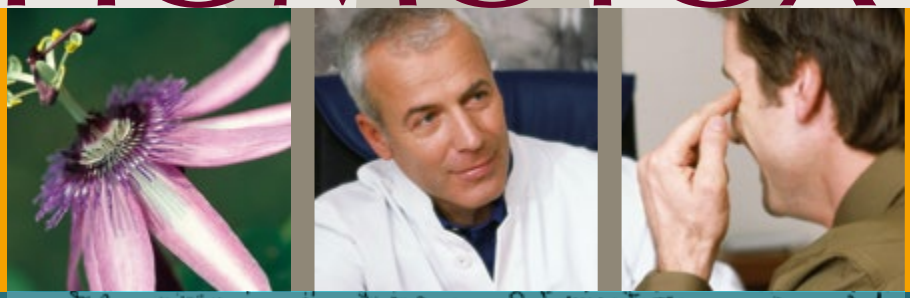
NATURHEILKUNDE FÜR DIE TÄGLICHE PRAXIS

HOMOTOX NEWS



02 2023

Österreichische Ärztegesellschaft
für Biologische Regulationsmedizin
und Homotoxikologie

Informationen zu Biologischer Regulationsmedizin und Homotoxikologie

DER GANZE MENSCH

Zeichnung: Der vitruvianische Mensch, Leonardo da Vinci, ca. 1490. Galleria dell' Accademia, Venedig

Die Traditionelle Medizin
DDr. Hannes Schoberwalter
Seite 5

Dunkelfeld-mikroskopie
Dr. Manfred Zauner
Seite 12

Entspannung in den Wechseljahren
Dr. Peter Ferdinand
Seite 20

HOMOTOXIKOLOGIE

Inhalt

Vorwort
3 Dr. Peter-Kurt Österreicher: Vorwort

Editorial
4 Haymo Sani: Editorial

Aktuelles Thema
5 MR DDR. Hannes Schoberwalter: Die Traditionelle Medizin und ihre Vorzüge im Überblick
12 Dr. Manfred Zauner: Ist Dunkelfeldmikroskopie noch eine zeitgemäße Methode in der Komplementärmedizin?
20 Dr. Peter Ferdinand: Entspannung in den Wechseljahren?

Für die Praxis
23 Dr. Homotox empfiehlt: Homöopathie und Phytotherapie im Klimakterium
25 Quiz Dunkelfeld-Vitalblutdiagnostik

Informationen
26 Seminartermine 2024
27 Mitgliederversammlung und Vorstandssitzung
27 Homotoxikologie Netzwerk
27 Autor*innen, Impressum
28 Kontaktdaten

Geschätzte Kolleginnen und Kollegen!

DR. PETER-KURT ÖSTERREICHER
Präsident

Österreichische Ärztegesellschaft für Biologische Regulationsmedizin und Homotoxikologie

Das vergangene Jahr brachte viele Neuerungen im Umgang mit der Naturheilkunde und Komplementärmedizin

Weltweit gibt es Bestrebungen die Naturheilkunde zu unterstützen! In Österreich sehe ich diesen Trend leider noch nicht! Die komplementärmedizinischen Methoden stehen weiter eher unter Beschuss und in den meisten Fällen durch Personen, die sich noch nie wirklich mit diesen Methoden eingehend beschäftigt haben! Der Patientenwille wird dabei weitgehend ignoriert!

Traditionelle Heilkunde ist Erfahrungsheilkunde. Wie wichtig die traditionelle Heilkunde ist, zeigt die WHO durch den von ihr ins Leben gerufenen Traditional Medicine Global Summit. Das ist ein kräftiger Hoffnungsschimmer für die komplementären Heilweisen am Horizont. Unser sehr geschätztes Vorstandsmitglied MR DDr. Schoberwalter bringt in dieser Ausgabe einen großartigen Überblick.

Dr. Zauner, ein langjähriger Mitstreiter in Sachen Homotoxikologie und Naturheilkunde, bringt uns die immer noch unterschätze Kunst der Dunkelfeldmikroskopie nahe. Ich selbst habe mich mit der Dunkelfeldmikroskopie in meiner ärztlichen Vergangenheit noch nicht beschäftigt, habe aber nach diesem Artikel Lust auf mehr!

Für die Fleißigen gibt es auch ein Quiz! Und wir verlosen am 22. Juni 2024 in Stockerau einen Überraschungspreis!

Kollege Dr. Ferdinand zeigt, wie Stress besonders in den Wechseljahren – nicht nur bei der Frau – einen wesentlichen Anteil an Gesundheit oder Krankheit hat. Homöopathie und Homotoxikologie bieten vielfältige Hilfe. Wichtig auch der sogenannte Life-Style mit Ernährung, Bewegung, Entspannung etc. Er ergänzt, wie wichtig auch die orthomolekulare Therapie ist.

Die Homöopathie und die Phytotherapie haben einen reichen Schatz an Arzneimittel für das Klimakterium. Herr Sani gibt einen komprimierten Überblick!

Ich freue mich auf ein arbeitsreiches und erkenntnisreiches 2024.

Möge die Übung gelingen!

Euer Dr. Österreicher

Sehr geehrte Homotoxikologie-Interessierte, liebe Mitglieder

Endlich wieder ein „ordentliches“ Heft, ein herzliches Dankeschön hier gleich an die engagierten Autoren.

Österreichische Ärztegesellschaft für Biologische Regulationsmedizin und Homotoxikologie

HAYMO SANI
Fortbildungsreferent
Österreichische Ärztegesellschaft für Biologische Regulationsmedizin und Homotoxikologie

Aber der Titel: **DER GANZE MENSCH?**

ZUERST EIN RÜCKBLICK:

Wir haben ein erfolgreiches Jahr hinter uns: 11 Seminare mit Inhalten von den „notwendigen“ theoretischen Grundlagen, immer verbunden mit Anwendungen für die Praxis, bis hin zu Spezialseminaren mit aktuellen Inhalten. Im Rahmen dieser Seminare konnten wir auch neue Mitglieder gewinnen, **junge Ärzte braucht unsere Gesellschaft!**

Es macht mir eine große Freude, wenn ich höre: Ich bin angekommen, ich habe endlich einen zu mir passenden Therapieansatz kennengelernt. Das bestärkt mich immer darin, weiter meinen Beitrag zur Verbreitung der ganzheitlichen Medizin zu leisten.

JETZT WIEDER DEN BLICK NACH VORNE!

2024 ist für die Gesellschaft ein besonderes Datum: 30 Jahre Homotoxikologie!

Eines stand von Anfang an immer im Mittelpunkt unserer ärztlichen Philosophie: **DER GANZE MENSCH.** Es hat sich in diesen 30 Jahren viel getan, neue Therapierichtungen kamen hinzu, viele alte und lange bewährte wurden durch neueste Forschungen bestätigt. Bei offenen und zugleich kritischen Menschen ist dieses Denken schon angekommen, in der hohen wissenschaftlichen Medizin noch nicht. Obwohl, neue andere Ideen durchlaufen drei Stufen 1.) man wird belächelt 2.) man wird bekämpft 3.) man wird anerkannt (Arthur Schopenhauer). Derzeit befinden wir uns in Stufe 2, schon im Schritt zu 3, ich bin halt ein Optimist.

Alle die schon Seminare bei uns besucht haben wissen, in der Homotoxikologie wird immer der gesamte Mensch gesehen, und nicht nur ein Symptom. Natürlich behandeln wir auch Symptome, vor allem bei akuten Erkrankungen, immer aber mit der Frage im Hinterkopf: was ist das für ein Mensch, warum reagiert er mit diesen Symptomen (Prim. Dorcsi). Die meisten Patienten kommen zum Ganzheitsmediziner wegen eines chronischen Geschehens. Hier versagt die klinische Medizin sehr oft, bzw. hat bei Langzeit- oder Dauertherapien starke Nebenwirkungen. Die vielfältigen Therapiemöglichkeiten der Ganzheitsmedizin bieten hier wirkungsvolle und zugleich nebenwirkungsarme Alternativen, auch in Kombination mit normaler Medikation.

Für 2024 habe ich zu dieser Thematik wieder ein Seminarprogramm zusammengestellt, welches die verschiedenen Richtungen, mit der Homotoxikologie als zentrale Schnittstelle, zu individuellen, für den jeweiligen Patienten passenden, Therapien verbindet.

Das Seminarprogramm haben unsere Mitglieder bereits per Post erhalten, mit einem Erlagschein für den Mitgliedsbeitrag 2024, bitte Einzahlen nicht vergessen ;-).

Um den hohen Standard bei unseren Seminaren weiterhin aufrechterhalten zu können brauchen wir neben dem großzügigen Sponsoring der Firma Schwabe Austria (Vielen Dank dafür) auch Ihre Unterstützung.

Sie finden eine Übersicht aller Seminare in diesem Heft und natürlich alle Informationen auch auf unserer Homepage, www.homotox.at

Ich wünsche Ihnen ein erfolgreiches und erfreuliches Jahr 2024, unter dem Motto: Es kann immer auch leicht gehen. Ich wünsche mir ein Wiedersehen mit den bekannten und ein Kennenlernen vieler neuer Gesichter.

Die Traditionelle Medizin und ihre Vorzüge im Überblick

MR DDR. HANNES SCHOBERWALTER
Praktischer Arzt

Präsident von EULEAD (European Club for Excellence in Leadership and Management
Leiter des Referats für Internationale Traditionelle Medizin und Prävention der Ärztekammer für Wien
Vizepräsident des Stift Geras Kompetenzzentrums für Traditionelle Medizin und Salutogenese
Vizepräsident der Slowakisch Medizinischen Gesellschaft für Bioregenerative Medizin
Mitglied der Royal Society of Medicine London
Unternehmensberater mit Schwerpunkt Unternehmensstrategie, Personalmanagement und Organisationsentwicklung

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat in diesem Jahr den Traditional Medicine Global Summit ins Leben gerufen, der sich als logische Konsequenz einer Fortsetzung des Strategiepapiers der WHO zur Traditionellen Medizin versteht.

Die WHO-Strategie für traditionelle Medizin 2014-2023 wurde als Reaktion auf die Resolution der Weltgesundheitsversammlung zur traditionellen Medizin (WHA62.13) entwickelt und eingeführt. Gefordert wird deshalb, eine qualifizierte Komplementärmedizin stärker in das Gesundheitswesen der Länder einzubetten. Denn davon verspricht sich die WHO deutliche Verbesserung für die Menschen in den jeweiligen Gesundheitssystemen. Das bekräftigte schon Dr. Margaret Chan, bis 2017 Generaldirektorin der WHO: „Die beiden Systeme von traditioneller und westlicher Medizin sollten sich nicht bekämpfen. Im Bereich der medizinischen Grundversorgung können sie sich zum Vorteil beider ergänzen, indem die besten Aspekte beider Systeme eingesetzt werden und bestimmte Defizite jeweils ausgeglichen werden."

Die Strategie zielt darauf ab, die Mitgliedstaaten bei der Entwicklung proaktiver Strategien und der Umsetzung von Aktionsplänen zu unterstützen, die die Rolle der Traditionellen Medizin bei der Gesunderhaltung der Bevölkerung stärken sollen. Die aktualisierte Strategie für den Zeitraum 2014–2023 stellte sich den Herausforderungen, reagierte auf die von den Mitgliedstaaten ermittelten Bedürfnisse und baute auf der Arbeit im Rahmen der WHO-Strategie für traditionelle Medizin (2002–2005) auf. Sie widmete sich stärker als ihre Vorgängerin der Priorisierung von Gesundheitsdiensten und -systemen, einschließlich traditioneller und komplementärmedizinischer Produkte, Praktiken und Praktiker. Der Traditional Medicine Global Summit fand am 17. und 18. August in Gandhinagar, Gujarat, Indien in Anerkennung der wachsenden Bedeutung traditioneller, komplementärer und integrativer Medizinansätze statt, die in vielen Teilen der Welt eine lange Geschichte haben und von Millionen Menschen genutzt werden. Der Gipfel ist Reaktion auf die steigende Nachfrage nach evidenzbasierten Ansätzen zur Integration traditioneller Heilmethoden in die moderne Gesundheitsversorgung.

Der Gipfel zog eine breite Palette von Teilnehmern an, darunter Gesundheitsexperten, Regierungsvertreter, Wissenschaftler, Praktiker traditioneller Medizin und Interessengruppen aus der ganzen Welt.

Der Gipfel führte zu einer Erklärung, in der die Teilnehmer sich dazu verpflichteten, die Integration traditioneller Medizin in die Gesundheitssysteme zu fördern und die Forschung auf diesem Gebiet zu unterstützen. Es wurden konkrete Maßnahmen zur Verbesserung der Sicherheit, Qualität und Wirksamkeit traditioneller Medizinprodukte vereinbart. Darüber hinaus wurden Mittel für den Wissensaustausch zwischen verschiedenen Kulturen und die Bewahrung traditioneller Heilpraktiken bereitgestellt.

Die Traditionelle Medizin versteht sich als historisch gewachsenes und wissenschaftlich begleitetes Spezialgebiet der Medizin und umfasst eine breite Palette von Heilmethoden, die seit Jahrtausenden von verschiedenen Kulturen auf der ganzen Welt praktiziert werden. Sie ist ein ganzheitlicher Ansatz zur Heilung und Gesundheitsförderung im Sinne der Salutogenese (= Entwicklung und Erhalt der Gesundheit), der auf jahrhundertealten Erfahrungen und Praktiken basiert. Sie umfasst eine Vielzahl von Systemen und Behandlungsmethoden, die in verschiedenen Kulturen und Regionen der Welt angewendet werden.

Eine der Hauptvorteile der Traditionellen Medizin ist, dass sie auf natürlichen Heilpflanzen und Kräutern basiert. Viele dieser Pflanzen haben nachweislich heilende Eigenschaften und werden seit Jahrhunderten erfolgreich zur Behandlung verschiedener Krankheiten eingesetzt. Im Gegensatz zu synthetischen Medikamenten haben natürliche Pflanzenheilmittel in der Regel weniger Nebenwirkungen und sind weniger giftig für den Körper. Darüber hinaus sind diese Heilpflanzen oft günstiger und leichter zugänglich, ins-

besondere in ländlichen Gebieten, in denen der Zugang zu modernen medizinischen Einrichtungen begrenzt sein kann.
Ein weiterer Vorteil der Traditionellen Medizin ist der ganzheitliche Ansatz zur Gesundheit. Statt nur die Symptome einer Krankheit zu behandeln, konzentriert sich die Traditionelle Medizin darauf, die zugrunde liegenden Ursachen zu erkennen und den Körper in einen Zustand des Gleichgewichts und der Harmonie zu bringen. Dies geschieht durch verschiedene Methoden wie Akupunktur, Ayurveda oder Traditionelle Chinesische Medizin. Durch diese ganzheitliche Betrachtungsweise wird der ganze Körper und nicht nur ein einzelnes Organ behandelt, was zu langfristiger Gesundheit und Wohlbefinden führt.

Ein weiterer Vorteil der Traditionellen Medizin ist die individuelle Betreuung und die persönliche Beziehung zwischen Arzt und Patient. Im Gegensatz zu modernen Krankenhäusern, in denen die Ärzte oft in Eile sind und wenig Zeit haben, können traditionelle Ärzte sich mehr Zeit nehmen, um den Patienten zu untersuchen und eine umfassende Anamnese durchzuführen. Dies ermöglicht es dem Arzt, die spezifischen Bedürfnisse des Patienten besser zu verstehen und individuelle Behandlungspläne zu entwickeln. Durch diese persönliche Betreuung fühlen sich die Patienten oft besser verstanden und unterstützt, was zu einer positiven therapeutischen Erfahrung führt.

Ein weiterer Vorzug der Traditionellen Medizin ist die Betonung der Prävention und des gesunden Lebensstils. Statt auf die Behandlung von Krankheiten zu fokussieren, versucht die Traditionelle Medizin, Krankheiten im Vorfeld zu verhindern, indem sie den Menschen beibringt, einen gesunden Lebensstil zu führen. Dies umfasst eine ausgewogene Ernährung, regelmäßige körperliche Bewegung, Stressmanagement und die Vermeidung von schädlichen Gewohnheiten wie Rauchen oder übermäßigem Alkoholkonsum. Durch diese Präventionsmaßnahmen wird die Wahrscheinlichkeit von Krankheiten reduziert und die allgemeine Gesundheit und das Wohlbefinden gefördert.

Es gibt zahlreiche bedeutende Persönlichkeiten, die zur Entwicklung und Weitergabe der traditionellen Medizin beigetragen haben. Hier sind einige der wichtigsten:

1. Hippokrates: Hippokrates von Kos war ein antiker griechischer Arzt, der als Vater der Medizin gilt. Er entwickelte die Theorie der Humoralpathologie, die besagt, dass der Körper von vier Körpersäften abhängig ist – Blut, Schleim, gelbe und schwarze Galle – und dass Krankheiten durch ein Ungleichgewicht dieser Säfte entstehen. Sein Ansatz betonte auch die Bedeutung eines ganzheitlichen Behandlungsansatzes, bei dem die Umwelt und der Lebensstil des Patienten berücksichtigt werden.
2. Avicenna: Avicenna, auch bekannt als Ibn Sina, war ein persischer Gelehrter des 10. und 11. Jahrhunderts, der eines der einflussreichsten medizinischen Werke der Geschichte verfasste, das „Kanon der Medizin“. In diesem Werk kombinierte er sein Wissen über arabische Medizin mit dem antiken Wissen von Hippokrates und anderen griechischen Ärzten. Er gilt als einer der ersten, der den wissenschaftlichen Ansatz in der Medizin förderte und die Bedeutung der Beobachtung und des Experimentierens betonte.
3. Li Shizhen: Li Shizhen war ein chinesischer Arzt und Apotheker, der im 16. Jahrhundert lebte. Er ist bekannt für sein Werk „Shen Nong Ben Cao Jing“ oder „Compendium der Materia Medica“, das eine umfassende Zusammenstellung von chinesischen Heilkräutern und ihren medizinischen Eigenschaften ist. Dieses Werk gilt als eines der wichtigsten Bücher über chinesische Kräutermedizin und ist bis heute eine wichtige Quelle für die traditionelle chinesische Medizin.
4. Hildegard von Bingen: Hildegard von Bingen gilt als erste Vertreterin der deutschen Mystik des Mittelalters. Ihre Werke befassen sich unter anderem mit Religion, Medizin, Musik, Ethik und Kosmologie. Sie war auch Beraterin vieler Persönlichkeiten. Von ihr ist ein umfangreicher Briefwechsel erhalten geblieben, der auch deutliche Ermahnungen gegenüber hochgestellten Zeitgenossen enthält, sowie Berichte über weite Seelsorgereisen und ihre öffentliche Predigertätigkeit. Hildegard hat zwischen 1150 und 1160 zwei natur- und heilkundliche Werke verfasst und gilt als „Deutschlands erste schriftstellernde Ärztin“. Die Leistung Hildegards liegt unter anderem darin, dass sie das damalige Wissen über Krankheiten und Pflanzen aus der griechisch-lateinischen Tradition mit dem der Volksmedizin zusammenbrachte und (wie schon zuvor ein Innsbrucker Kräuterbuch) die deutschen Pflanzennamen nutzte. Sie entwickelte vor allem aber eigene Ansichten über die Entstehung von Krankheiten, Körperlichkeit und Sexualität.
5. Maria Treben: Maria Treben war eine österreichische Kräuterexpertin und Autorin des Buches „Gesundheit aus der Apotheke Gottes“. Ihr Buch wurde zu einem Bestseller und machte sie zu einer bekannten Persönlichkeit in der Welt der Kräutermedizin. Treben hat ihr Wissen über Kräuter und deren Anwendungsmöglichkeiten in der Volksheilkunde zusammengetragen und in ihrem Buch veröffentlicht. Sie hat maßgeblich dazu beigetragen, die Bedeutung der Pflanzenheilkunde in der traditionellen Medizin zu fördern.

Diese Persönlichkeiten haben durch ihre Arbeit und ihr Engagement zur Entwicklung und Verbreitung der traditionellen Medizin beigetragen. Ihre Beiträge haben einen großen Einfluss auf das Verständnis und die Anwendung alternativer Heilmethoden in verschiedenen Kulturen gehabt. Heutzutage wird die traditionelle Medizin oft als wertvolle Ergänzung zur modernen Medizin angesehen und viele ihrer Prinzipien und Heilverfahren werden weiterhin angewendet.

Betrachtet man die Geschichte der Traditionellen Medizin, so ist sie untrennbar mit der Klostermedizin verbunden.

Die Klostermedizin ist eine Form der Medizin, die weltweit in Klöstern praktiziert wurde. In Folge wird schwerpunktmäßig auf Europa und China eingegangen, um exemplarisch den Nutzen und die Hintergründe der Klostermedizin zu beleuchten.

In Europa war die Klostermedizin insbesondere im Mittelalter verbreitet und basierte auf einem ganzheitlichen Ansatz zur Gesundheit und dem Wohlergehen des Menschen.

Die europäische Klostermedizin hatte ihre Wurzeln in der antiken Medizin, insbesondere in der griechischen Medizin von Hippokrates und Galen. Diese medizinischen Traditionen wurden von den Mönchen studiert und weiterentwickelt,

um den Bedürfnissen der Menschen gerecht zu werden.

Ein wichtiger Pfeiler der Klostermedizin war die Kräuterheilkunde. Die Mönche sammelten und kultivierten eine Vielzahl von Heilkräutern, die sie für die Herstellung von Tinkturen, Salben und Tees verwendeten. Die Kräuter wurden für eine Vielzahl von Beschwerden eingesetzt, angefangen von Magen-Darm-Beschwerden über Kopfschmerzen bis hin zu Hautproblemen. Die Mönche waren sehr darum bemüht, das Wissen über die Heilkräuter zu sammeln und weiterzugeben, und sie verfügten über umfangreiche Kräutergärten, in denen sie ihre Heilpflanzen anbauten.

Ein weiteres Element der Klostermedizin Europa´s war die Ernährung. Die Mönche legten großen Wert auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung, die einen positiven Einfluss auf die Gesundheit hatte. Sie bauten ihr eigenes Gemüse an und hielten Tiere für den Fleischkonsum. Die Mönche achteten besonders darauf, genügend Vitamine und Mineralstoffe in ihre Mahlzeiten einzubauen. Darüber hinaus legten sie Wert auf regelmäßige Mahlzeiten und eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr.

Auch die Hygiene spielte in der europäischen Klostermedizin eine wichtige Rolle. Die Mönche legten großen Wert auf Sauberkeit und Hygiene, sowohl bei sich selbst als auch in den Klöstern. Sie benutzten regelmäßig Kräuteressenzen und ätherische Öle, um Krankheiten vorzubeugen und Infektionen zu bekämpfen. Sie waren der Ansicht, dass eine starke Hygiene dazu beiträgt, Krankheiten zu verhindern und die Gesundheit zu erhalten.

Die Klostermedizin befasste sich auch in Europa jedoch nicht nur mit der Behandlung von Krankheiten, sondern auch mit der Vorbeugung von Krankheiten und der Förderung des allgemeinen Wohlbefindens. Die Mönche betonten die Bedeutung von Bewegung und körperlicher Aktivität für eine gute Gesundheit. Sie praktizierten regelmäßig sportliche Aktivitäten wie Wandern und Gartenarbeit, um ihren Körper fit zu halten.

Die europäische Klostermedizin hatte einen deutlichen Einfluss auf die Entwicklung der Medizin im Mittelalter. Das Wissen und die Praktiken der Mönche wurden von Generation zu Generation weitergegeben und bildeten die Grundlage für viele später entwickelte medizinische Konzepte.

Insgesamt kann man sagen, dass die Klostermedizin in Europa eine wichtige Rolle bei der Erhaltung der Gesundheit und des Wohlbefindens im Mittelalter gespielt hat. Die Mönche legten großen Wert auf natürliche Heilmittel und eine gesunde Lebensweise, die bis heute von Bedeutung sind. Sie waren Vorreiter in der Kräuterheilkunde, in der Ernährung und in der Hygiene. Ihre medizinischen Praktiken haben die Entwicklung der Medizin nachhaltig beeinflusst und sind bis heute relevant.

Die chinesische Klostermedizin ist eine beeindruckende Form der traditionellen Heilkunst, die ihren Ursprung in den buddhistischen Klöstern Chinas hat. Diese medizinische Praxis kombiniert die Lehren der traditionellen chinesischen Medizin mit den spirituellen Überzeugungen des Buddhismus und bietet somit eine ganzheitliche Herangehensweise an die Gesundheit und das Wohlbefinden.

Die chinesische Klostermedizin basiert auf dem Prinzip des Qi, einer Lebensenergie, die im Körper zirkuliert und für Gesundheit und Harmonie verantwortlich ist. Die Therapeuten erklären die Wirkungsweise ihrer Behandlungen damit, dass Krankheit entsteht, wenn das Qi blockiert oder unausgeglichen ist, und dass die Wiederherstellung des Qi im Körper zu Gesundheit und Heilung führt.

Eine wichtige Komponente der chinesischen Klostermedizin ist ebenfalls die Kräutermedizin. Diese beinhaltet die Verwendung von verschiedenen Pflanzen- und Tierextrakten, die bestimmte Eigenschaften haben und das Qi im Körper ausgleichen können. Die Kräuter werden oft in spezifischen Kombinationen verwendet, um optimale Ergebnisse zu erzielen. Die Praktizierenden der chinesischen Klostermedizin haben ein umfangreiches Wissen über die verschiedenen Kräuter und ihre Wirkungen, das über viele Generationen weitergegeben wurde.

Neben der Kräutermedizin spielen auch bestimmte Techniken zur Manipulation des Qi eine wichtige Rolle in der chinesischen Klostermedizin. Akupunktur und Akupressur sind zwei der bekanntesten Techniken, bei denen Nadeln oder Druckpunkte auf dem Körper stimuliert werden, um das Qi wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Diese Techniken werden oft zur Linderung von Schmerzen, zur Entspannung oder zur Förderung allgemeiner Gesundheit eingesetzt.

Eine weitere interessante Komponente der chinesischen Klostermedizin ist die Ernährungstherapie. Die Therapeuten sind davon überzeugt, dass eine ausgewogene Ernährung entscheidend für die Aufrechterhaltung eines gesunden Qi-Flusses ist. Bestimmte Lebensmittel werden als Qi-stärkend oder Qi-senkend betrachtet und können entsprechend in die Ernährung integriert werden, um das Gleichgewicht wiederherzustellen.

Die chinesische Klostermedizin hat in den letzten Jahren in der westlichen Welt an Popularität gewonnen, da immer mehr Menschen nach ergänzenden und wirksamen Heilmethoden suchen, die Körper, Geist und Seele ansprechen. Die ganzheitliche Herangehensweise und der Respekt vor der Natur und dem eigenen Körper, die in der chinesischen Klostermedizin zum Ausdruck kommen, haben viele Menschen überzeugt.

Die chinesische Klostermedizin bietet eine erweiternde Sichtweise auf die Gesundheit und das Wohlbefinden und versteht sich als eine wirksame Ergänzung zur modernen Schulmedizin.

Die wesentlichen Themen der Internationalen Traditionellen Medizin lassen sich exemplarisch in folgende Kategorien unterteilen:

1. Kräutermedizin:

Die Verwendung von Pflanzen und ihren Bestandteilen zur Behandlung von Krankheiten ist eine der ältesten und bekanntesten Methoden der Traditionellen Medizin. Kräuter werden aufgrund ihrer heilenden Eigenschaften ausgewählt und können in Form von Tees, Tinkturen oder Salben verwendet werden.

2. Reflexzonentherapie:

Den Ursprung findet sich in der fernöstlichen Tradition. Der amerikanische Arzt und Pionier William Fitzgerald (1872-1942) hatte als Erster die Reflexzonen in seine Beobachtungen

miteinbezogen und systematisiert. Er teilte den Körper in zehn senkrechte Zonen ein, welche der Grundstein für die heutige Reflexzonentherapie wurde. Später wurden die Längszonen in 3 Querzonen eingeteilt. Ausserdem sind auf dem Fuß sogenannte Reflexzonen definiert worden, welche alle inneren Organe, Drüsen, den Bewegungsapparat und die meisten Muskeln enthalten.

3. Regulationsmedizin:

In der Regulationsmedizin versucht man regulierend in Abläufe des Körpers einzugreifen. Das bedeutet, dass man sich in der Diagnostik auf die Suche nach tief liegenden Ursachen der Erkrankung macht. In der regulativen Medizin werden chronische Störfaktoren genauer beleuchtet. Sie werden behoben, um dem Körper die Möglichkeit zu geben sich wieder selbst regulieren zu können.

In der Regulationsmedizin wird das Gleichgewicht im Organismus geistig, seelisch und körperlich wieder hergestellt.

Regulative Therapien sind ein effektiver Ansatz, um Belastungsfkaktoren zu reduzieren. Das verbessert die Gesundheit und kann helfen Krankheiten zu vermeiden.

Die Regulationsmedizin ist eine wertvolle Begleittherapie. Sie ist keine Alternative zur klassischen Medizin, sondern eine sinnvolle Ergänzung. Exemplarisch seien wie folgt erwähnt:

- Akupunktur
- Neuraltherapie
- Orthomolekulare Medizin
- Manuelle Medizin

1. **Akupunktur:** Diese Methode stammt aus der Traditionellen Chinesischen Medizin und besteht aus der gezielten Platzierung von dünnen Nadeln an spezifischen Punkten auf dem Körper. Die Akupunktur soll den Energiefluss im Körper ausgleichen und somit zur Behandlung von Krankheiten beitragen.

2. **Neuraltherapie:** Die Neuraltherapie wurde von den Brüdern und Ärzten Ferdinand und Walter Huneke im 20. Jahrhundert entwickelt und zählt zu den sogenannten Regulationstherapien. Diese lösen Funktionsstörungen des gesamten Organismus, aktivieren oder dämpfen das Nervensystem und aktivieren somit die Selbstheilungskräfte des Körpers. Sie ist ein relativ junges Verfahren der Komplementärmedizin und steht im engen Zusammenhang mit dem System der Akupunkturpunkte. Grundsätzlich unterteilt sich die Neuraltherapie in die Segmenttherapie und die Störfeldtherapie. Mit Hilfe der Injektion eines örtlichen Betäubungsmittels wie Lidocain werden akute und vor allem chronische Erkrankungen behandelt.

3. **Orthomolekulare Medizin:** Die orthomolekulare Medizin richtet ihr Augenmerk sowohl auf die Behandlung von Krankheiten, als auch auf die Erhaltung der Gesundheit mit der individuell passenden Dosis der einzelnen Nährstoffe. Sie hat damit auch eine präventive Ausrichtung und erklärt sich auf der Basis biochemischer und physiologischer Grundlagen und den damit in Verbindung stehenden Ablaufprozesse im menschlichen Organismus - zellulär, zwischenzellulär und systemisch. Eine Grundannahme besteht darin, dass Menschen die täglich benötigten Vitalstoffe meist nicht ausreichend aufnehmen. Zudem kann der Bedarf bei bestimmten Erkrankungen so erhöht sein, dass er auch nicht mit einer gesunden Ernährung zu decken ist.

4. **Manuelle Therapien:** Durch gezielte Berührungen und Manipulationen des Körpers werden Verspannungen gelöst, die Durchblutung gefördert und der Energiefluss verbessert. Massage und manuelle Therapien haben eine lange Tradition in vielen Kulturen und werden zur Schmerzlinderung, Stressreduktion und Rehabilitation eingesetzt.

4. Ernährung und Diätetik:

Die Traditionelle Medizin betont die Rolle der Ernährung als zentrales Element zur Erhaltung der Gesundheit. Die richtige Auswahl und Zubereitung von Lebensmitteln kann nach traditionellem Verständnis Krankheiten verhindern und das Wohlbefinden steigern.

5. Geistige und emotionale Gesundheit:

Die Traditionelle Medizin behandelt den Körper nicht isoliert, sondern sieht ihn in einer untrennbaren Verbindung zum Geist und den Emotionen. Krankheiten werden als Ungleichgewicht auf verschiedenen Ebenen betrachtet, und daher werden auch Techniken wie Meditation und Gebet, Atemübungen und Entspannungstechniken eingesetzt.

6. Diagnoseverfahren:

Die Traditionelle Medizin bedient sich häufig spezifischer Diagnoseverfahren, um den Zustand des Körpers zu bewerten. Dazu gehören zum Beispiel die Pulsdiagnose in der Traditionellen Chinesischen Medizin oder die Zungen- und Pulsdiagnose in der Ayurveda-Medizin.

Diese wesentlichen Themen der Traditionellen Medizin haben ihre jeweils eigenen theoretischen Grundlagen, Behandlungsansätze und Praktiken. Sie basieren auf dem Verständnis, dass Gesundheit ein Zustand des Gleichgewichts ist und dass Krankheiten oft auf ein Ungleichgewicht oder eine Blockade im Körper zurückzuführen sind. Die Traditionelle Medizin sieht den Menschen somit als eine Einheit von Seele, Geist und Körper und strebt danach, das natürliche Gleichgewicht wiederherzustellen, um die Gesundheit zu erhalten oder wiederherzustellen.

Es ist historisch belegt, dass die Traditionelle Medizin eine lange und vielfältige Geschichte hat, die bis in die Anfänge der Menschheit zurückreicht.

In den frühesten menschlichen Gesellschaften spielte die Natur eine entscheidende Rolle in der Heilung von Krankheiten. Menschen beobachteten die Natur und nutzten Pflanzen, Mineralien und Tierprodukte, um ihre Leiden zu lindern. Dieser frühe Ansatz der Traditionellen Medizin lässt sich in verschiedenen alten Kulturen wie der ägyptischen, indischen, chinesischen und griechischen Kultur finden.

In der **ägyptischen Kultur** hatten Priester und Ärzte eine wichtige Rolle bei der Behandlung von Krankheiten. Sie verwendeten Kräuter, Magie und rituelle Praktiken, um Krankheiten zu heilen. Der berühmte Papyrus Ebers, ein altes ägypti-

sches medizinisches Schriftstück, enthält Informationen über mehr als 800 pflanzliche Heilmittel.

Auch in der **Indischen Traditionellen Medizin**, bekannt als Ayurveda, wurde ein umfangreiches Wissen über die heilenden Eigenschaften von Pflanzen, Kräutern und Mineralien entwickelt. Ayurveda legt großen Wert auf die Balance von Körper, Geist und Seele und verwendet verschiedene Techniken wie Massagen, Ernährung und Yoga, um den Körper zu heilen.

In China entwickelte sich die **Traditionelle Chinesische Medizin**, die auf der Vorstellung von Yin und Yang sowie den fünf Elementen basiert. Diese medizinische Tradition hat sich über Tausende von Jahren entwickelt und beinhaltet Akupunktur, Kräutermedizin, Massage und Tai Chi als wichtige Heilmethoden.

Die **griechische Medizin**, die hauptsächlich von Ärzten wie Hippokrates und Galenos beeinflusst wurde, legte den Grundstein für die Entwicklung der europäischen Medizin. Der Hippokratische Eid, der ethische Grundsätze für Ärzte festlegte, ist bis heute von Bedeutung. Die griechische Medizin basierte auf der Idee, dass der Körper eine Balance von Elementen wie Blut, Schleim, gelber und schwarzer Galle haben sollte. Um diese Balance wiederherzustellen, wurden verschiedene Methoden wie Diät, Kräutermedizin und Bäder verwendet.

Im Laufe der Jahrhunderte wurde die Traditionelle Medizin weiterentwickelt und verfeinert. Wissen wurde über Generationen hinweg von Mund zu Mund weitergegeben und in alten Schriften niedergelegt. Die europäische Medizin erlebte im Mittelalter einen Aufschwung, als arabische Bücher und das Wissen aus dem antiken Griechenland übersetzt wurden. Im 19. Jahrhundert wurden westliche Medizin und Pharmazie weiterentwickelt und über die ganze Welt verbreitet.

In vielen Teilen der Welt, insbesondere in ländlichen Regionen und Entwicklungsländern, wird die Traditionelle Medizin bis heute als wichtige Form der Gesundheitsversorgung, der Prävention und Heilung angesehen. Sie bietet eine kostengünstige und oft leicht zugängliche Ergänzung zur modernen westlichen Medizin.

Obwohl moderne wissenschaftliche Errungenschaften und Technologien die moderne Medizin vorantreiben, bleibt die Traditionelle Medizin ein wertvolles Erbe vergangener Zeiten, dessen bewährtes Wissen zu bewahren und weiterzuentwickeln im Sinne der Nachhaltigkeit Bestandteil einer zukunftsorientierten Gesundheitsversorgung darstellt. Sie trägt zur ganzheitlichen Betrachtung des Menschen bei und ist ein wichtiger Bestandteil der kulturellen Identität vieler Völker.

Traditionelle Europäische Medizin (TEM) oder auch bekannt als Kräutermedizin, ist eine medizinische Praxis, die seit Tausenden von Jahren in Europa verfolgt wurde. Diese Heilungsmethode basiert auf der Nutzung von Pflanzen, um verschiedene Krankheiten und Gesundheitsprobleme zu behandeln. In diesem Aufsatz werde ich die Grundlagen der traditionellen europäischen Medizin erläutern und einige ihrer wichtigsten Kräuter und deren Anwendungen vorstellen.

Die Geschichte der traditionellen europäischen Medizin reicht zurück bis in die Antike, wo Heiler und Heilerinnen ihre Kenntnisse über Pflanzen und ihre medizinischen Eigenschaften vermittelt haben. Diese Heiler verwendeten Kräuter wie Beinwell, Kamille und Pfefferminze, um verschiedene Krankheiten zu behandeln. Im Laufe der Jahrhunderte entwickelte sich die TEM weiter und führte zur Entwicklung spezialisierter Heilkunst, wie zum Beispiel die Phytotherapie und die Tinkturherstellung.

Die Phytotherapie ist die Verwendung von Pflanzen und ihren Bestandteilen, wie Blätter, Blüten, Wurzeln oder Samen, um Gesundheitsprobleme zu behandeln. Die TEM verwendet eine Vielzahl von Kräutern in der Phytotherapie, darunter Echinacea, Johanniskraut und Baldrian. Echinacea wird oft zur Stärkung des Immunsystems und zur Vorbeugung von Erkältungen und Grippe eingesetzt. Johanniskraut ist bekannt für seine beruhigenden und stimmungsaufhellenden Eigenschaften und wird oft bei Depressionen und Angstzuständen angewendet. Baldrian ist ein natürliches Beruhigungsmittel und hilft bei Schlaflosigkeit und Stress.

Eine weitere wichtige Technik der TEM ist die Tinkturherstellung. Bei dieser Methode werden die Wirkstoffe der Pflanze in flüssiger Form extrahiert und als Tinktur verwendet. Eine Tinktur ist ein konzentrierter Auszug aus Pflanzenmaterial, der oft mit Alkohol konserviert wird. Es gibt viele bekannte Tinkturen in der TEM, wie zum Beispiel die Kamillentinktur, die bei Magenverstimmungen und Entzündungen des Magen-Darm-Trakts helfen kann. Eine andere bekannte Tinktur ist die Johanniskrauttinktur, die zur Behandlung von leichten bis mäßigen Depressionen eingesetzt wird.

Obwohl die TEM viele wirksame Kräuter und Behandlungsmethoden bietet, ist es wichtig zu beachten, dass sie nicht für alle medizinischen Bedingungen geeignet ist. Bei schweren oder akuten Krankheiten ist es ratsam, einen Arzt aufzusuchen und eine moderne medizinische Behandlung zu erhalten. TEM kann jedoch als Ergänzung zur Schulmedizin verwendet werden, um die Gesundheit zu fördern und das Wohlbefinden zu unterstützen.

Die traditionelle europäische Medizin hat auch einen großen Einfluss auf die moderne Medizin gehabt. Viele moderne Arzneimittel basieren auf den Wirkstoffen von Heilpflanzen und wurden durch die TEM inspiriert. Beispielsweise wird die Wirksubstanz in der Aspirin-Tablette aus der Rinde des Weidenbaums gewonnen, die traditionell zur Schmerzlinderung verwendet wurde.

Insgesamt ist die traditionelle europäische Medizin ein wichtiger Bestandteil der europäischen Kultur und Geschichte. Sie bietet eine alternative Behandlungsmethode für verschiedene Gesundheitsprobleme und hat einen großen Einfluss auf die moderne Medizin. Die TEM ist ein Beweis für die Wirksamkeit und das Potenzial der Naturheilkunde und sollte als wertvolle medizinische Praxis geschätzt werden.

Die **Traditionelle chinesische Medizin (TCM)** ist ein ganzheitliches Gesundheitssystem, das in China seit mehreren tausend Jahren praktiziert wird. Sie hat sich im Laufe der Zeit entwickelt und ist eine Kombination aus medizinischer Praxis, philosophischen Konzepten und kulturellen Traditionen. In den letzten Jahrzehnten hat die TCM auch internationalen Anklang gefunden und wird heute weltweit von Millionen von Menschen praktiziert.

Die Grundlagen der traditionellen chinesischen Medizin basieren auf dem Glauben an die Harmonie von Körper, Geist und Umwelt. Der Mensch wird als

ein Mikrokosmos betrachtet, der von den gleichen Prinzipien und Gesetzmäßigkeiten beeinflusst wird wie der Makrokosmos. Diese Prinzipien werden in den „Fünf Elementen“ ausgedrückt, die Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser repräsentieren. Diese Elemente sind miteinander verbunden und beeinflussen sich gegenseitig.

Ein weiterer wichtiger Aspekt der TCM ist die Vorstellung von Qi, das als vitale Energie oder Lebenskraft übersetzt werden kann. Qi wird durch Meridiane im Körper geleitet und ist für das reibungslose Funktionieren der Organe und Systeme verantwortlich. Wenn der Qi-Fluss blockiert oder gestört ist, entstehen Krankheiten und Unwohlsein.

Die Diagnose in der TCM erfolgt durch eine Kombination aus Anamnese, körperlicher Untersuchung und Beurteilung von Puls und Zunge. Anhand dieser Informationen wird der Behandler in der Lage sein, den Qi-Fluss im Körper zu bewerten und eine individuelle Behandlungsstrategie zu erstellen. Die Behandlung in der TCM besteht aus verschiedenen modalen Praktiken wie Akupunktur, Moxibustion, chinesischer Kräutermedizin, Ernährungstherapie, Massage und Bewegungsübungen wie Qigong und Tai Chi.

Eine häufige Anwendung der TCM ist die Schmerzbehandlung. Die Akupunktur hat sich als wirksam bei der Behandlung von chronischen Schmerzen erwiesen, insbesondere bei Rücken-, Nacken- und Gelenkschmerzen. Durch das Setzen von dünnen Nadeln an bestimmten Punkten entlang der Meridiane kann der Qi-Fluss wiederhergestellt und Schmerzen gelindert werden. Moxibustion, eine Technik, bei der die Punkte mit glühenden Kräutern erwärmt werden, wird oft in Kombination mit der Akupunktur verwendet, um den Heilungsprozess zu unterstützen.

Chinesische Kräutermedizin ist ein weiterer wichtiger Bestandteil der TCM. Verschiedene Kräuter werden in spezifischen Kombinationen verschrieben, um die individuellen Bedürfnisse des Patienten zu erfüllen. Die Kräuter unterstützen den Körper bei der Wiederherstellung des Gleichgewichts und der Heilung von Krankheiten. Die chinesische Arzneimitteltherapie hat in den letzten Jahren auch in der westlichen Medizin an Bedeutung gewonnen und wird heute oft als Ergänzung zur konventionellen Behandlung eingesetzt.

Die traditionelle chinesische Medizin wird auch zur Gesundheitsprävention und -erhaltung eingesetzt. Sie betont die Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung, angemessener Bewegung und guter Lebensführung, um ein langes und gesundes Leben zu führen. Qigong und Tai Chi, zwei Bewegungsformen, die Elemente von Meditation und Atmung kombinieren, werden oft praktiziert, um den Geist und den Körper zu stärken und den Qi-Fluss im Körper zu verbessern.

In den letzten Jahren hat die TCM erhebliche Kritik und Skepsis erfahren. Einige behaupten, dass es keine ausreichenden wissenschaftlichen Beweise für die Wirksamkeit der TCM gibt und dass sie auf alten Aberglauben und traditionellen Praktiken beruht. Andere warnen vor möglichen Nebenwirkungen und der fehlenden Regulierung der Behandler in einigen Ländern.

Trotz der Kritik bleibt die traditionelle chinesische Medizin trotzdem eine beliebte Wahl bei vielen Menschen auf der ganzen Welt. Ihre ganzheitliche Herangehensweise und der Fokus auf die Wiederherstellung des Gleichgewichts im Körper treffen einen Nerv bei vielen Menschen, die nach alternativen Behandlungsmethoden suchen. Die TCM wird wahrscheinlich auch in Zukunft weiterentwickelt und angepasst, um den Bedürfnissen einer immer vielfältiger werdenden Patientenschaft gerecht zu werden.

Insgesamt ist die traditionelle chinesische Medizin ein faszinierendes Gesundheitssystem, das auf den Prinzipien des Gleichgewichts und der Harmonie beruht. Obwohl sie Kritik und Skepsis erfahren hat, bleibt sie eine wichtige Alternative zur konventionellen Medizin und wird von Millionen von Menschen auf der ganzen Welt praktiziert. Es ist wichtig, dass die TCM weiterhin erforscht und mit wissenschaftlichen Methoden validiert wird, um ihre Wirksamkeit und Sicherheit zu bestätigen. Nur auf diese Weise kann die TCM ihre volle Akzeptanz in der modernen Medizin finden.

Traditionelle indische Medizin (TIM), auch bekannt als Ayurveda, ist eine der ältesten medizinischen Traditionen der Welt und hat ihre Wurzeln vor über 5000 Jahren in Indien. TIM basiert auf dem Prinzip, dass Körper, Geist und Seele eine untrennbare Einheit bilden, und dass die Aufrechterhaltung eines Gleichgewichts zwischen diesen drei Elementen Gesundheit und Wohlbefinden fördert.

Ayurveda bedeutet übersetzt „Wissen vom Leben“ und umfasst eine Vielzahl von Behandlungsmethoden, darunter Kräutermedizin, Ernährungsberatung, Massage, Yoga, Atemtechniken und Meditation. Ziel der ayurvedischen Medizin ist es, die individuelle Konstitution eines Menschen zu verstehen, Ungleichgewichte zu erkennen und diese durch ganzheitliche Ansätze auszugleichen.

Eine der Hauptprinzipien des Ayurveda ist das Konzept der Doshas – die drei Energien, die jeden Menschen durchdringen und charakterisieren. Diese Doshas sind Vata (Luft und Äther), Pitta (Feuer und Wasser) und Kapha (Erde und Wasser). Jeder Mensch hat eine einzigartige Dosha-Kombination, die sein körperliches und geistiges Wohlbefinden bestimmt. Der Ayurveda zielt darauf ab, das Gleichgewicht der Doshas durch individuell angepasste Diäten, Lebensstiländerungen und Behandlungen wiederherzustellen.

Die Kräutermedizin spielt eine wichtige Rolle in der ayurvedischen Medizin. Ayurvedische Ärzte verwenden eine Vielzahl von Pflanzen, um verschiedene Krankheiten zu behandeln. Einige bekannte ayurvedische Kräuter sind zum Beispiel Kurkuma, Triphala, Ashwagandha und Brahmi. Diese Kräuter werden als Nahrungsergänzungsmittel, in Tees, Ölen oder als Pulver eingesetzt. Sie sollen den Körper reinigen, das Immunsystem stärken und das Gleichgewicht der Doshas unterstützen.

Eine weitere wichtige Säule des Ayurveda ist die Ernährung. Ayurvedische Ernährungsempfehlungen basieren auf den individuellen Dosha-Typen. Zum Beispiel wird Menschen mit einem Vata-Dosha empfohlen, warme, nährstoffreiche Mahlzeiten zu sich zu nehmen, um ihren Körper zu beruhigen und zu stärken. Menschen mit einem Pitta-Dosha hingegen wird empfohlen, scharfe und saure Nahrungsmittel zu vermeiden und stattdessen kühlende Nahrungsmittel einzunehmen.

Zusätzlich zur Ernährung spielen auch Massage und andere Körperbehandlungen eine wichtige Rolle im Ayurveda. Ayurvedische Massagen, wie zum Beispiel die Abhyanga-Massage, verwenden warme Öle und spezielle Techniken, um den Körper zu entspannen, die Durchblutung zu fördern und Giftstoffe aus dem Körper

zu entfernen. Diese Massagen werden oft mit Kräuterpackungen und Dampfbädern kombiniert, um die Wirkung zu verstärken.

Ayurveda hat auch in den Bereichen Yoga und Meditation großen Einfluss gehabt. Yoga-Übungen werden häufig als Teil einer ayurvedischen Therapie empfohlen, um den Körper zu stärken und die Flexibilität zu verbessern. Die Meditation wiederum dient dazu, den Geist zu beruhigen und innere Ruhe zu finden.

Die traditionelle indische Medizin hat in den letzten Jahren weltweit an Popularität gewonnen, da immer mehr Menschen alternative Ansätze zur Gesundheitspflege suchen. Ayurveda kann zur Linderung von bestimmten Beschwerden beitragen, wie zum Beispiel Verdauungsproblemen, Stress, Schlafstörungen oder Hauterkrankungen. Es ist jedoch wichtig darauf hinzuweisen, dass Ayurveda kein Ersatz für konventionelle medizinische Behandlungen ist und dass bei schweren Erkrankungen immer ein Arzt konsultiert werden sollte.

Insgesamt bietet die traditionelle indische Medizin, Ayurveda, eine ganzheitliche Herangehensweise an die Gesundheit und das Wohlbefinden. Durch die Integration von mentalen, körperlichen und spirituellen Aspekten strebt Ayurveda an, die Ursachen von Ungleichgewichten zu behandeln und die natürliche Heilkraft des Körpers zu unterstützen.

Traditionelle Persische Medizin (TPM) ist eine jahrtausendealte Form der Medizin, die in Persien (dem heutigen Iran) entwickelt wurde. Sie basiert auf alten persischen Schriften, wie dem „Canon der Medizin“ von Avicenna, und hat sich im Laufe der Zeit weiterentwickelt. Die TPM ist eng mit der Persischen Kultur verbunden und hat einen einzigartigen Ansatz zur Gesundheit und zum Wohlbefinden.

Ein wichtiger Bestandteil der TPM ist die Betonung der ganzheitlichen Gesundheit des Körpers, des Geistes und der Seele. Körperliche Beschwerden werden nicht isoliert betrachtet, sondern in Beziehung zu den emotionalen und spirituellen Aspekten einer Person gesetzt. Die TPM versucht, harmonische Beziehungen zwischen allen Aspekten des Individuums herzustellen, um das Gleichgewicht und die Gesundheit wiederherzustellen.

Die zentrale Idee der TPM ist die Vorstellung von einem vitalen Lebenssaft namens „Akhlat“. Laut der persischen Medizin wird Krankheit durch ein Ungleichgewicht oder eine Störung des Akhlat verursacht. Die TPM konzentriert sich darauf, diese Störungen zu korrigieren und das Akhlat wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Dies wird durch die Anwendung von pflanzlichen Medikamenten, Diätetik, geistiger Heilung und Lebensstilanpassungen erreicht.

Pflanzliche Medikamente, insbesondere Kräuter, spielen eine zentrale Rolle in der TPM. Verschiedene Kräuter und Gewürze werden verwendet, um verschiedene Beschwerden zu behandeln und das Akhlat ins Gleichgewicht zu bringen. Zum Beispiel wird Kurkuma zur Bekämpfung von Entzündungen eingesetzt, während Minze zur Linderung von Magenbeschwerden verwendet wird. Die Wirkung der Kräuter wird oft durch ihre Kombination mit anderen Zutaten verstärkt, um eine optimale Wirkung zu erzielen.

Ein weiterer wichtiger Aspekt der TPM ist die Diätetik. In der persischen Medizin wird die Bedeutung einer ausgewogenen und nahrhaften Ernährung betont. Lebensmittel werden nach ihren Wirkungen auf das Akhlat und ihre ernährungsphysiologischen Eigenschaften kategorisiert. Zum Beispiel werden bestimmte Lebensmittel als heiß oder kalt eingestuft, je nachdem, ob sie den Körper erwärmen oder abkühlen. Die Auswahl der richtigen Lebensmittel wird als wesentlicher Bestandteil der Gesundheitspflege betrachtet.

Die TPM umfasst auch geistige Heilungstechniken, um emotionale und spirituelle Blockaden zu lösen. Diese Techniken beinhalten Gebete, Meditation und gezielte Visualisierung. Es wird angenommen, dass die Balance der mentalen und spirituellen Ebene eng mit der körperlichen Gesundheit verbunden ist. Durch die Anwendung dieser Techniken soll das Akhlat harmonisiert und das allgemeine Wohlbefinden verbessert werden.

Neben der Behandlung von Krankheiten betont die TPM auch die Prävention von Krankheiten. Es wird empfohlen, einen gesunden Lebensstil zu führen, der körperliche Aktivität, eine ausgewogene Ernährung und Stressmanagement umfasst. Vorbeugende Maßnahmen umfassen auch den Schutz vor Umweltverschmutzung und den Einsatz von natürlichen Heilmitteln zur Stärkung des Immunsystems.

Die traditionelle persische Medizin hat in den letzten Jahren internationale Anerkennung gewonnen und wird von vielen Menschen weltweit geschätzt. Die ganzheitliche Herangehensweise der TPM an Gesundheit und Wohlbefinden bietet eine alternative Perspektive zur modernen Medizin, die oft auf symptomatische Behandlungen ausgerichtet ist. Die traditionelle persische Medizin ist ein Schatz an Wissen und Praktiken, deren Wert es zu erforschen und zu bewahren gilt.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Traditionelle Medizin weltweit viele Vorzüge bietet, die sie zu einer attraktiven Ergänzung der medizinischen Behandlungsmethoden und einem wertvollen Spezialgebiet auf Basis medizinischen Hochschulwissens mit gesundheitsfördernden wie heilenden Eigenschaften machen. Die Verwendung natürlicher Heilpflanzen, der Ganzheitsansatz, die individuelle Betreuung und die Betonung der Prävention machen die Traditionelle Medizin zu einer ganzheitlichen und patientenorientierten Heilmethode. Durch die Kombination von traditionellem Wissen und modernem Fortschritt kann die Traditionelle Medizin zu einer wirksamen und sicheren Methode zur Behandlung von Krankheiten und zur Förderung von Wohlbefinden werden. Es ist an der Zeit, dass die Traditionelle Medizin in der modernen Gesellschaft einen höheren Stellenwert erhält und als wertvolle Ergänzung zur konventionellen Medizin betrachtet wird.

KOSMETIK HELENE

DR. SCHOBERWALTER & SCHOBERWALTER OG

Brünnerstrasse 41

A–1210 Wien

Tel: +43 1 270 6262

Mobil: +43 699 1270 6060

info@kosmetik-helene.at

Ist Dunkelfeldmikroskopie noch eine zeitgemäße Methode in der Komplementärmedizin?

DR. MANFRED ZAUNER
Arzt für Allgemeinmedizin

Ja, denn die Dunkelfeldmikroskopie kann uns wertvolle Aussagen über unser Innenleben kundtun und uns im Rahmen unserer therapeutischen Methoden unterstützen und uns den Weg oder Richtung des Geschehens weisen, sie zeigt ins im Zeitvergleich progressive Vikariation, regressive Vikariation, virale Belastung, bakterielle Belastung, Blutviskosität, Neigungen im Entzündungsgeschehen …

DR. MANFRED ZAUNER, MSC
ARZT FÜR ALLGEMEINMEDIZIN, MSC. TRAD. CHIN. MEDIZIN
Dungl GmbH
Mölker Bastei 5, 1010 Wien
+43 1 535 48 99
reception@dunglwien.at
www.dunglwien.at

Was die Dunkelfeldmikroskopie nicht kann,

ist die Aussage: Krebs oder nicht Krebs.

Es gibt kein typisches Blutbild für Carcinome,

Sarkome, Rheuma, Diabetes, Arthrose …

Es gibt nur die Möglichkeit der Terrainanalyse mit spezifischen, individuellen Gegebenheiten, die abhängig sind von der persönlichen inneren Struktur, der Toxinbelastung (virale, bakterielle, mykotische Toxine), der Übereiweißung, der Strahlenbelastung (Eingangskontrollen bei Flughafen, Gerichten, Elektro-SMOG durch WLAN, Elektroleitungen, …), der internen Belastungen (Harnsäure, Cholesterin, AGEs, Herdbelastung, Schwermetallbelastung, …) u. a.

Die Dunkelfeldmikroskopie ist nun schon über 125 Jahre alt. Sie wurde durch Prof. Dr. Günther Enderlein, Biologe (1872–1968) und Zoologe 1916 entdeckt und propagiert.

Andere Wissenschafter haben sich auch damit beschäftigt, Enderlein hat sich akribisch mit der Dunkelfeldmikroskopie beschäftigt und Insekten und vor allem Blutbilder mit unendlicher Geduld beobachtet und beschrieben (Blut von der Abnahme und Darstellung im Dunkelfeld bis zur Hämolyse).

Der Vorteil der Dunkelfeldanalyse, also genaugenommen die Analyse des Blutes im Dunkelfeldmikroskop, liegt in der Verlaufskontrolle, und erlaubt uns daher die Aussage über Progression oder Regression von Regulationsvorgängen.

Für mich persönlich ist es auch die Unterstützung im Alltag, um den Patient*innen zu zeigen, welche rheologischen Belastungen vorliegen, Geldrollenbildung, Eiweißkristalle, oder doch mehr physiologische Gegebenheiten.

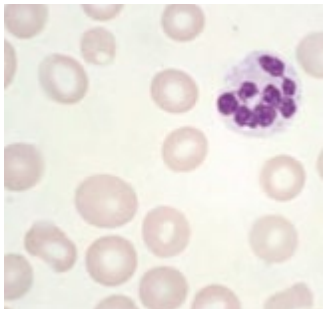
Daher stellt sich immer die Frage was ist normal oder physiologisch und was ist davon abweichend und anders und dadurch belastend.

Wir wissen, Blut besteht grundsätzlich aus drei verschiedenen Zellarten, den roten Blutkörperchen (Erythrozyten), den weißen Blutkörperchen (Leukozyten) und den Blutplättchen (Thrombozyten) sowie einer Flüssigkeit, dem Blutplasma.

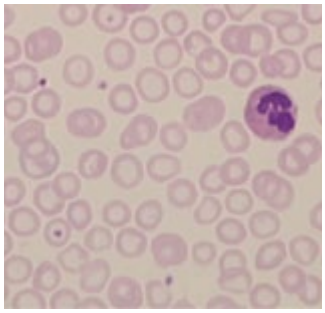
In der westlich orientierten Medizin hat sich die Hellfeldmikroskopie durchgesetzt.

Wie wir alle aus unserem Studium noch wissen, eine durchlichtmikroskopische Betrachtung erlaubt uns durch die Färbung mit Hämatoxylin/Eosin die perfekte Differenzierung von Granulozyten in ihre Untergruppen (neutrophil, eosinophil, basophil) und zeigt uns Kernstrukturen und auch Cytoplasmabereiche optimal. Aus unseren Studienzeiten wissen wir, Hämatoxylin färbt nukleäre Bestandteile zuverlässig an, einschließlich des Heterochromatins und der Nukleoli, während Eosin an zytoplasmatische Komponenten, aber auch an Kollagen und elastische Fasern, Muskelfasern und Erythrozyten bindet. Neben dieser gefärbten Betrachtung des Blutausstrichs ist natürlich auch noch eine ungefärbte Betrachtung im Mikroskop möglich.

Die Erythrozyten sind im Normalfall rund und beweglich. Verformungen sind ein Hinweis auf intracelluläre Belastungen, bzw. auf Mängel. Eine Anisozytose (unterschiedlich große Erythrozyten) ist ein Hinweis auf einen B Vitamin (Vit. B12 Mangel führt zur perniziösen Anämie mit einer hypochromen Megaloblastären Anämie, eine Eisenmangelanämie [die Hämoglobinkonzentration ist eisenmangelbedingt unter den alters-, bzw. geschlechtsspezifischen Normwerten, laut WHO Ferrum unter 12 g/dl für Frauen und 13 g/dl für Männer], mit hypochromer, mikrozytärer Anämie. Diese beiden Formen lassen sich besser im Hellfeld darstellen.



Perniziöse Anämie



Eisenmangelanämie

Wabenfelder weisen auf eine Leberfunktionsstörung hin. Starke Deformierungen sind Hinweis auf intracelluläre Belastung (Stechapfelformen, …) durch Wasserverlust, Elektrolytverschiebung, Entzündungen, toxische Belastungen oder anderen Streß.

Bilden sich sogenannte „Blutschatten“, könnte das ein Zeichen einer erhöhten Lipidperoxidation sein und damit ein Hinweis auf ein Entzündungsgeschehen. Eine sogenannte „Geldrollenbildung“ ist Hinweis auf Durchblutungsstörungen durch Bewegungsmangel und Eiweißmast. Über die Ursache muss man nun diskutieren und weiter forschen, ob dies nun in einer Veränderung der Zellmembran durch Schwermetalle und/oder elektromagnetische Belastungen, Elektrolytstörung, Azidose, Übereiweißung, Toxinbelastung, Stress, gestörten Co-Faktoren des Zitronensäurezyklus, oxidativen und/oder nitrosaktiven Belastungen, Medikamentenabusus, Suchtmittelabusus (Nikotin & Co), genetische Vorbelastung oder einer Kombination liegt.

In der Dunkelfeldmikroskopie herrschen ganz andere Verhältnisse. Das Blut wird ungefärbt, unbehandelt sofort nach der Abnahme im Dunkelfeldmikroskop und danach noch mehrmals am selben Tag betrachtet um einen Verlauf herauszuarbeiten, bzw. eine Entwicklungstendenz abschätzen zu können (virale Belastung, bakterielle Belastung, ...).

Der Aufbau eines Dunkelfeldmikroskops unterscheidet sich grundsätzlich vom sogenannten Hellfeldmikroskop. Beide Mikroskope sind Durchlichtmikroskope, wir benötigen eine Lichtquelle, um genügend Licht und Kontrast bis ins Okular zu bringen. Das Dunkelfeldmikroskop benötigt noch einen Kondensor, der den Lichtstrahl so ablenkt, dass der Lichtstrahl schräg von unten auf das Präparat auftrifft und Objekte (Erythrozyten, Granulozyten, Monozyten, Eiweißkörper, Protite, Filite, Symprotite, Bakterien, virale Strukturen, …) aufleuchten. Daher ist im Dunkelfeld der Raum zwischen den Erythrozyten dunkel, nur Zellgrenzen leuchten auf. Der durch den Kondensor abgelenkte Lichtstrahl, bringt die Objekte unserer Begierde zum Aufleuchten. Diese Aufleuchteffekte erlauben uns auch Aussagen zu physiologischen Aspekten (elastische Erythrozyten, mit Eiweiß überladene Erythrozyten, einzeln stehende Erythrozyten, Luftballonphänomen, Stechapfelformen, sporoide Formen…), rheologischen Belastungen (Geldrollenbildung - Sludgephänomen, Wabenmuster, ...), Belastung im Sinne des Mucor racemosus, oder Belastung durch Aspergillus niger, oder Belastung durch Protit, Endobiont, Symbiont, Filite, Symprotite, EW-Kristalle, Symplaste, virale oder bakterielle Strukturen.

Diese besonderen Vorteile bietet das Dunkelfeldmikroskop viel besser, diese Differenzierungsmöglichkeiten bietet das Hellfeldmikroskop nicht so gut, eigentlich gar nicht.

Nun möchte ich mit Ihnen, liebe Kolleginnen und Kollegen einen kleinen Exkurs in die Dunkelfeldmikroskopie unternehmen, um das dunkle Feld für uns alle zu erhellen, damit uns ein Licht aufgeht, und auch um uns neue einfache diagnostische Möglichkeiten näher zu bringen. Der Aufwand hält sich in Grenzen. Ohne Aufwand geht gar nichts, die Dokumentation ist heute im digitalen Zeitalter relativ einfach. Wir brauchen keine Angst vor nicht beschrifteten Zetteln und Befunden zu haben, dies ist dank der digitalen Signaturen und der einfachen Zuordnung, bzw. leichten Umbenennung von Fotos am PC ganz einfach.

Wir können auch jederzeit einen Vergleich mit der Vergangenheit der Patient*innen durchführen und damit im Moment für uns eine Aussage treffen besser, schlechter, anders in der Regulation oder weitere Regulationsstarre. Dies kann uns enorm unterstützen.

Dunkelfeldmikroskopische Betrachtungen/Untersuchung macht nur einen Sinn im nüchternen Zustand und damit morgens vor dem Frühstück. Nach dem Frühstück im Laufe des Morgens/Vormittags haben sich sicher Phänomene eingestellt, die uns fälschlicherweise Belastungen vortäuschen, die so nicht gegeben sind.

Wer nicht nüchtern antritt hat bestimmt ein Sludge-Phänomen vorzuweisen und damit Geldrollenbildung, auch nach einem veganen, gesunden Frühstück, denn Eiweiß ist überall.

Aus der Physiologie wissen wir, die Erythrozyten sind wie alle Zellen an ihrer Oberfläche (durch das Ruhemembranpotential) positiv geladen und bilden daher keine Klumpen, keine Geldrollen, sie sind elastisch formbar mit diskusförmiger Gestalt (rund und mittig dünner).

In der dunkelfeldmikroskopischen Betrachtung (ab nun als DF abgekürzt), haben die Erythrozyten ein ringförmiges, leeres Aussehen (Die Zellmembran leuchtet hell auf, der Inhalt, das Zytoplasma ist dunkel und bleibt dunkel).

Wenn Erythrozyten im DF wie normale Ery's erscheinen, Diskusform mit mittlerer Eindellung, haben wir bereits eine Belastung durch Symbionten bzw. Eiweiß.

Im DF lässt sich alles erklären, die ganze Nomenklatur geht auf Prof. Dr. Enderlein zurück. Er hat sich akribisch mit dunkelfeldmikroskopischen Betrachtungen gespielt, und die Veränderungen aufgezeichnet und beschrieben. In der Vergangenheit wurde ihm immer wieder der Vorwurf gemacht, dies alles nur aufgezeichnet zu haben. Er hätte es fotografieren sollen (den Fotoapparat gab es um 1900 schon). Naja damit kann ich leben. Damit wir das dokumentieren können, was wir sehen, sollten wir einen Trinokulartubus verwenden. Damit können wir super schauen (binokular) und im dritten Tubus lässt sich eine einfache 3 Megapixel-USB-Kamera befestigen. Den Rest macht die mitgelieferte Software für uns. Von Life-Bild-Fernsehen, Patient*innen am Bildschirm mitschauen lassen, erklären der Veränderungen, speichern, bis Namensgebung, … geht alles.

Einfacher Arbeitsplatz für die Dunkelfeld-Mikroskopie. Zugegeben es geht auch teurer, die einfache 3MP-USB Mikroskop-Kamera tut es auch (200-500€).

Vom Mikroskop her gibt es einfache und doch auch elegante Lösungen mit einfacher = optimaler Unterstützung (früher war das mit den lichtstarken externen Lichtquellen (Bild) aufwendig mit der Kühlung und Lichtführung (flexibles faseroptisches Lichtbündel), heute gibt es durch lichtstarke LED's eine gute Betrachtungsmöglichkeit.

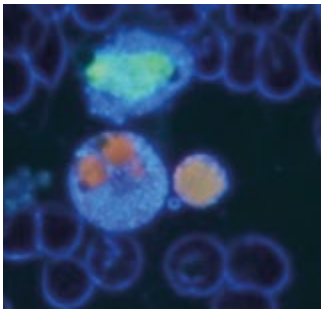
Licht: ohne Licht und super Durchleuchtung geht im DF gar nichts. Sonst ist es nur finster und es sollte uns ja ein Licht aufgehen.

Die Durchführung ist einfach: Ein kleiner Tropfen Blut aus dem Finger genügt. Dieser wird dann auf einem Objektträger direkt unter dem Mikroskop bewertet.

Das Mikroskop verfügt über eine Kamera, so dass Sie alles am Bildschirm mitverfolgen können.

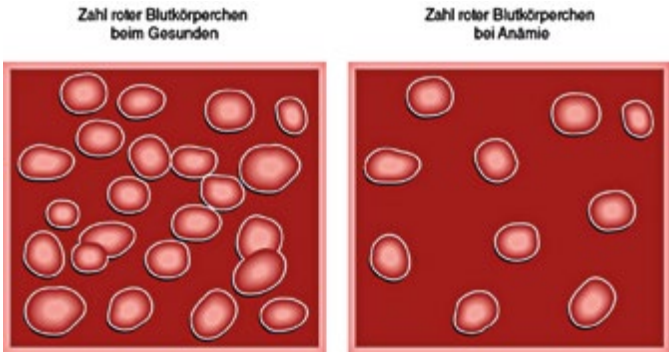
Wie oben schon erwähnt, Erythrozyten sind leere dunkle Ringe mit einem hell aufleuchtenden äußeren Ring. Die Erythrozyten sind einzeln stehend und zeigen keine Verklumpungstendenz. Das ist ein normaler physiologischer DF Befund. Granulozyten zeigen ihren Kern und oszillierende weiße kugelförmige Gebilde, die wir als Lysosomen kennen. Zwischen basophil, eosinophil oder neutral können wir im DF nicht unterscheiden. Im DF gibt es keine Farben: kein rot, kein grün, kein blau es gibt nur schwarz (oder finster) und hell (leuchtend wie Zellgrenzen, Eiweiß), grau gibt es auch nicht.

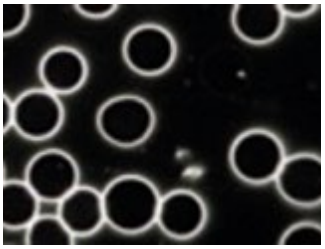
Dieses Bild ist als DF Bild in die Irre führend zu bezeichnen.

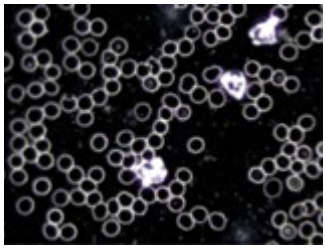


Im DF gibt es nur Schwarz oder Hell leuchtend, Farben sind physikalisch nicht möglich, außer bei schlechter Einstellung durch Interferenz.

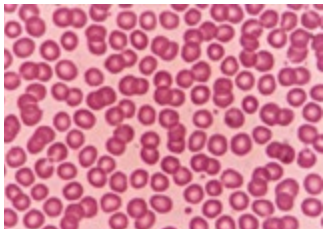
Ob normales Blutbild oder Anämie zeigt sich sofort in unserem Gesichtsfeld, im Hellfeld wie im Dunkelfeld.



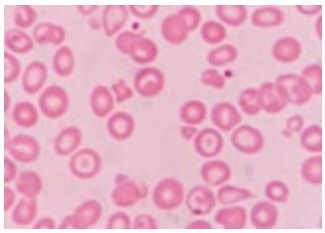




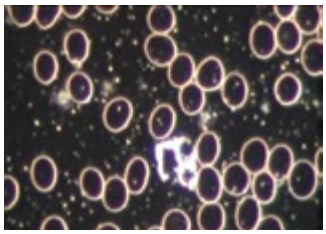
Normales Blutbild im DF, einzeln stehende Ery's, als leere Ringe, die Zellmembran leuchtet zart auf, der Raum zwischen den Ery's ist dunkel, weiße Pünktchen = Protite im Interzellularraum = Symbiont, 3 Granulozyten mit dunklen Kernen, die Granula = Lysosomen als weiße Bereiche.



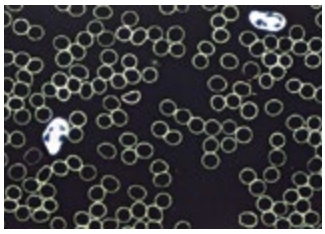
Quasi normales Blutbild im Hellfeld, durch die Diskusform sind Erythrozyten mittig heller.



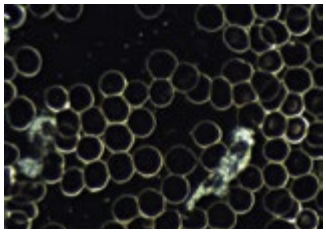
Anisozytose im Hellfeld, im DF siehe weiter unten.



Relativ gesundes Blutbild, Erythrozyten, Protite, ein Granulozyt

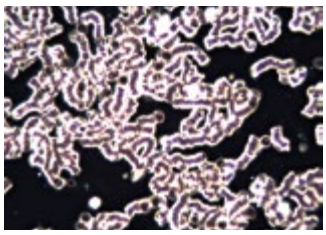


Relativ Normales Blutbild im DF, die Ery's imponieren wie gefordert, als leere, weiße Ringe, einzelne entrundete Formen (beginnende Tendenz zur Anisozytose), Ery's beginnen aneinander zu hängen, insgesamt jedoch noch gute physiologische Verhältnisse.



Gesunde Granulocyten mit reger Bewegung. Dabei entstehen häufig bizarre Formveränderungen

Rote Blutkörperchen als „Geldrollen“ aneinander klebend. Die Durchblutung der Kapillaren ist stark eingeschränkt

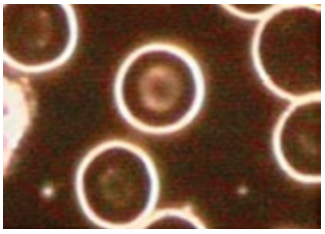


Stark vergrößert Halo-Effekt. Diskusform des Erythrozyten im DF durch vermehrten EW-Gehalt

Wer im DF Farben sieht und diese bestimmten Organbelastungen zuordnet, der flunkert und weiß mehr als der Liebe Gott. Meist ist nur der Kondensor nicht optimal eingestellt und über Interferenzen oder einen zu dicken Blutausstrich eine andere Lichtbrechung gegeben. Auch die Zuordnung zu bestimmten Organen, typisch für Nieren oder Leberbelastung ist unzulässig, eigentlich fahrlässig.

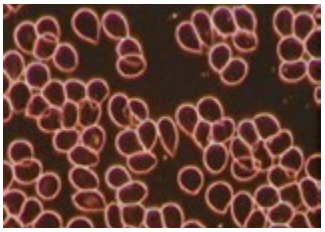
Grundsätzlich sehen wir im normalen Blutbild neben also zwischen den Erythrozyten kleine punktförmige Eiweißkörper, Enderlein bezeichnete sie als Protit(e) oder Symbiont.

Protite sind mikroskopisch kleine Eiweißkörper, die im DF punktförmig hell aufleuchten und herumtanzen. Sie zeigen uns eventuelle Bewegungsströme im Blutausstrich (durch die Wärme der Lampe, durch den Druck auf das Deckglas von oben über den Tropfen Immersionsöl, Objektiv bei Kontakt mit Deckglas, …). Die Protite sind prinzipiell außerhalb der zellulären Anteile zu sehen.



Erythrozyten zeigen Halo-Effekt, vermehrte Eiweißbelastung im Blut.

Die kleinen weißen Flecken sind Protite. Der weiße Fleck am linken Rand stammt von einem angeschnittenen Granulozyten



Einzelne Protite zwischen den Erythrozyten, entrundete Formen durch nichtsichtbare Faserbildung lassen Ery's wie Luftballone aussehen (Anisozytose),

Ery's sind zu nahe aneinander, Abstoßung durch Ruhemembranpotential ist nicht mehr gegeben, Folgeschluss, die BSG müsste/könnte erhöht sein.

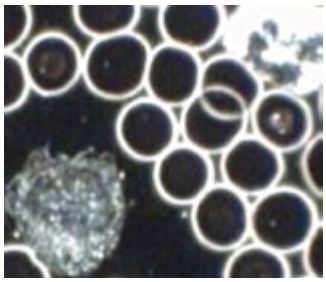
Geldrollenbildung als Vorstufe von Thrombusbildung, auch hier durch vermehrten Eiweißgehalt und vermindertes Ruhemembranpotential erleichterte Geldrollenbildung.

Der Protit wurde von Enderlein auch als Symbiont bezeichnet. Wenn der Symbiont in die Zellen geht/diffundiert, spricht man von Endobiont. Der Endobiont ist prinzipiell eine Belastung für die Zellen und behindert den normalen Metabolismus.

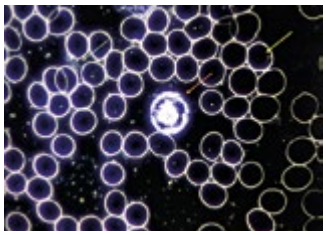
Endobiontendasein belastet die Zellen, es bilden sich die gut sichtbaren sporoiden Zellen, die ein Zeichen für die Endobiontenbelastung sind. Bei Endobiontenbelastung besteht z. B. auch intrazelluläre virale Belastung.

Wenn wir sporoide Erythrozyten sehen, wissen wir sofort, dass hier eine Endobiontenbelastung vorliegt. Die Protite sind dann aus dem Interzellularraum in den Intrazellularraum gewandert.

Protite sind über die Niere und den Harn und auch über die Darmschleimhaut ausscheidbar. Als Endobiont bleiben sie uns und belasten den Erythrocyten und seinen Stoffwechsel (BSG).



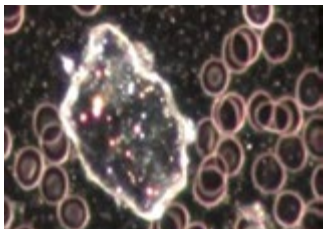
Erythrozyten, Monozyt (unten links), Granulozyt (oben rechts).



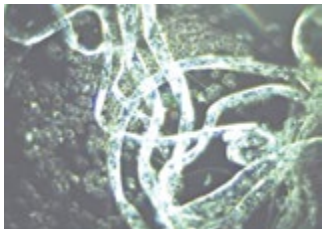
Thrombocyten (beim grünen Pfeil oben links), Granulozyt (roter Pfeil mittig), gelber Pfeil oben rechts: Erythrozyt mit Endobiont

Bläulich leuchtende Erythrozyten entstehen durch schlechte Einstellung des Kondensors/Interferenz

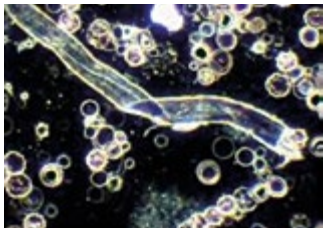
Eiweißkörper



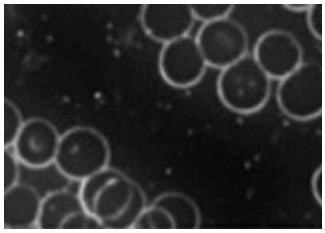
Symplast aus Aspergillius niger,



bizzarre Form eines EW-Körpers

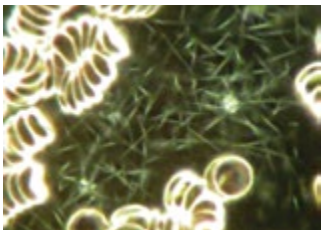


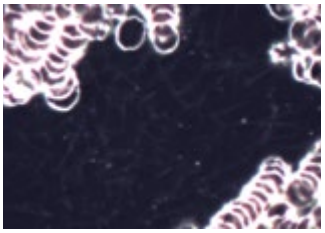
EW Körper und Erythrozyten-Stechapfelformen



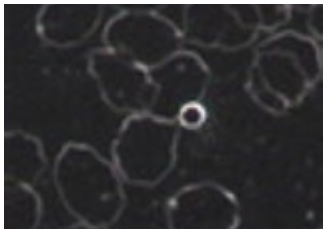
Protite (kleine weiße Pünktchen im Intersttium)

Filite (Aussehen wie kleine Nadeln/Nadelkristalle), Erythrozyten halogenieren.

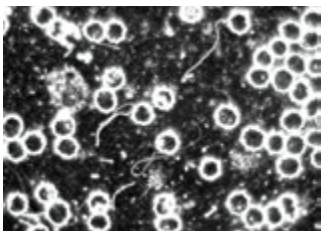




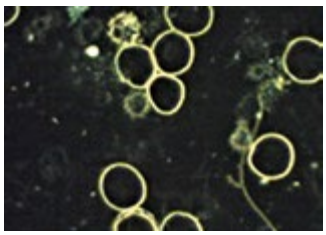
Ganz zart sind viele Filite neben der Geldrollenbildung zu sehen, die Gerinnungssituation könnte durch vermehrte Fibrinaktivierung erhöht sein.



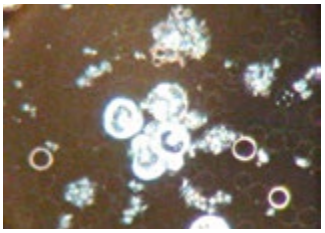
Symprotit kreisrunder, hell leuchtender Ring, deutlich heller als die Erythrozytenzellmembran, vermehrt bei Schmerzen im DF zu finden.



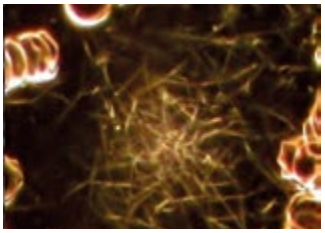
Bakterien neben Erythrozyten in Stechapfelform als Zeichen der Belastung finden sich kleine Bakterienkugeln, die längeren Fäden sollten Chondrite sein.



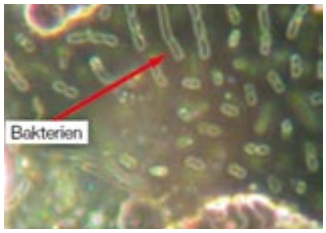
Bakterielle Belastungen neben den Erythrocyten



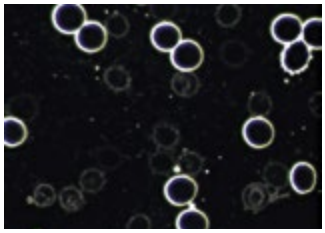
In diesen Abbildungen sind neben Bakterien, Granulozyten, 3 Symprotite und ganz zart sogenannte Schattenerythrozyten (als Reserve des Immunsystems) zu sehen.



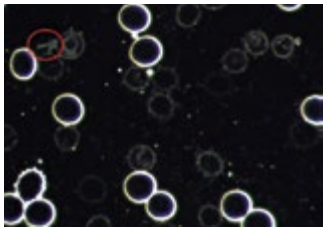
Filitnest als Vorstufe zu Bakterienbildung



Geldrollenbildung und Bakterien

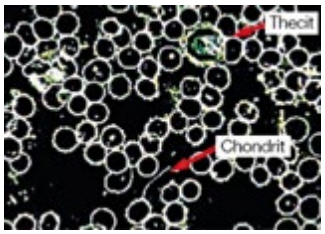


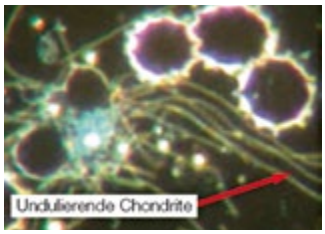
Dieses Bild zeigt Blut, das älter als 24 h ist. In den Zellen und im Plasma zeigen sich Bakterienformen, die im Sofortbild nicht zu sehen waren.



Bildung von Kokken-Formen unter dem Dunkelfeldmikroskop (rote Umrandung).

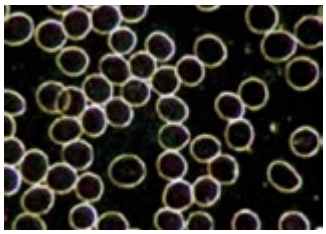
Bei genauer Betrachtung erkennt man vermehrte Endonbiontenbelastung in Zellen in tieferen Schichten (blasse Zellgrenzen)



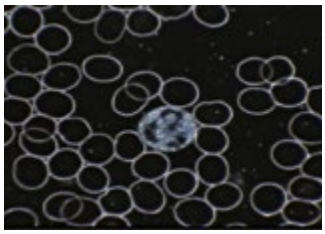


Chondrite als Zeichen viraler Strukturen

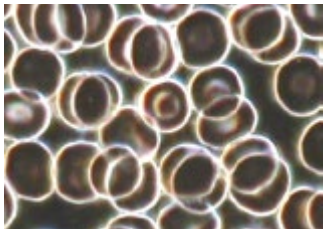
Diese Aufleuchteffekte erlauben uns auch Aussagen zu physiologischen Aspekten

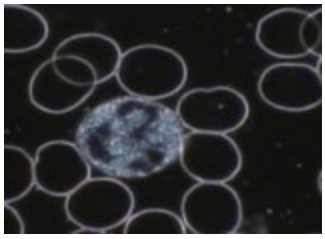


elastische Erythrozyten,

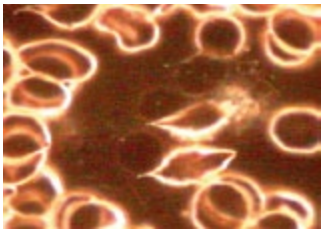


normale Erythrozyten,

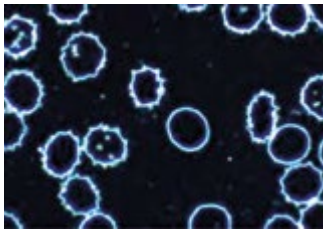




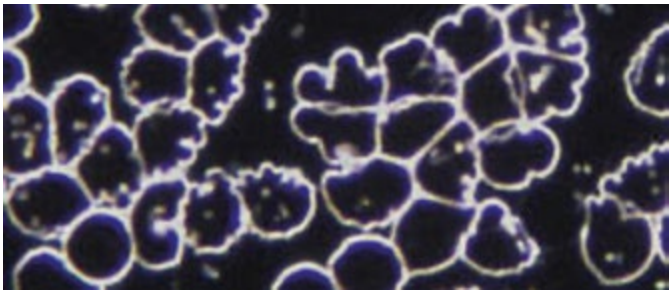
mit Eiweiß überladene Erythrozyten, einzeln stehende Erythrocyten.



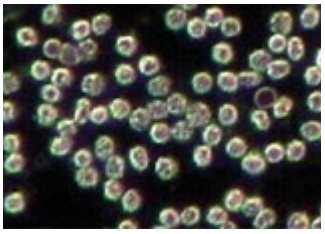
Luftballonphänomen/ Anisocytose

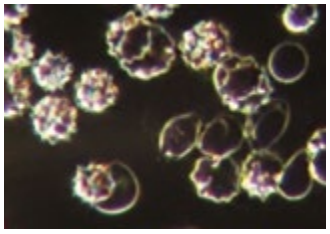


Stechapfelformen mit wenigen normalen Erythrozyten



Bärentatzenform der Erythrozyten



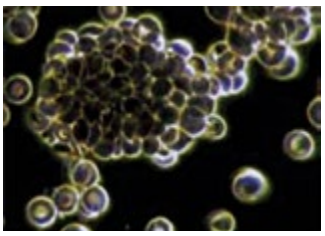


Sporoide Erythrozytenbelastung

Geldrollenbildung

Sludgephänomen

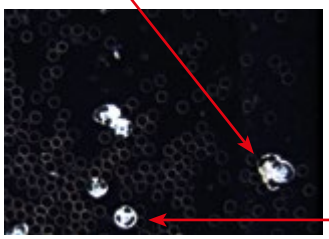
(Geldrollenbildung: Das Sludge-Phänomen ist eine Störung der Mikrozirkulation, die als reversible Aggregation von roten Blutkörperchen eine deutliche Strömungsverlangsamung des Blutes bewirkt und zu einer Minderversorgung des Gewebes mit Sauerstoff führen kann. Zum Sludge-Phänomen kommt es beispielsweise beim Schock. Auch die Blutsenkungsreaktion beruht auf dem Sludge-Phänomen.)



Wabenmuster

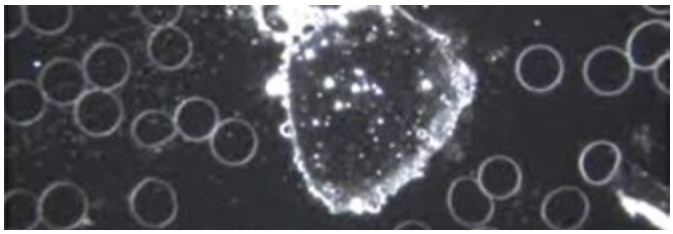
Wie gut (oder schlecht) arbeitet das Immunsystem?

Dies ist das Blutbild eines Patienten mit einer Autoimmunerkrankung, im Bildausschnitt rechts ist sehr schön zu erkennen, wie sich zwei Abwehrzellen „angreifen".

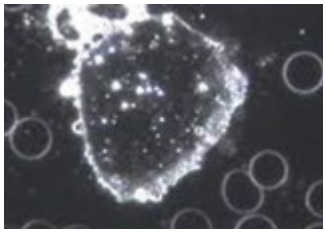


Das Gesicht ist ein Granulozyt.

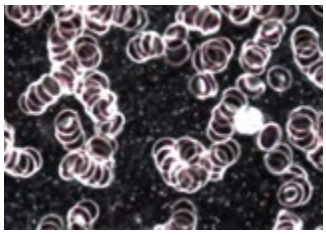
Belastung im Sinne des Mucor racemosus



Belastung durch Aspergillus niger



Aspergillus niger Symplast, Granulozyt links oben



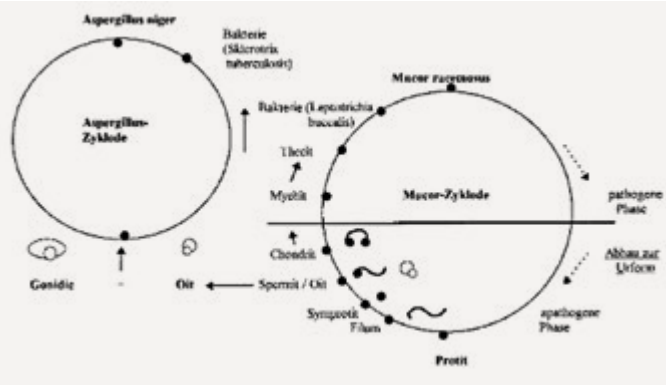
Die kleinen weißen Pünktchen sind Protite, hier treten sie vermehrt auf = Hinweis auf eine vorhandene Entzündung oder auf Eiweißreaktionen (z. B. tierisches Fremd-Eiweiß in der Ernährung). Ebenfalls sichtbar sind Geldrollen. Geldrollenförmige Erythrozyten weisen u.U. auf eine Störung des Milieu hin (Ph-Wert, Darmdysbiose, Endobiose).

Es ist noch ein Granulozyt zu sehen.

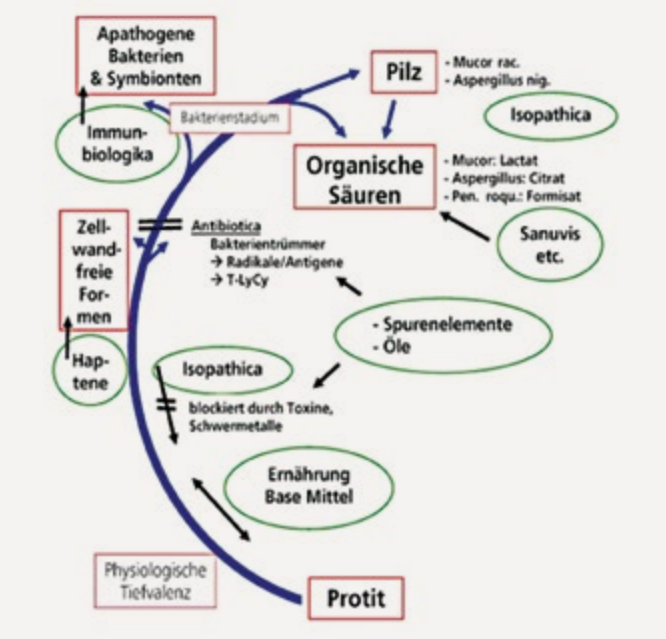
Enderlein fand heraus, zwei bestimmte Eiweißkörper bevölkern uns. Der Mucor racemosus und der Aspergillus niger sind Wegbegleiter durch unser Leben, sind unsere Symbionten und nach dem Tod sorgen sie für die Auflösung und Verwesung.

Mucor und Aspergillus weisen sogenannte Cyclogenien auf, mit vielen verschiedenen Zwischenstadien, die wir im Dunkelfeldmikroskop betrachten und finden können. Daher können wir Aufwärtstendenz (Entzündungsneigung) oder Abwärtstendenz (Ausscheidungsverbesserung, Entzündungsreduktion, Regression) erkennen.

Die Cycloden nach Enderlein:



Die Cycloden von Aspergillus niger (links) und Mucor racemosus (rechts)



Die Entwicklung des Protiten anders dargestellt

Von weiter oben wissen wir schon, Erythrozyten im DF sind leere Ringe mit einem hell leuchtenden Rand. Wir wissen aus der Physiologie, Erythrozyten haben einen Durchmesser von etwa 7µm. Daher können wir alles andere dazu in den Vergleich setzen.

Die Stechapfelform kommt durch Schrumpfung durch intrazellulären Flüssigkeitsverlust zustande, es finden sich dann auch groteske Formen wie ausgefranste Erythrozyten.

Wenn es vermehrte zwischenzelluläre Eiweißbelastung gibt, können wir ein Art Luftballonphänomen sehen, wie wenn Erythrozyten an sichtbaren und z. T. nicht sichtbaren Schnüren im Blut-Fließstrom hängen. Dies sind Anzeichen für eine veränderte nicht optimale Zusammensetzung der Bluteiweiße und beginnenden rheologischen Veränderungen. Bei weiterer verstärkter Eiweißbelastung zeigen sich die Erythrozyten als Diskusscheiben mit der zentralen Delle, Verklumpungstendenzen bis Geldrollenphänomen oder Sludge-Bildung.

Normal sind auch einige Protite im Interzellularraum. Ein leerer Interzellularraum sollte uns auch nachdenklich stimmen. Eine Überladung mit tanzenden, hüpfenden Protiten ist auch nicht Alltag. Intrazellulare Protite, Endobiontendasein ist auch nicht gut.Wie schon erwähnt, gibt es Aufwärtstendenzen und Abwärtstendenzen.

Protite (als Urform) sind prinzipiell gut über Niere und (Darm-) Schleimhaut (Tränenflüssigkeit, Schleim, Menstruation, …) ausscheidbar.

Wenn die Tendenz zur Aufwärtsentwicklung besteht, so werden aus Protiten (eindimensional, punktförmig) Filite (nadelförmig, zweidimensional) oder Symprotite (kleine kreisrunde kräftigleuchtende Ringe, von Erythrozyten durch die Leuchtkraft und Größe eindeutig unterscheidbar) oder Symplasten (Eiweißkörper, dreidimensional, nehmen oft bizarre Formen an).

Die Bildung von Symplasten ist besonders verstärkt nach Röntgenbestrahlung, Gate-Control am Flughafen, bei Gericht, Fussball-Großveranstaltung, …

Im Sinne der Cyclogenie entwickeln sich aus den Protiten auf dem Weg zur Hochform Zwischenstufen, Bakterien und Vorstufen, in der höchsten Form zeigt sich dann entweder der Mucor racemosus oder ein Aspergillus niger. Beiden werden unterschiedliche Belastungen im Körper zugeordnet. So wird dem Mucor racemosus Durchblutungsstörungen bis zur Thrombose zugeordnet. Apergillus niger werden tuberkuline und paratuberkuline Störungen, Allergien, onkologische Belastungen zugeordnet.

Auch die Symplasten der Mucorreihe und der Aspergillusreihe lassen sich im DF durch die Aufbauform und die Leuchtkraft unterscheiden.

Bei viraler Belastung zeigen sich Chondrite, wurmförmig sich krümmende, wandernde Strukturen, bei bakterieller Belastung zeigen sich zunächst Büschelstrukturen, dann sich entwickelnde kleine Kreise mit angedeutetem Kern, Mychit genannt. Bei bakterieller Grundbelastung sehen wir von Haus aus kleine Bakterienkugeln. Diese Formen können sich alle aufwärts entwickeln.

Dies zeigt dann im Vergleich zur morgendlichen Bestimmung weitere Bakterienkugeln, Chondrite, oder intrazelluläre Belastung durch Bildung sporoider Zellen, Endobiontenbelastung. Es kann auch sein dass eine morgendliche Grundbelastung sich bessert, das spricht dann dafür, dass unser Immunsystem gut tätig ist (z. B. Vorhandensein von Schattenerythrozyten).

Darum sollte das morgendlich abgenommene Blutbild im Tagesverlauf mehrmals betrachtet werden, um Entwicklungstendenzen erkennen zu können. Nicht alles ist durch einen morgendlichen Blick ins Bild erkennbar.

Erwachsene Leukocyten sind etwa 3x so groß wie Erythrozyten, juvenile Formen sind dazwischen. Das Verhältnis Erythrozyten zu Leukozyten ist etwa 1:1000, also auch hier gut beurteilbar. Die Leuko's, im Besonderen die Granulozyten sollten gut mobil sein also sich frei bewegen und die Ery's abgrasen und von Mist befreien. Liegen die Granulozyten unbeweglich, nicht arbeitswütig herum, spricht das für ein angeschlagenes träges IS.

Hier abgebildet sind Spirochäten, Borrelien, die unser Therapieregime gewaltig fordern. Wenn sich die Borrelien bereits intrazellulär verstecken, sind sie für die Diagnostik überhaupt nur mehr schwer zugänglich, machen aber jede Menge Beschwerden.

Borrelien bei verschiedenen Patienten

Was aber unsere Omas schon ohne Mikroskop wussten, wenn wir kränkelten, so versorgten sie uns mit Hühnersuppe, es gab keine Milch, keinen Topfen, kein Joghurt, kein Käse, keinen Schinken und kein Schnitzel und …

Also gab es für uns Vogelendobiont, es gab keinen Säuger-Endobiont, damit konnten sie die Entzündungsneigung stabilisieren, und unsere Genesung vorantreiben.

So liefert Säugereiweiß (Milch, Käse, Wurst, Schinken, …) Millionen von Protiten schlagartig nach und erhöht die Wahrscheinlichkeit der Aufwärtsentwicklung, als Inflammationsneigung, eine Silent Inflammation wird dadurch aktiviert, und die Entzündungskaskade geht steil nach oben.

Dies wäre auch ein Denkansatz für chronisch belastete Menschen um aus einer Silent Inflammation, rheumatischen Beschwerden, Fibromyalgie oder vielen anderen Beschwerden leichter zu entkommen. Die Veränderungen die wir in einem Tropfen Blut sehen, die gibt es auch im Gewebe neben der terminalen Endstrombahn zu finden. So finden sich z. B. bei einer Coxarthralgie massenhaft Symprotiten im Gewebe und verursachen Analgetika resistente Schmerzen.

Um daher zielführende Abwärtsentwicklung zu gewährleisten und damit regressive Vikariation, sollten wir unseren Speise plan grundlegend verändern, damit unsere Regulationstherapie (die Therapie mit unseren antihomotoxischen Präparaten) effizienter und zielgerichteter wirkt.

Ich wünsche Ihnen hiermit noch einen entspannten Jahresausklang, eine frohes und gesegnetes Weihnachtsfest, und für 2024 alles Gute und vor allem Gesundheit.

Ihr Manfred Zauner

Entspannung in den Wechseljahren?

DR. PETER FERDINAND
Arzt für Allgemein- und Orthomolekularmedizin

HORMONREVOLTE DURCH STRESS

Immer mehr Frauen kommen zu früh in die Wechseljahre. Der Grund für das Klimakterium vor der Zeit: Stress, falsche Ernährung, damit verbunden zu wenig essentiellen Mikronährstoffe und zu wenig Bewegung bringen die Hormone durcheinander.

Hitzewallungen, Schwindel und Schweißausbrüche, Reizbarkeit, Leistungsabfall und Schlafstörungen – das sind die typischen Beschwerden, die Frauen im Wechsel haben können. Die meisten erleben sie mit 48, 50 Jahren – aber es gibt immer mehr Frauen, die schon um die 40 oder sogar noch früher mit typischen Wechselbeschwerden konfrontiert sind. Dies kann bis zu gravierend unregelmäßigen Regelblutungen oder gar zum Ausbleiben der Menstruation gehen.

Üblicherweise beginnen die Eierstöcke – abgesehen von genetisch bedingten Fällen, in denen dies früher eintritt – am Ende des fünften Lebensjahrzehnts, ihre Produktion einzustellen. Diese Norm wird in der heutigen, schnelllebigen Zeit aber immer öfter durchbrochen, weil die Hektik vielen Frauen einen Lebensstil aufzwingt, gegen den ihr Körper revoltiert. Allen voran sind es Stress, erschüpfende Mehrfachbelastungen, Bewegungsmangel und eine falsche bzw. einseitige Ernährung, die den Organismus aus dem Gleichgewicht bringen.

Spürbare Konsequenzen sind Lust- und Antriebslosigkeit, die Betroffenen werden in der Folge anfälliger gegen Infekte, sie kämpfen ständig mit Husten, Schnupfen oder Heiserkeit oder auch Banalinfekten. Der Raubbau am Körper hinterlässt aber noch viel tiefere Spuren im Organismus und führt dazu, dass die Hormone verrückt spielen. Neu ist die Erkenntnis nicht. Dass Stressoren wie körperliche oder seelische Gewalt oder auch ständige Angst den Hormonhaushalt nachhaltig irritieren, das wurde bereits bei Frauen in den Konzentrationslagern des Dritten Reiches festgestellt. Später zeigten Studien an amerikanischen Entwicklungshelferinnen auf Madagaskar, dass außergewöhnliche psychische und physische Belastungen wechselähnliche Symptome hervorrufen können. Nicht selten blieb unter Stress sogar die Regelblutung aus – dieses Symptom wird Amenorrhoe genannt.

SCHOCK UND STRESS

Inzwischen ist das wissenschaftlich noch viel besser erforscht und man weiß heute, dass neben dem Stress auch Schockerlebnisse oder eine sehr hohe sportliche Belastung bei jungen oder jüngeren Frauen dazu führen, dass die Blutungen unregelmäßig werden oder auch vorübergehend ausbleiben. Bei jüngeren Frauen normalisiert sich die Lage wieder, wenn die Belastung nachlässt. Wenn die Betroffenen aber in einem Alter sind, in dem der Wechsel innerhalb der nächsten Jahre ohnehin zu erwarten wäre, dann können die Eierstöcke stress- oder schockbedingt vorzeitig ihre Funktion endgültig einstellen, die Hormonproduktion geht zurück und die Regelblutung wird unzyklisch oder bleibt überhaupt aus. Warum das passiert, ist den Medizinern nach eingehenden Forschungen klar geworden.

Der Wechsel, der schon „in den besten Jahren“ eintritt, ist durch den Zusammenhang zwischen Stress und Hormonproduktion bedingt. Bei Stress schüttet die Nebennierenrinde nämlich vermehrt Cortisol (Stressbekämüfungshormon) aus, ein Hormon, das es unserem Körper erleichtert, sich an körperlichen oder seelischen Stress anzupassen und in Gefahrensituationen dank erhöhter Aufmerksamkeit und Anspannung blitzschnell zu reagieren. Stress ist so gesehen eine natürliche positive Reaktion des Körpers. Das große „Aber“ aus der Sicht der Frauen: Die vermehrte Produktion von Cortison in der Stresssituation wird durch den körpereigenen Signalstoff CRF (Corticotropin-Releasing-Faktor) angeregt, der die Nebennierenrinde auf Touren bringt. Doch dieser CRF, ohne den es kein Cortison gebe, hat den Nebeneffekt, dass er die Funktion der Eierstöcke unterdrückt.

BEI STRESS KEIN NACHWUCHS

Evolutionsbiologisch ist dieser Vorgang logisch und sinnvoll, da zB auchTiere, die auf der Flucht sind, Stress haben. In dieser Phase sollten sie möglichst keine Nachkommen haben, weil die Aufzucht auf der Flucht schwer möglich ist. Also werden die Eierstöcke ruhig gestellt und es kommt zu keinem Eisprung.“ Beim Menschen verhält es sich ähnlich: Unter Stress wird mehr schützendes Cortison (über dem Normbereich im Labor) gebildet, dafür sind die Eierstöcke weniger oder gar nicht aktiv. Dieses Phänomen ist auch bei Leistungssportlerinnen zu beobachten, bei denen es zu einem Absinken des Hormonspiegels und damit zu einem Ausbleiben der Menstruation kommen kann. Der Körper arbeitet nämlich bei großer körperlicher Anstrengung so, als wären die Frauen auf der Flucht und dabei extrem gestresst. Von der Hirnanhangdrüse kommt deshalb das Signal zur Produktion von Stresshormonen, während der Eierstock ruhig gestellt wird.

ÜBERFLÜSSIGER VERLUST

Neben Stress, Hektik und schockierenden Erlebnissen kann auch Mangelernährung zu Amenorrhoe, also zum Ausbleiben der Regelblutung führen. Diese Erfahrung machen viele Frauen, die an der berüchtigten Ess-Brechsucht (Bulimie) oder an der als Anorexia nervosa bezeichneten Magersucht leiden. Wird dem Körper nicht zugeführt, was er an Energie und Nährstoffen regelmäßig benötigt, bekommt er den Ein-

druck, dass unter diesen Umständen die Menstruation ein überflüssiger Verlust von Körperenergie und Körpersubstanz ist.

Der Organismus stellt dann die Blutungen ein, bis das Angebot an Nahrung wieder ausreicht. Auch der Hormonhaushalt ist von zu geringem Nachschub an Nahrungsenergie betroffen, weil durch Stress und auch durch Hunger die Ausschüttung des weiblichen Hormons Prolactin forciert wird. Auch dieses Hormon hemmt die Funktion der Eierstöcke, sodass es zu keinem Eisprung kommt. Prolactin wird übrigens auch während der Still-Zeit vermehrt gebildet und das ist eine sinnvolle Vorkehrung der Natur, weil Stillen in einem gewissen Maße vor einer neuerlichen Schwangerschaft schützen kann.

Obwohl der Hormonhaushalt der Frauen durch Stress und Nahrungssünden gehörig durcheinander gewirbelt wird, werden sie von den Ärzten nicht gleich mit Hormonen gefüttert, um alles wieder ins rechte Lot zu bringen. Der erste Behandlungsschritt, wenn bei Frauen die Menstruation ausbleibt und sie unter wechselartigen Beschwerden oder unregelmäßigen Regelblutungen leiden, obwohl sie noch nicht im entsprechenden Alter sind, ist vielmehr eine Gesprächstherapie oder eine Gespräch über den Lebensstil. Oft kann schon dadurch erreicht werden, dass Frauen so wenig negativen Stress wie möglich an sich heranlassen.

SO MACHT MAN'S BESSER

Außerdem erhalten sie die Empfehlung, auf eine ausgewogene Ernährung mit wenig tierischen Fetten und statt dessen frischem Obst und Gemüse zu achten und zusätzlich körperlich aktiv zu werden. Damit werden dem Körper die essentiellen Vitamine zugeführt, die die entsprechende Enzymbildung veranlassen aus den zugeführgten KAloreien Energiemoleküle inde Zellen zu produzieren. Zu beachten ist jedoch auch die deutlich gesunkene Nährstoff dichte in unseren Lebensmitteln.

Als Bewegung bestens geeignet sind Nordic Walking, etwas schneller spazieren gehen, mäßig Rad fahren, schwimmen und – für die, die es mögen – laufen. Die vorzeitigen Wechselbeschwerden sind naturgemäß den Frauen vorbehalten, aber auch bei Männern schlägt sich der Stress nicht nur auf Herz und Kreislauf oder Magen und Darm, sondern er greift auch bei ihnen in das Hormonsystem ein. Vor allem dann, wenn zur körperlichen oder psychischen Belastung auch noch ungesunde Ernährung und Bewegungsmangel kommen.

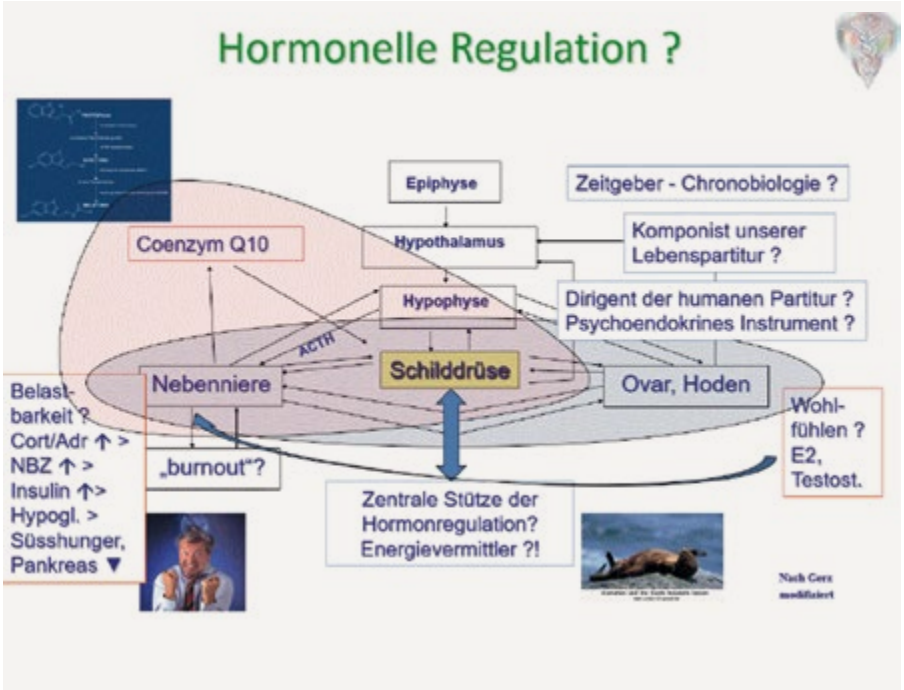
BURN-OUT BEI MÄNNERN

Weil das Wirrwarr bei den männlichen Hormonen nicht so deutliche Spuren hinterlässt wie bei den Frauen mit dem Ausbleiben der Monatsblutung, suchen Männer wegen einschlägiger Beschwerden später einen Arzt auf, obwohl auch sie spüren, dass sie sich nicht so fühlen wie sie es gerne hätten oder von früher her gewohnt sind. Beim Mann merkt man den Hormonmangel durch Stress eher daran, dass sich ihr Körperfett anders zu verteilen beginnt. Männer bekommen mit der Zeit einen weiblicheren Körperbau, wenn die Produktion der männlichen Sexualhormone absinkt. Aber diese Veränderungen gehen in der Regel sehr langsam vor sich und die Männer merken diese körperliche Veränderung nicht wirklich, aber ihr subjektives Wohlbefinden leidet. Beim Mann spricht man nicht von typischen Wechselbeschwerden, wenn zu wenig Hormone synthetisiert werden, sondern vom „burn-out-Syndrom".

Das Überforderungssyndrom – der Körper kann nicht mehr leisten, was er möchte oder sollte oder an sich zu leisten imstande wäre –, betrifft also durchaus beide Geschlechter, weil es sowohl bei Frauen als auch bei Männern zu einer Veränderung im Hormonhaushalt führen kann. Oft wird es allerdings nicht richtig diagnostiziert, weil die entsprechenden Parameter nicht gemessen werden. Dabei würde eine einfache Blutanalyse reichen, mit der die Funktion der Schilddrüse untersucht wird. Die Überforderung verursacht nämlich meist erst eine Unterfunktion der Schilddrüse, die eindeutig diagnostiziert werden kann. Zuwenig Beachtung wird auch cholesterinsenkenden Medikamenten geschenkt, denn Cholesterin bildet das Grundgerüst in der Hormonsynthese. Wird der Cholesterinwert medikamentös herabgesetzt, kann durch den „Fettsenker" auch das hormonelle Gleichgewicht durcheinander gebracht werden.

ZU WENIG VITALSTOFFE

In der orthomolekularen Medizin – dieser Zweig der Medizin geht von der Notwendigkeit einer ausgewogenen Versorgung des Körpers mit essentiellen Vitalstoffen aus – gibt es noch eine dritte maßgebliche Ursache für die vorzeitigen Wechselbeschwerden, nämlich die Unterversorgung mit bestimmten Stoffen, die das Leben erst lebenswert machen. Das ist die Domäne der orthomolekularen Medizin. Ihr Name kommt aus dem Griechischen (ortho bedeutet richtig, gut; ein Molekül wiederum ist die kleinste Einheit einer chemischen Verbindung, die noch die charakteristischen Eigenschaften dieser Verbindung aufweist) und sie beruht auf der Erkenntnis, dass der menschliche Körper für ein gesundes und reibungsloses Funktionieren aller Organe mehr als 40 essentiellen Vitalstoffe braucht: also Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Proteine, Enzyme und essentielle Fettsäuren.



WICHTIGE VITALSTOFFE

Die Mikronährstoffe arbeiten nämlich als Katalysatoren oder Coenzyme, das heißt, sie sind unter anderem auch an der Erzeugung von Hormonen im Körper beteiligt. Deswegen ist für Frauen im Wechsel, wenn die Produktion der Sexualhormone zurückgeht, eine optimale Versorgung mit Vitalstoffen sehr wichtig. Der Bedarf an Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen, Proteinen, Enzymen und essentiellen Fettsäuren kann in dieser Lebensphase unter Umständen so hoch sein, dass man ihn nicht einmal mit gesunder, vielseitiger Mischkost decken kann. In diesem Fall empfehlen die Experten Nahrungsergänzungen, wobei durch eine Blutanalyse festgestellt werden kann, was dem Körper im Detail fehlt.

Heutzutage kommt es leider sehr häufig zu einer Unterversorgung mit Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen, Proteinen, Enzymen und essentiellen Fettsäuren – und sie ist mit verantwortlich unter anderem für das Burn-out-Syndrom beim Mann und die wechselähnlichen Beschwerden bei Frauen in jüngeren Jahren. Durch die hohen Stressbelastungen von heute werden nämlich mehr von diesen Vitalstoffen ge- und verbraucht als früher. Unter anderem deshalb, weil Menschen von heute unter Stress meist den Konsum von Genussmitteln verstärken: Raucher rauchen noch mehr und trinken Unmengen von Kaffee, statt zu frischem Obst und Gemüse zu greifen und dem Körper zu geben, was er in dieser Situation vermehrt benötigen würde.

MIT STRESS UMGEHEN

Wie macht man's richtig? Frauen, die noch lange nicht 50 sind, aber plötzlich das Gefühl haben, schon in den Wechsel zu kommen, sowie Männer, die hormonell bedingt am Burn-out-Syndrom oder ähnlichen Beschwerden leiden, sollten nach Möglichkeit ihren Lebensstil ändern oder zumindest lernen, mit Stress besser umzugehen. Bei Bedarf sollten sie sich durch entsprechende Ernährung oder gegebenenfalls durch Vitamin-Präparate mit den Stoffen versorgen, die ihnen fehlen, vor allem mit Spurenelementen und Vitaminen, die auch in die Hormonausschüttung eingreifen. Das sind besonders das Coenzym Q10 oder Ubichinon (an der Energiebiuldung der Zeelen essetiell beteiligt), die Vitamine C, E, alle B-Vitamine und auch Vitamin D 3. Sie unterstützen die Nebennierenrinde in ihrer Funktion, sodass die Produktion des weiblichen Sexualhormons Östrogen und seines männlichen Gegenstücks Testosteron wieder funktioniert.

DR. PETER FERDINAND

ARZT FÜR ALLGEMEIN- UND ORTHOMOLEKULARMEDIZIN

Bahnhofstraße 14

8510 Stainz

Tel.: +43 3463 812 20, Fax: – 15

office@dr-ferdinand.at

www.dr-ferdinand.at

ORTSWECHSEL – NEUE ORDINATION IN STAINZ

Dr. Peter Ferdinand

ARZT FÜR ALLGEMEIN- UND ORTHOMOLEKULARMEDIZIN

KLINISCHE ORTHOMOLEKULARE MEDIZIN, RISIKO- UND HORMONPROFILABKLÄRUNG

BEGLEITENDE BIOLOGISCHE TUMORTHERAPIE, PRÄVENTION UND PROPHYLAXE

Ordinationszeiten

Montag	09.00 – 12.30 Uhr
Dienstag	13.00 – 16.30 Uhr
Mittwoch	13.00 – 16.30 Uhr
Donnerstag	09.00 – 12.30 Uhr

Sowie nach Vereinbarung

Bahnhofstraße 14, 8510 Stainz | Tel.: +43 3463 812 20, Fax: – 15
office@dr-ferdinand.at | www.dr-ferdinand.at

HAYMO SANI
Fortbildungsreferent
Österreichische Ärztegesellschaft für Biologische Regulationsmedizin und Homotoxikologie

HOMÖOPATHIE UND PHYTOTHERAPIE IM KLIMAKTERIUM

Neben der Pubertät sind die Wechseljahre eine zweite große Umstellung für den weiblichen Körper.

Das hormonelle Ungleichgewicht macht sich körperlich und seelisch bemerkbar und führt bei zwei von drei Frauen zu den Wechseljahres-beschwerden, wie z. B.:

- Hitzewallungen und Schweißausbrüche
- Schlafstörungen
- Stimmungsschwankungen, Reizbarkeit
- Müdigkeit, Antriebslosigkeit
- Konzentrationsschwäche, Vergesslichkeit
- Nervosität, innere Anspannung
- Ängste, Panikattacken, Herzklopfen
- Kopfschmerzen, Migräne
- Schwindel
- Gewichtszunahme
- Anschwellen und Berührungsempfindlichkeit der Brust
- Scheidentrockenheit, -brennen, Juckreiz in der Scheide
- Verminderte Libido, Schmerzen beim Geschlechtsverkehr
- Trockene Haut
- Häufiger Harndrang, Harninkontinenz
- Gelenkbeschwerden (vor allem in den Fingern), Muskelbeschwerden
- Rückenschmerzen
- Augen- und Mundtrockenheit

FOLGENDE DINGE SIND FÜR ALLE FRAUEN IN DEN WECHSELJAHREN WICHTIG

1. **Frieden schließen:**
   Wer die Wechseljahre als natürlichen Teil eines langen, gesunden Lebens akzeptiert, nimmt Druck und Stress heraus.

2. **Sich ausreichend bewegen**:
   Gewichtszunahme, verringerte Knochendichte, Muskelabbau oder Gelenkschmerzen: Am besten wird der Körper durch einen Mix aus Ausdauertraining, Krafttraining, regelmäßigem Dehnen und Übungen für Balance und Beweglichkeit unterstützt.

3. **Die Ernährung anpassen:**
   Leere Mikronährstoffspeicher verschlimmern die Wechseljahresbe-schwerden – siehe Artikel Dr. Ferdinand

DIE WICHTIGSTEN PFLANZLICHEN MITTEL GEGEN HITZEWALLUNGEN UND ANDERE WECHSEL-JAHRESBESCHWERDEN

Brennnesselsamen
Frauenmantel
Hopfen
Mönchspfeffer
Nachtkerzenöl
Rotklee
Salbei
Soja
Traubensilberkerze
Yamswurzel

Es gibt eine Reihe von pflanzlichen Fertigpräparaten mit einer sehr guter Wirkung und Verträglichkeit: z. B.
Klimaktoplant N, Remifemin plus, Vitango, Passedan

HOMÖOPATHISCHEN MITTEL FÜR DIE ZEIT WÄHREND DER WECHSELJAHRE:

Crocus
- Kopfschmerzen im ganzen Kopf
- Hitzewallungen mit warmem Schweiß, Wallungen in Brust und Herz; glaubt, schwanger zu sein

Glonoinum D30
- Hitzewallungen mit plötzlichem warmem Schweiß
- Heftige Kopfschmerzen, Schmerzen wie ein Band um den Kopf
- Kopf plötzlich dunkelrot mit Klopfen, Ohrgeräuschen und Kopfdruck
- Kreislaufstörungen

Lachesis
- Starke Stimmungsschwankungen
- Hämmernde Kopfschmerzen linksseitig
- Dunkelrot bis schwarze Periodenblutungen
- Hitzewallungen mit warmem Schweiß, schwächend. Mit Depressionen, fühlt sich seit den Wechseljahren nicht mehr wohl
- Engegefühl am Hals und in der Halsgegend, trägt offene Bluse, verlangt Kälte.
- Kreislaufstörungen

Phosphorus
- Hitzewallungen, Brennen im Rücken
- Stechende Kopfschmerzen in der Stirn
- Starke Blutungen, viel hellrotes Blut
- Häufige Zwischenblutungen
- Starke Rückenschmerzen

Pulsatilla
- Unregelmäßige Periode, verändert sich ständig
- Dickes, schwarzes Blut, kommt stoßweise
- Launenhafte Stimmung
- Krampfadern
- Gewichtszunahme
- Osteoporose

Sepia
- Dunkle Augenringe
- Launenhaft, gleichgültig allem gegenüber
- Braune Flecken im Gesicht, besonders um den Mund.
- Schlafstörungen
- Brennende Kopfschmerzen
- Demütigungen, Schmerzen im Hinterkopf
- Hitzewallungen mit kaltem, brennenden Schweiß, strahlen vom Bauch aus in Richtung Kopf. Hände und Füße kalt
- Dumpfe, nach unten drängende Schmerzen während der Periode

Sulfur
- Hitzewallungen, vor allem Nachts. Warmer Schweiß. Große, erschöpfende Hitze, Brennen überall. Schlimmer durch Bettwärme
- Trockene Scheide, Abneigung gegen Geschlechtsverkehr

Sanguinaria
- Hämmernde Kopfschmerzen, Kopf rot und trocken, Schmerz rechts, bis hin zu Migräneattacken
- Nervöse Ohrenschmerzen mit Brausen, Summen, geräuschempfindlich
- Hitzewallungen ohne Schweiß, roter Kopf (wie angemalt), aufgedunsen, verträgt keine Zugluft
- Zwischenblutungen, hell, klumpig, übelriechend
- Herzrasen

Dosierung:
Alle Mittel (Ausnahme Glonoinum) in der Potenz C30, morgens 3 Globuli. Nach zwei Wochen der Behandlung sollte eine deutliche Verbesserung zu merken sein.

Da die Homöopathie den ganzen Menschen (= Konstitution) betrachtet, ist es oft schwierig das richtige Mittel zu finden. Es gibt aber eine Reihe von Komplexmitteln, die mehrere Beschwerdebilder abdecken und damit eine breite Wirksamkeit haben.

Gute Erfahrungen und Studien gibt es z. B. zu: **Hormeel, Mulimen, Kli.Heel, Ypsiloheel N, Neurexan**.

QUIZ DUNKELFELD-VITALBLUTDIAGNOSTIK

In diesem Heft finden sie einen sehr ausführlichen und interessanten Artikel über die Dunkelfelddiagnostik. Dr. Manfred Zauner hat uns für ein Quiz dazu einige „Prüfungsfragen“ zusammengestellt

INFO
Das Quiz-Formular gibt es auch auf unserer Homepage

Unter allen bis 20. Juni 2024 eingegangen Antwortbögen – per Mail, per Post oder per Fax– verlosen wir live in unserem Seminar am 22. Juni 2024 in Stockerau einen Überraschungspreis.

Fax: +43 1 615 63 09
sekretariat@homotox.at
www.homotox.at

Bitte Zutreffendes bei „JA“ oder „NEIN“ ankreuzen

DIE DUNKELFELD-VITALBLUTDIAGNOSTIK ERLAUBT RÜCKSCHLÜSSE ÜBER:	JA	NEIN
- zelluläre Veränderungen, die auf Mangelerscheinungen hinweisen (z. B. Vitamin B-Mangel, Eisenmangel)?	X	X
- das Ausmaß der mikrobiellen und toxischen Belastung des Blutes	X	X
- die Beschaffenheit der roten und weißen Blutkörperchen	X	X
- die Organfunktionalität	X	X
- die Aktivität des Immunsystems (Wie gut arbeitet Ihr/unser Immunsystem)	X	X
- bestehende Allergien	X	X
- Autoimmungeschehen	X	X
- die Stoffwechselsituation und Entgiftungsleistung des Körpers	X	X
- Fließeigenschaften des Blutes und evtl. Thromboserisiken (gibt es Hinweise auf Durchblutungsstörungen)	X	X
- die Sauerstoffversorgung des Blutes	X	X
- parasitäre Belastungen	X	X
- versteckte entzündliche Prozesse	X	X
- Gleichgewicht des Säure-Basen-Haushalts	X	X
- versteckte Belastungen durch Viren	X	X
- Belastungen des Körpers durch Elektrosmog	X	X
- toxische Belastungen z. B. durch Schwermetalle	X	X

Homotoxikologie Seminare 2024

Anmeldung: Telefonisch unter +43 664 834 11 83
per Fax unter +43 1 615 63 09
online auf unserer Website www.homotox.at
per Post oder E-Mail: sekretariat@homotox.at

GRUNDLAGENWOCHENENDEN 2024

Psychosomatische Erkrankungen – Ganzheitliche Therapieansätze	Bad Hall	27./28.1.
Immunsystem – Allergie	Pöllau	20./21.4.
Einstieg in die Homotoxikologie	Bad Hall	9./10.11.

DFP 13 PUNKTE MEDIZINISCHE FORTBILDUNG

THEMENWOCHENENDEN 2024

Gesund und vital von der Jugend bis ins hohe Alter	Bad Hall	16./17.3.
Moderne Mitochondrienmedizin	Hall in Tirol	15./16.6.
Frauengesundheit – Männergesundheit	Stockerau	12./13.10.
Homotoxikologie und andere bioregulatorische Methoden	Pöllau	16./17.11.

DFP 13 PUNKTE MEDIZINISCHE FORTBILDUNG

SPEZIALSEMINARE 2024

NEU 8 PUNKTE

Spezialworkshop Schmerz	Pörtschach	13.4.
Patientenfälle aus der Praxis	Stockerau	22.6.
Kinder und Jugendliche beim praktischen Arzt	Pörtschach	28.9.
Ganzheitliche Schmerztherapie in der Allgemeinpraxis	Strobl	19.10.

DFP 8 PUNKTE MEDIZINISCHE FORTBILDUNG

Mitgliederversammlung Vorstandssitzung 2024

Österreichische Ärztegesellschaft

für Biologische Regulationsmedizin

und Homotoxikologie

19.4.2024, Hotel Retter, Pöllauberg

Mitgliederversammlung 18:30 Uhr

Vorstandssitzung 19:00 Uhr

Hotel Retter
Pöllauberg 88
8225 Pöllau bei Hartberg
+43 3335 2690
hotel@retter.at
www. *retter.at*

Homtoxikologie Netzwerk

In dieser Rubrik möchten wir den Austausch

unter den Mitgliedern fördern.

Netzwerk
Bitte schreiben Sie uns, wenn Sie am Homotoxikologie Netzwerk und am Austausch mit Kolleg*innen interessiert sind.

Therapieanfragen
Für Therapieanfragen (kostenlos für Mitglieder der Ärztegesellschaft für Biologische Regulationsmedizin und Homotoxikologie) wenden Sie sich bitte an Haymo Sani unter +43 650 355 33 15.

Beiträge
Wir freuen uns über Ihre Anregungen. Beiträge für die nächsten Ausgaben der Homotox News senden Sie bitte an: sekretariat@homotox.at

Autor*innen

Dr. Peter-Kurt Österreicher
Arzt für Allgemeinmedizin, 2514 Traiskirchen, Hauptplatz 17

Haymo Sani
Österreichische Ärztegesellschaft für Biologische Regulationsmedizin und Homotoxikologie
Postfach 62, 1230 Wien

MR DDR. Hannes Schoberwalter
Dr. Schoberwalter & Schoberwalter OG
Brünnerstrasse 41, 1210 Wien

Dr. Manfred Zauner
Dungl GmbH, Mölker Bastei 5, 1010 Wien

Dr. Peter Ferdinand
Arzt für Allgemein- und Orthomolekularmedizin
Bahnhofstraße 14, 8510 Stainz

Impressum

Homotox News – Informationen zu Biologischer Regulationsmedizin und Homotoxikologie
Dezember 2023, Ausgabe 2 2023

Redaktion:
Dr. Peter-Kurt Österreicher,
Haymo Sani
Telefon: +43 664 834 11 83
Fax: +43 1 615 63 09
E-Mail: sekretariat@homotox.at
www.homotox.at
Redaktionssekretariat: *Hedwig Simon*

Für den Inhalt verantwortlich:
Dr. Peter-Kurt Österreicher
Österreichische Ärztegesellschaft
für Biologische Regulationsmedizin und Homotoxikologie
Postfach 62, A-1230 Wien
ZVR 754400493, DVR NR. 0077577

Grafik: *schaefer-design.at*
Hersteller: *druck.at Druck und Handelsgesellschaft mbH.*
Die Zeitschrift erscheint 1–2 mal pro Jahr

Bezugsgebühren:
Abonnement jährlich EUR 16,–
Für Mitglieder der „Österreichischen Ärztegesellschaft für Biologische Regulationsmedizin und Homotoxikologie“ kostenlos
Bankverbindung Bawag:
IBAN AT701400001410824910
BIC BAWAATWW

Für unverlangte Rezensionsstücke und Beiträge übernimmt die Redaktion keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung der Autor/innen wieder und müssen sich nicht mit jener der Redaktion decken.

Österreichische Ärztegesellschaft
für Biologische Regulationsmedizin und Homotoxikologie
Postfach 62, A-1230 Wien
Telefon: +43 664 834 11 83, Fax: +43 1 615 63 09
E-Mail: sekretariat@homotox.at
www.homotox.at

Österreichische Post AG
Info.Mail Werbung Entgelt bezahlt

www.homotox.at

HOMOTOXIKOLOGIE