

Aspekte der Naturheilkunde

Leitprinzipien naturheilkundlichen Wirkens

Persönlichkeiten der Naturmedizin

Heilpflanze des Jahres

Meerrettich in aller Munde

Körpertherapie

Angststörungen behandeln



FORUM MEDIZIN

Verlagsgesellschaft mbH



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

die Naturmedizin ist eine facettenreiche Angelegenheit. Sie ist ebenso vielgestaltig wie wirkgewaltig; ein Mosaik, das in unzählige Aspekte und Fragmente zerfällt. *Naturmedizin* oder *Naturheilkunde* sind dabei zunächst nur Oberbegriffe, nicht wesentlich schärfer umrandet als etwa die Begriffe *Heilkunst* oder *Heilkunde*. In den unklar umgrenzten Bereich der Naturmedizin fallen auch Anwendungen, die nicht gerade naturnah anmuten, während andere Aspekte mit eindeutig natürlichem Ursprung nicht dazugezählt werden, Penicillin etwa. Die Vorstellung, was alles *Naturmedizin* oder *Naturheilkunde* sein kann, ist wandelbar, verbindliche Definitionen sind stets nur Momentaufnahmen. Anders gesagt: Nicht die Natur macht die Naturmedizin, der Mensch tut es. Und die Bedeutung eines Wortes ist sein Gebrauch in der Sprache.

Diese fast philosophische Spitzfindigkeit ist im Alltag recht belanglos, kann aber bedeutsam werden, wenn die Begrifflichkeiten *Naturheilkunde* und *Schulmedizin* mal wieder einander gegenübergestellt werden, als seien sie alte Feinde im Duell. Leicht lässt man sich dann von den Worten verwirren und sieht Unvereinbarkeiten, wo keine sein müssen. Moderne Naturheilkunde ist aber kein Gegensatz zur Schulmedizin: sie ergänzt, erweitert und integriert deren Methoden, sie ersetzt diese nicht. Moderne Naturheilkunde ist komplementär und integrativ, nicht alternativ. Ihr wesentliches Kernelement ist die methodische Vielfalt, die sich aus der geographischen und zeitlichen Vielfalt speist. So bewahrt die Naturheilkunde die ältesten Versuche der Menschheit, Heilung zu ermöglichen, und vereint seit Jahrtausenden bewährte Behandlungsverfahren mit modernsten medizinischen Erkenntnissen.

Den vielfältigen Aspekten der Naturheilkunde möchten wir in der aktuellen Ausgabe nachspüren, wohl wissend, dass dies in einem einzelnen Heft nicht allumfassend möglich sein wird, ein Buch würde nicht ausreichen, eine Bibliothek ebenso wenig. Der Versuch bleibt ein Fragment, aber zumindest ein lehrreiches und vielleicht sogar unterhaltsames. Neben konkreten Methoden, Anwendungen und Aspekten der modernen Naturmedizin betrachten wir auch die Denkweise und -gewohnheit, mit denen wir *Medizin* zu verstehen und zu begreifen versuchen. Die Frage der Evidenz wird gestreift, ebenso der notwendige Paradigmenwechsel, der einer vereinheitlichten Medizin vorausgehen muss. Folgen Sie uns auf diese erkenntnisreiche Reise.

Dieses bitterschwere Jahr 2020 neigt sich nun seinem Ende entgegen. Der erste Januar wird den globalen Schrecken, den dieses Jahr hervorgebracht hat, nicht ungeschehen machen. Aber wir können mit vorsichtigem Optimismus in die nahe Zukunft blicken, besonnen, solidarisch und hilfsbereit.

In diesem Sinne wünscht ein angenehmes Leseerlebnis und eine stets solide Gesundheit,

Ihr

Maik Lehmkuhl
Chefredaktion

Inhalt

EDITORIAL 3

NEWS • FACTS • TRENDS 6

TITELTHEMA: ASPEKTE DER NATURHEILKUNDE

Kommentar von Matthias Stohrer

Die Integrative Medizin –
Paradigmen einer Medizin der Zukunft 10

Kommentar von Peter W. Gündling

Leitprinzipien naturheilkundlichen Wirkens –
Naturheilverfahren in Ausbildung und Anwendung 13

Ursula Heim

Der Holobiont –
Das Leben als systemisches Kollektiv 14

Kristin Neumann

Das Mikrobiom in Balance –
Grundlage naturheilkundlichen Wirkens 18

Daniela Birkelbach

Grundlagen der Naturheilkunde: Biofaktoren-Mangel
und die großen Volkskrankheiten unserer Zeit 21

Volker Schmiedel

Vitamin D und Omega-3-Fettsäuren –
Die Basistherapie für chronisch-entzündliche Erkrankungen .. 26

PORTRÄT

Ulrike Hummel

Doktor Wilhelm Heinrich Schüßler
und seine biochemische Heilmethode 31

Benedikta Springer

Dr. med. Otto Greither –
Ein Pionier der Darmgesundheit 34

HEILPFLANZE

Erwin Häringer

Ehrung für scharfe Wurzel –
Meerrettich: Heilpflanze des Jahres 2021 36

NATURHEILVERFAHREN

Thomas Dunkenberg

Hitze, Fieber und Entzündungen
aus Sicht der Tibetischen Medizin 39

Eberhard J. Wormer

Die aromatische Naturmedizin –
Mit gesunden Gewürzen genießen, vorbeugen und heilen .. 42

VERANSTALTUNGSKALENDER 46

KOMPLEMENTÄRE THERAPIE UND DIAGNOSTIK

Georg Grasser, Mario Maleschitz

Neue Möglichkeiten in der
Körpertherapie bei Angststörungen 49

Johannes W. Steinbach

Die Haut betreffende Erkrankungen:
Reicher Fundus naturheilkundlicher Therapieoptionen 52

Philipp Gebhardt

Systemische Entzündung bei Diabetes mellitus Typ 2 –
Die Bedeutung von Mikronährstoffen für Diabetiker 54

Hippolyt Greve

Ernährungsfalle Proteinverdünnung:
Warum wir mehr essen als nötig ist 57

STUDIENSCHAU

Michael Petersen

Studie weist Wirksamkeit der Bioresonanz nach
Paul Schmidt beim HWS-Syndrom nach 60

Stress im Alltag – Homöopathische Behandlung
körperlicher und psychischer Stressreaktionen 62

Beweglichkeit bei Rückenschmerzen –
Klinische Studie zur Intervention mit dem FLEXIPAD 64

PHARMANACHRICHTEN 68

IMPRESSUM 73

BUCHTIPP / VORSCHAU / INSERATE 74

Im Heftinnenteil

Forum Komplementäre Onkologie

Wulf-Peter Brockmann

Das PET-CT im onkologischen Alltag –
Eine wertvolle Hilfe zur Prognoseverbesserung

Die Gesellschaften informieren ...

Hufelandgesellschaft e. V. 7

Internationale Ärztesgesellschaft für
funktionelle Proteomik e. V. – IÄfP 67

Im Heftinnenteil

Deutsche Gesellschaft für
Hyperthermie e. V. – DGHT 7

Forschungsförderungsgesellschaft für
Komplementärmedizin e. V. – FoFöG 8