

Die Naturheilkunde

89. Jahrgang

www.forum-medin.de ISSN 1613-3943 6,90 €

Erkrankungen im Nasen-Rachen-Raum

Naturheilkundliche Strategien der Abhärtung

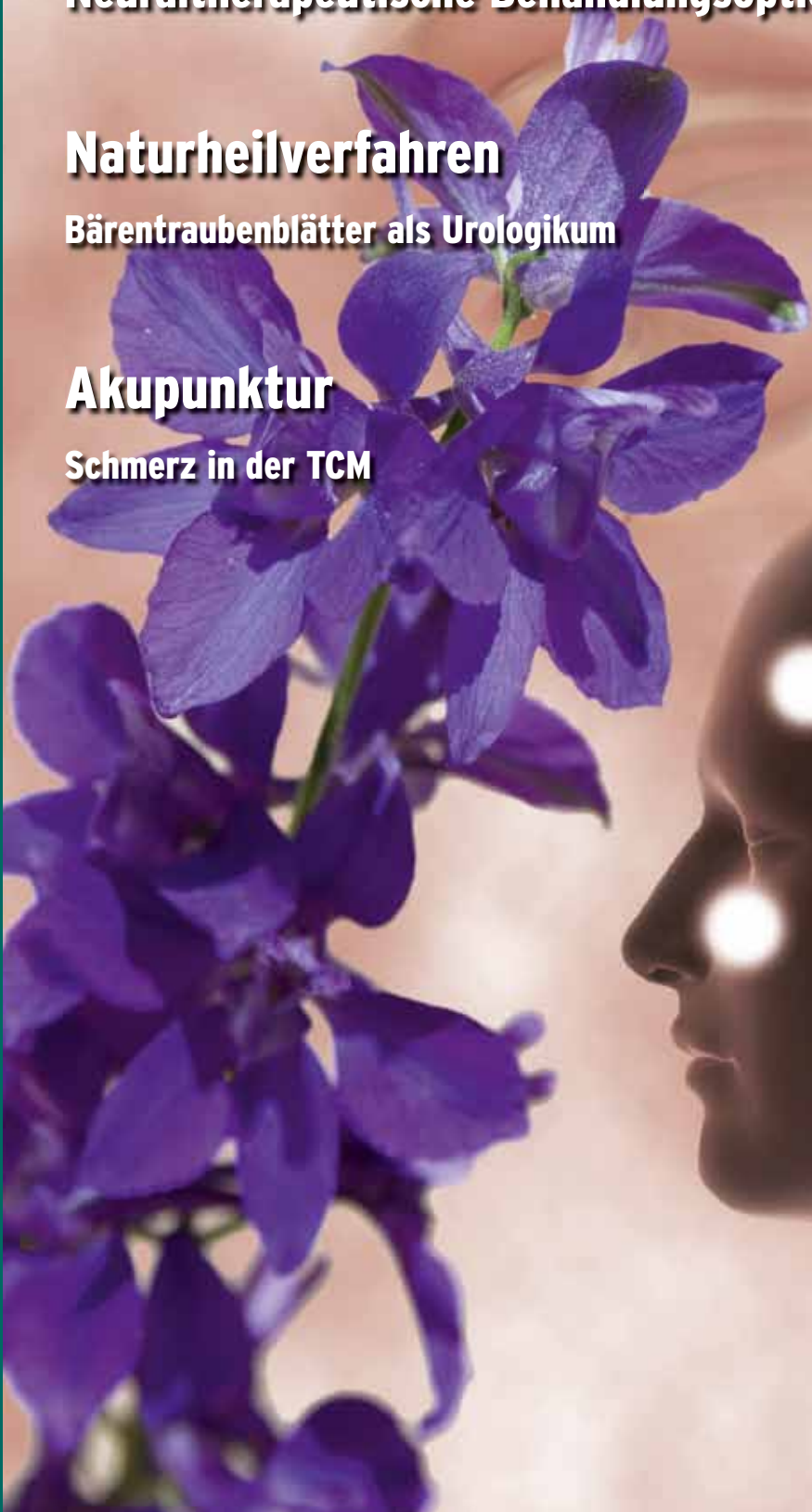
Neuraltherapeutische Behandlungsoptionen

Naturheilverfahren

Bärentraubenblätter als Urologikum

Akupunktur

Schmerz in der TCM



Mit
Forum
Komplementäre
Onkologie &
Immunologie



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

der Sommer neigt sich schon wieder seinem Ende entgegen und beinahe wäre es ihm auch gelungen, sich gänzlich unbemerkt vorbeizuschleichen. Für den Herbst darf dann wieder mit einer erhöhten Wahrscheinlichkeit gerechnet werden, sich einen grippalen Infekt einzufangen.

Erkältungsinfekte sind die häufigsten Infektionen des Menschen überhaupt, zwei- bis dreimal im Jahr erwischt es uns statistisch betrachtet. Wer zum Wirtsorganismus von etwa Rhino-, Entero-, Corona- oder einer der übrigen klassischen Erkältungsviren geworden ist, kann verschiedene Wege wählen, mit der Erkrankung umzugehen. In der Regel ganz schlecht ist es, in großzügigen Mengen Antibiotika zu konsumieren, auch wenn diese bundesweit noch immer zu leichtfertig verschrieben werden. Sinnvoller verhält sich, wer seinem Körper ausreichend Ruhe gönnt und dafür Sorge trägt, dass kein Mangel an Mineralstoffen und Vitaminen besteht. Die beste Methode indes, um sich nicht mit den Symptomen eines grippalen Infektes rumplagen zu müssen, ist die frühzeitige Ausbildung eines starken und stets abwehrbereiten Immunsystems.

Die Abhärtung gegen grippale Infekte gehört zu den klassischen Themen der Naturheilkunde. In unserem aktuellen Leitartikel beleuchten wir ein breites Spektrum naturheilkundlicher Maßnahmen zur Abhärtung und skizzieren eine zeitgemäße Definition des Ausdrucks. Der Fokus bei der Vorstellung der verschiedenen Möglichkeiten, die körperlichen Abwehrkräfte zu unterstützen, liegt dabei naturgemäß auf hydro- und therapeutischen Maßnahmen.

Man erinnere sich in diesem Zusammenhang auch an ein Zitat des berühmten Hydrotherapeuten Sebastian Anton Kneipp (1821 – 1897) aus seinem Werk *Meine Wasserkur*:

Woher stammt die Empfindsamkeit der jetzigen Generation, woher die auffallend schnelle Empfänglichkeit für alle möglichen Krankheiten, welche man, zum Theile wenigstens, früher nicht einmal dem Namen nach kannte? [...] Ich zögere nicht, zu sagen, diese großen Uebelstände rühren vorzüglich her von dem Mangel an Abhärtung. Die Verweichlichung der heutzutage lebenden Menschen hat einen hohen Grad erreicht.

Eine konsequente Abhärtung als prophylaktische Methode gegen grippale Infekte dürfte hilfreich sein, den Herbst erkältungsfrei zu überstehen und der eingangs erwähnten Statistik ein Schnippchen zu schlagen.

Apropos Statistik: Eine kürzlich veröffentlichte Übersichtsarbeit zum Verständnis von medizinisch relevanten Statistiken offenbarte, dass viele Menschen große Schwierigkeiten mit der Interpretation statistischer Angaben haben. Wissenschaftler des Max-Planck-Instituts hatten bundesweit Ärzten verschiedene Aufgaben mit statistischem Hintergrund gestellt. So etwa die Einschätzung eines Guajak-Testergebnisses zum Aufspüren von Blut im Stuhl als Hinweis auf Darmkrebs.

Der Test hat eine Sensitivität von 50 % und liefert bei 3 % falsch positive Ergebnisse; in Deutschland erkranken etwa 0,3 % der Bevölkerung an Darmkrebs. Die Probanden sollten nun einschätzen, wie hoch die Wahrscheinlichkeit für einen Patienten ist, tatsächlich an Darmkrebs zu leiden, wenn das Testergebnis positiv ausfällt.

Ergebnis: Die Mehrheit der Befragten gab eine Wahrscheinlichkeit von 50 % an. Die tatsächliche Wahrscheinlichkeit beträgt jedoch nur etwa 5 %. Hätten Sie es spontan gewusst? Die meisten Menschen – nicht nur Mediziner, auch etwa Redakteure – vertrauen ihrer Intuition meist mehr als ihren mathematischen Kenntnissen und lassen sich so zu Fehlschlüssen verleiten. Die Forscher des Max-Planck-Instituts forderten nun einen größeren Anteil von „Statistik und Stochastik“ in der Ausbildung von Mediziner*innen.*

Von der Statistik zurück zur Naturheilkunde, wünscht Ihnen ein angenehmes Leseerlebnis und eine stets solide Gesundheit,

Ihr

Maik Lehmkuhl
Chefredaktion

*Buchtip: Harms, Volker: Medizinische Statistik. 8., neu bearbeitete Auflage. Harms Verlag 2012

Inhalt

EDITORIAL 3

NEWS • FACTS • TRENDS 6

TITELTHEMA

Rainer Brenke

Prophylaxe gegen grippale Infekte –
Naturheilkundliche Strategien der Abhärtung 11

Johann Diederich Hahn-Godeffroy

Das Nasen-Nebenhöhlen-Organ und seine
neuraltherapeutischen Behandlungsmöglichkeiten 15

Falk Fischer

Heilpflanzen bei Atemwegserkrankungen 18

Lilian Schoefer

Immunregulierende Bakterien bei rezidivierender
Sinusitis und Bronchitis 22

NATURHEILVERFAHREN

Jürgen Schwarzl

Bärentraubenblätter: ein pflanzliches Urologikum
bei Harnwegsinfektionen 23

Martin Landenberger

Die Grundlagen der Entgiftung – Teil 2 28

Lilian Schoefer

Leberbelastung frühzeitig aufdecken 31

Susanne Krieger

Prävention im Alter –
Ein Konzept zur Erhaltung der Lebensqualität 32

KOMPLEMENTÄRE THERAPIE UND DIAGNOSTIK

Hartmut Heine

Strophantin in der Integrativen Kardiologie – Teil 4
Elektro-mechanische Transduktion von
Fibroblasten auf Myokardzellen 35

Jens Weinberg

L-Arginin gegen nitrosativen Stress 38

AKUPUNKTUR

DGfAN informiert 39

Reinhart Wagner

Grundlagen von Akupunktur und verwandten Verfahren –
Schmerz in der TCM – Teil 1 40

INNOVATIVE THERAPIE UND DIAGNOSTIK

Sabine Fischer

Diagnostik mit dem funktionellen
Eiweißprofil nach C.E.I.A. 42

Matthias Stohrer

Die Hochenergetische Impulstherapie: Eine tiefen-
wirksame Regulations- und Regenerationstherapie 44

Ute Lindenborn

Die ernährungsbedingte Fettleber 46

Jan-Christoph Wollmann

B-Vitamine verzögern die Demenz-Entwicklung 49

HEILPFLANZEN

Margret Rupprecht

Ringelblume (*Calendula officinalis*) 50

MEDIZINRECHT

Frank Breitzkreutz

Zwischen Skylla und Charybdis: Der Off-Label-Use
in der Komplementärmedizin – Teil 2 51

VERANSTALTUNGEN 53

PHARMANACHRICHTEN 54

IMPRESSUM 57

BUCHTIPP / VORSCHAU 58

MARKTPLATZ 59

Im Heftinnenteil

Forum Komplementäre Onkologie

Knut Briken, Setareh Briken

Rückblick auf den 2. Internationalen Kongress für
Komplementäre Onkologie in München

Karl-Heinz Rudat

Immunologische Prophylaxe und Nachbehandlung
bei HNO-Tumoren

Antitumorale Wirkstoffe in chinesischen Heilpflanzen

Die Gesellschaften informieren

Deutsche Gesellschaft für Hyperthermie e. V.

Forschungsförderungsgesellschaft für
Komplementärmedizin e. V.