

## Das klimakterische Syndrom

Naturheilkundliche Therapieoptionen

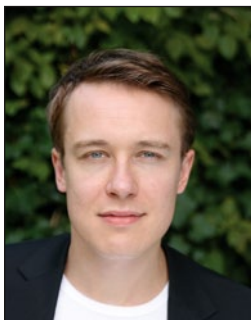
Wechseljahre des Mannes

## Osteopathie und Orthopädie

Das Faszienmodell

## Naturheilverfahren

Tabuthema Harninkontinenz



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

das Altern zählt nicht gerade zu unseren liebsten Freizeitbeschäftigungen, ist aber eine der unausweichlichen Konsequenzen unseres Daseins. Das Gute dabei: Allen Menschen um uns herum geschieht es ebenso. Der Begriff „Altern“ wird in unserem Kulturkreis keineswegs einheitlich gebraucht. Normalerweise verstehen wir darunter, die ansteigende Anhäufung zufälliger Schäden in unserem genetischen Baumaterial und allen damit verknüpften Systemen – Zellen, Gewebe, Organe, die ausgefeilten Reparaturmechanismen des Organismus können mit zunehmenden Lebensjahren immer weniger gegensteuern, sodass die typischen Alterserscheinungen wie eine nachlassende Leistungsfähigkeit in der Tendenz immer stärker zutage treten. Dies ist die harte biologische Realität.

Daneben gibt es noch die nicht minder harte gesellschaftliche Realität. Und hier herrscht oft ein doppelter Standard, wobei die Bruchkante scharf entlang der Geschlechtergrenze verläuft. Der ziemlich unsinnige *Kalenderspruch* „Männer reifen, Frauen verblühen“ – eigentlich ein Relikt der Betrachtungsweise vergangener Jahrhunderte – ist auch in unseren modernen Köpfen noch immer überpräsent. Ein Blick etwa in die mediale Welt der Werbung offenbart dies schonungslos. Das ist mindestens ein Ärgernis, wenn auch eines, dass bereits unzählige Male diskutiert wurde. Dabei schrieb bereits der römische Redner Cicero (vielleicht war es auch seine Frau) vor über 2.000 Jahren den finalen Gedanken zum Thema nieder: *Nicht das Alter ist das Problem, sondern unsere Einstellung dazu.*

Mit dem Älterwerden ändern sich im weiblichen Körper – stärker als dies gemeinhin bei Männern der Fall ist – die biochemischen Parameter. Der Prozess beginnt meist zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr, die Eierstöcke produzieren weniger Östrogen, die hormonelle Umstellung beginnt. Diesen Übergang von der reproduktiven zur postmenopausalen Lebensphase bezeichnen wir als Klimakterium (abgeleitet vom griechischen Wort *klimaktér*, *Stufenleiter*), im Volksmund auch *Wechseljahre* genannt.

Der hormonelle Wandel geht dabei häufig einher mit spürbaren körperlichen und psychischen Symptomen: Hitzewallungen, Schweißausbrüche und Schlafstörungen sind dabei nur die gängigsten Nebenwirkungen beim Erklimmen der Stufenleiter. Ob und wie stark das *klimakterische Syndrom* Alltag und Lebensqualität beeinflusst, ist dabei höchst individuell. Bei mittleren bis starken Beschwerden, die in mannigfaltigen Variationen auftreten können, kann ein therapeutisches Eingreifen notwendig werden. Derzeit unterzieht sich jede zehnte Frau in Deutschland einer Hormonersatztherapie, wenn ihr Körper die Östrogenproduktion herunterfährt. Ob die damit einhergehenden gesundheitlichen Gefahren den zu erwartenden Nutzen aufwiegen, ist eine persönliche Entscheidung.

Da das Klimakterium keine Krankheit ist, sondern eine natürliche Phase der hormonellen Umstellung, können auch Naturheilverfahren mögliche Begleitbeschwerden nicht ursächlich angehen, sondern nur versuchen, eine symptomatische Linderung zu erzwingen. Dies jedoch – viele Studien und Anwendungsbeobachtungen sowie unzählige Erfahrungsberichte belegen es – gelingt in vielen Fällen äußerst gut, wobei Nebenwirkungen oft gering oder gar nicht vorhanden sind. In der aktuellen Ausgabe von „Die Naturheilkunde“ wagen wir einen Blick auf die therapeutische Vielfalt, mit der die Komplementärmedizin der Vielfalt von Wechseljahresbeschwerden entgegentritt. Wir beleuchten unter anderem die Möglichkeiten phytotherapeutischer und homöopathischer, spagyrischer, bioresonanter und ayurvedischer Therapieansätze. Und auch ein Blick auf das Mysterium *männliche Wechseljahre*, dem *Klimakterium virile*, darf nicht fehlen.

Es wünscht ein angenehmes Leseerlebnis  
und eine stets solide Gesundheit, Ihr

*Maik Lehmkühl*

Maik Lehmkühl  
Chefredaktion

# Inhalt

EDITORIAL ..... 3

NEWS • FACTS • TRENDS ..... 6

## TITELTHEMA

Lothar Ursinus

Die Wechseljahre des Mannes –  
Eine laboranalytische Betrachtung ..... 11

Hedwig H. Gupta

Ayurvedische Sicht auf die Wechseljahre ..... 16

Heike Jülkenbeck, Jens Tesmer

Biophysikalische Diagnoseoptionen  
bei Wechseljahresbeschwerden ..... 19

Johannes W. Steinbach

Das Klimakterium, die unberechenbare Periode –  
Ein Fallbericht aus der naturheilkundlichen Praxis ..... 22

Birgit Goyvaerts

Klimakterische Symptome: Studie bestätigt erneut  
Sicherheit von Extrakten des Rhapontik-Rhabarbers ..... 24

Margit Graf-Classen

Wechseljahresbeschwerden mit  
Hildegard von Bingen behandeln ..... 26

Heidi Friedberger, Hans Prömer

Im Zyklus – Der weibliche Körper ..... 28

Claudia Langohr

Massive Hitzewallungen als Beschwerden  
des Klimakteriums ..... 30

## NATURHEILVERFAHREN

Elvira Bosse

Konzepte natürlicher Entgiftung und Ausleitung –  
Eine Einführung in die naturheilkundliche Betrachtung ..... 31

Michael Schmidt

Tabuthema Harninkontinenz –  
Homöopathische Behandlungsoption ..... 34

## KOMPLEMENTÄRE THERAPIE UND DIAGNOSTIK

Manfred Scherrmann

Den Lebensrucksack erleichtern –  
Aktuelle Herausforderungen kraftvoll meistern ..... 36

Michaela Döll

Klimakterium und Andropause in der Naturheilkunde ..... 39

Georg Grasser

Rückenschmerzen verstehen – Diagnose und Therapie  
mit dem Faszienmodel ..... 40

Matthias Bastigkeit

Low Back Pain – Komplementäre Behandlung  
von unspezifischen Kreuzschmerzen ..... 43

## AKUPUNKTUR

Rainer Wander

Neuraltherapie bei Asthma: eine Regulationstherapie ..... 46

## MEDIZINRECHT

Christoph Bomke

Die „vereinbarte Vergütung“ nach § 630a I BGB:  
Wie rechne ich meine Vergütung bei Privatpatienten  
rechtssicher ab? ..... 48

VERANSTALTUNGSKALENDER ..... 50

## RÜCKBLICK

50. Medizinische Woche in Baden-Baden: Tagung der  
Gesellschaft für Internationale Matrixforschung e.V. .... 51

PHARMANACHRICHTEN ..... 53

NACHRUF / IMPRESSUM ..... 57

BUCHTIPP / VORSCHAU ..... 58

MARKTPLATZ ..... 59

Im Heftinnenteil

### Forum Komplementäre Onkologie

Sven-David Müller

Ernährungsempfehlungen bei HIV-Infektion – Teil 1

Klaudia Fronhoffs-Grüßen, Reinhold Will

Kann die bioenergetische Medizin bei tumorösen  
Erkrankungen komplementär unterstützen?

Rückblick: Integratives Intensivseminar Onkologie (STEP)

### Die Gesellschaften informieren ...

Deutsche Gesellschaft für Akupunktur  
und Neuraltherapie e.V. – DGfAN ..... 45

Internationale Ärztesgesellschaft für  
funktionelle Proteomik e.V. – IÄfP ..... 52

Im Heftinnenteil

Deutsche Gesellschaft für  
Hyperthermie e.V. – DGHT ..... 6

Forschungsförderungsgesellschaft für  
Komplementärmedizin e.V. – FoFöG ..... 12