

Inhalt

Vorwort	13
Ziele naturheilkundlicher Behandlung in der ärztlichen Praxis	15
Praxisrelevanz der Naturheilverfahren für Arzt und Patient	17
Gesundheit	19
Krankheit	20
Motivation zur Gesundheit	20
Naturheilverfahren als Ergänzung zur Schulmedizin und in Abgrenzung zu Außenseitermethoden	21
Allgemeine Indikationen für Naturheilverfahren	24
Zusatzbezeichnung „Naturheilverfahren“	27
Beratungsrezept	31
Grundsätzliche Vorstellungen zur Wirkungsweise der Naturheilverfahren	33
Biokybernetik	34
Aufbau eines Regelkreises	34
– Wirkungsweise	35
– Beispiele	36
Anwendung in der Praxis	42

Naturheilverfahren als Reiz-Reaktions-Prinzip	43
Reiztherapie	45
Reflexzonentherapie/Segmenttherapie	47
Körpereigene Abwehrkräfte/Paramunität/universelle Abhärtung	51
Vegetatives Nervensystem	55
Funktionen und Funktionsstörungen	55
Beeinflußbarkeit	59
Vegetative Gesamtschaltung	60
Humoralpathologie/Entschlackung und Entgiftung	63
Diagnostische Verfahren	67
Herdgeschehen	68
Herddiagnostik	69
Behandlung von Herdgeschehen	70
Regulationsthermographie nach Schwamm und Rost	71
Diagnostik nach F. X. Mayr	74
Spezielle Naturheilverfahren	75
Charakteristik	76
Kneipp-Therapie	78
Die 5 Kneippschen Wirkungsprinzipien	78
Grundlagen der Kneippschen Wasseranwendungen	81
Übungen zum Gesundheitsschutz, zur Gesunderhaltung/Krankheitsvorbeugung (Abhärtung) und Behandlung	85
– Trockenbürsten der Haut	86
– Luftbad	88
Waschungen	89
– Ganzwaschung	90
– Serienwaschung	92
Güsse	93
– Knieguß	95
– Schenkelguß	97
– Nackenguß	99
– Lumbalguß	100

Wickel/Packungen/Auflagen/Kompressen	101
– Wadenwickel	104
– Brustwickel	106
– Halswickel	107
– Heublumensack	108
– Herzkompresse	110
Dämpfe	111
– Kopfdampf	112
Bäder	114
– Armbad warm	118
– Armbad temperaturansteigend	119
– Fußbad warm	120
– Fußbad temperaturansteigend	121
– Sitzbad	123
– Vollbad	124
Diätetik und Ernährungstherapie	126
Nahrungsmittel und Säure-Basen-Haushalt	128
Ernährungsumstellung	130
– Vollwertkost	135
– Grunddiätsystem nach Anemueller	137
Intensivdiätetik	139
– Ambulantes Fasten nach Buchinger und Lützner	141
– Ballaststoffe	142
– Entlastungstage	143
– Formula-Diäten	146
– Heilfasten	147
– Kartoffeldiät nach Zimmermann	152
– „Krebsdiät“	153
– Molke-trinkkur	155
– Rohkost nach Bircher-Benner	157
– Saftfasten	160
– Schroth-Kur	161
– Vegetarische Kost	164
Sonderkostformen und Gesundheitsideologien	166
– Adventisten-Diät	166
– Ernährung nach Bruker	167
– Ernährung nach Kollath	168
– Ernährung nach F. X. Mayr	169
– Evers-Diät	173
– Hauser-Diät	174
– Kuhnsche Kur	175
– Laktovegetabile Kost nach Waerland	176
– MCT-Diät	179
– Schnitzer-Kost	180
– Vegan-Diät	181

Außenseiterdiäten und Mode-Reduktionskostformen	182
– Apfeldiät	184
– Atkins-Diät	184
– Bierdiät	185
– China-Diät	185
– Dolly-Parton-Diät	185
– Eierkur (Mayo-Diät)	186
– Haysche Trennkost	187
– Hollywood-Kur	188
– Hollywoodstar-Diät	188
– Italien-Diät	189
– Last-chance-Diät	189
– Makrobiotik	190
– Max-Planck-Diät	190
– Nulldiät	191
– Pritkin-Diät	192
– Proteinsubstituiertes modifiziertes Fasten	192
– Punktdiät	193
– Salatdiät	193
– Scarsdale-Diät	194
– Zitronensaftkur	194
Mineralstoffe	195
Spurenelemente	197
Mineral- und Heilwässer	198
Vitamine	200
Bewegungstherapie	202
Ausdauertraining	204
Ergotherapie	206
Heilmassage	207
– Bindegewebsmassage	207
– Klassische Handmassage	209
– Kolonmassage	211
– Lymphdrainage	212
– Periostmassage nach Vogler	214
– Reflexzonen-/Segmentmassage	215
– Sauglockenmassage	216
– Unterwasserdruckstrahlmassage	217
Heilsport	219
– Hippotherapie	219
Krankengymnastik	221
Leistungssteigerung durch Training	223
– Krafttraining	226
– Mentales Training	227
– Terrainkuren	229

Angewandte Phytotherapie	230
Einsatzbereiche der Phytotherapeutika	230
Die wichtigsten Arzneipflanzen und ihre Wirkstoffe	234
– Aloe	234
– Arnika (<i>Arnica montana</i>)	235
– Baldrian (<i>Valeriana officinalis</i>)	236
– Bärentraubenblätter (<i>Uvae ursi folium</i>)	237
– Faulbaumrinde (<i>Frangulae cortex</i>)	238
– Fichtennadelöl (<i>Piceae aetheroleum</i>)	239
– Ginkgo biloba	240
– Hamamelis (<i>Hamamelis virginiana</i> , Zaubernuß)	241
– Hopfenzapfen (<i>Lupuli strobulus</i>)	242
– Johanniskraut (<i>Hyperici herba</i>)	243
– Kamillenblüten (<i>Matricariae flos</i>)	244
– Knoblauch (<i>Allium sativum</i>)	245
– Leinsamen (<i>Lini semen</i>)	246
– Löwenzahn (<i>Taraxacum officinale</i>)	247
– Melisse (<i>Melissa officinale</i>)	248
– Minzöl (<i>Menthae arvensis aether oleum</i>)	249
– Mistel/Mistelkraut (<i>Visci albi herba</i>)	250
– Mönchspfeffer (<i>Agnus castus</i> , Keuschlamm)	251
– Pfefferminzblätter (<i>Menthae piperitae folium</i>)	252
– Roßkastanie (<i>Aesculus hippocastanum</i>)	253
– Salbei (<i>Salvia officinalis</i>)	254
– Schöllkraut (<i>Chelidonii herba</i>)	255
– Sennes (<i>Senna</i>)	256
– Spitzwegerichkraut (<i>Plantaginis lanceolatae herba</i>)	257
– Süßholzwurzel (<i>Liquiritiae radix</i>)	258
– Thymiankraut (<i>Thymi herbae</i>)	259
– Weißdorn (<i>Crataegus oxyacantha</i>)	260
Ambulante Infusionstherapie	262
Hydrotherapie	263
Balneotherapie	263
– Bäder mit Peloidzusätzen	264
– Hot Whirlpool (Heißwasser-Sprudelbad)	265
– Kohlensäurebad	266
– Luftperlbad/Luftsprudelbad	268
– Sauerstoffbad	269
– Solebad	270
– Stangerbad	271
– Subaquales Darmbad	272
Prießnitz-Therapie	273
Sauna	274
Thalassotherapie	277

Thermotherapie	278
– Kältetherapie (Kryotherapie)	278
– Kältetherapie mit dem Ziel reaktiver Wärmeerzeugung	282
– Wärmetherapie	283
Richtiges Duschen/Wechselduschen	285
Lebensordnungstherapie/Entspannungsmethoden	286
Autogenes Training	288
Chronohygiene/Biorhythmik	291
Meditation	295
Yoga	297
Funktionen und Effekte eines richtig gestalteten Urlaubs	299
Freizeitgestaltung und Gesundheit	301
Diaphoretische, diuretische, laxierende und emmenagoge Verfahren	302
Ausleitende Verfahren	307
– Aderlaß	308
– Blutegel	310
– Kantharidenpflaster	312
– Schwitzpackungen	314
– Schröpfen	315
– Symbioselenkung	317
Umstimmungsmethoden	319
– Eigenbluttherapie	320
– Fiebertherapie	322
– Steigerung körpereigener Abwehrkräfte durch pflanzliche Immuntherapeutika (Adaptogene)	325
– Überwärmung (Hyperthermie)	328
Elektrotherapie	331
Diadynamische Ströme	332
Diathermie	334
Gleichstromtherapie	336
Inhalationstherapie	338
Interferenzstromtherapie	339
Iontophorese	341
Laser-Reiztherapie	343
Magnetfeldtherapie	345
Reizstrom	346
TENS (transkutane elektrische Neurostimulation)	348
Ultraschall	350
Lichttherapie	353
Heliotherapie	354
Infrarottherapie	357
Photoimmunotherapie	358
Photoprotektion	359
Photoreaktivierung	361

Phototherapie	362
UV-Therapie	364
Klimatotherapie	365
Atemtherapie	366
Neuraitherapie nach Huneke	369
Biologische Krebsabwehr	371
Biologische Krebsabwehr durch Hyperthermie	373
Biologische Krebsabwehr durch Misteltherapie	374
Akupunktur	376
Chirotherapie/manuelle Medizin	379
Chelattherapie	382
Hämatogene Oxidationstherapie	383
Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie	387
Ozontherapie	389
Literatur	391
Anhang	395
Abrechnungsmöglichkeiten der Naturheilverfahren in der Praxis	396
Abrechnungsmöglichkeiten nach EBM/E-GO/GOÄ '88	397
Gebührenverzeichnis für krankengymnastische Einrichtungen	424
Gebührenverzeichnis für Masseure und medizinische Badebetriebe	428
Abrechnungsmöglichkeiten bei Badearztverträgen	433
Abrechnungsmöglichkeiten für Kurbetriebe	435
Abrechnung mit schriftlicher Honorarvereinbarung	436
Urteil des Bundessozialgerichtes zur Übernahme von Kosten für Naturheil- verfahren	437
Stellung der Naturheilverfahren im Praxis-Marketing	438
Finanzierungsmöglichkeiten von Kuren	440
Adressen	443
Sachregister	445