemeinschaftspflege.....	594
5.	Humor.....	595
6.	Wandlung der Seele.....	595
7.	Schwellenübertritt.....	596
8.	Aus der Praxis der Sprachtherapie im Altersheim.....	596
9.	Abschluss.....	597

## KAPITEL 14.7 – Musiktherapie ..... 599

1.	Wenn die Seele weiterklingt – Ein Erfahrungsbericht.....	599
1.1	Musik und Biographie.....	600
1.2	Alter und Singen.....	601
1.3	Indikationen und Settings.....	601
2.	Literatur.....	604

## KAPITEL 15 – Individuelle Therapiebeurteilung und klinische Erfahrung – ihre Bedeutung für die Anthroposophische Medizin ..... 605

1.	Wirksamkeitsnachweis in der Medizin: Interne und externe Evidenz..	605
2.	Klinisches Urteil und klinische Professionalität.....	606
3.	Notwendigkeit klinischer Erfahrung und klinischer Beobachtung.....	608
4.	Ausblick.....	609
5.	Literatur.....	610

## SACHWORTVERZEICHNIS ..... 613

## ÜBER DIE AUTOREN..... 625