



Udo Simianer
Akademischer
Therapeut

Gedanken und
Informationen über
Homöopathie und
Gesundheit

Udo Simianer
Akademischer Therapeut
Gedanken und Informationen über Homöopathie
und Gesundheit

Ausgabe April 2025

Rechtlicher Hinweis:

Alle Reproduktionen und Nachdrucke -
ausgenommen im Zusammenhang mit
Rezensionen dieses Buches – bedürfen der
schriftlichen Zustimmung des Autors.

Autor:

Udo Simianer
Akademischer Therapeut
Im Brettspiel 6
75015 Bretten

Telefon: [+49] (0) 7252.580 540

E-Mail: simianer@web.de

Lektorat:

Jasmin Mrugowski, „Die Wortdetektei“

Internet:

www.pferdehaaranalyse.com

www.hundehaaranalyse.com

www.haaranalyse.online

www.heilpraktikerbretten.de

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
1 Einführung.....	11
2 Bedeutende Homöopathen	17
2.1 Samuel Hahnemann.....	17
2.2 Edward Bach.....	23
2.3 Waldemar Diesing	29
3 Homöopathie als Wissenschaft	33
3.1 Therapiefreiheit	33
3.2 Gesundheit / Krankheit	38
3.3 Bedeutende Homöopathen sind sich einig.....	42
4 Psychische Ursachen von Krankheiten.....	47
4.1 Entdeckung seelischer Komponenten.....	47
4.2 Therapie bei Psychosomatiken.....	52
4.3 Änderungen an sich selbst.....	56
5 Selbstheilung	59
6 Gesundheitsrisiken	67
6.1 Rauchen / Nikotinabusus.....	67
6.2 Diabetes	70
6.3 Übergewicht / Adipositas	74
6.4 Alkoholabusus / Alkoholismus.....	80
6.5 Vorsorgeuntersuchungen	84
7 Alkoholranke Ärzte	89

8 Stress – die Ursache aller Dinge	93
9 Schlussbemerkung	99
Literaturverzeichnis.....	101
Internetquellen.....	102
Über den Autor	105

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

aus meiner Sicht hat sich das Thema Gesundheit in den letzten Jahrzehnten verändert. Noch nie war es so einfach, an Wissen zu kommen und gleichzeitig so schwer, den Überblick zu behalten. Das Hauptziel dieses Buches besteht allein darin, zusammengesuchtes Wissen zu veröffentlichen. In vielen Büchern und auf Internetseiten ist Wissen zu finden, welches jedem Menschen mehr oder weniger dienlich ist.

Der Nutzen dieses Wissens ist darüber hinaus davon abhängig, wie sehr jeder einzelne den Aussagen vertraut. Zugegeben, einige Symptome oder Erkrankungen bedürfen einer eingehenden Recherche. Dennoch sollte nicht jeder Mensch wegen jeder „Kleinigkeit“ einen Arzt aufsuchen, damit ihm dieser hilft, wieder gesund zu werden.

Das Thema Krebs ist beispielsweise so angstbeladen, obwohl zwei Drittel aller Krebserkrankungen mithilfe einfacher Veränderungen der Lebensweise, einschließlich der Ernährungsgewohnheiten, vermieden werden.

Dieses Buch kann und soll selbstverständlich keine ärztliche, therapeutische oder heilpraktische Beratung ersetzen.

1 Einführung

Die klassische Homöopathie erfreut sich bei immer mehr Menschen einer großen Beliebtheit. Sowohl Statistiken als auch die wachsende Patientenzahl in homöopathischen Praxen zeigen, dass sich kranke Menschen aktiv und bewusst für eine Behandlung auf alternativem Wege entscheiden. Der im Begriff Homöopathie wurde Ende des 18. Jahrhunderts durch seinen Begründer Samuel Hahnemann ins Leben gerufen.

Begriff der
Homöopathie

Zu dieser Zeit lag die durchschnittliche Lebenserwartung bei der Geburt aufgrund der hohen Sterblichkeit von Säuglingen bei 33 Jahren. Eine deutliche Veränderung im Vergleich zu früher zeigt sich auch in der Reaktionszeit, in der erkrankte Menschen medizinische Hilfe in Anspruch nehmen. Selbst in Fällen schwerer akuter Erkrankung wurde in der damaligen Zeit ärztliche Hilfe meist nicht vor dem dritten Tag und oft erst bedeutend später in Anspruch genommen.

Reaktionszeit
bis ärztliche
Hilfe in
Anspruch
genommen
wird

Nicht nur Bürger der unteren Schichten, sondern auch Angehörige der Oberschicht mieden so lange wie möglich das Krankenbett. Es herrschte die Auffassung, das Bett zöge Krankheiten an und verschlimmere den Gesundheitszustand.

Interessant ist die vollkommene Überzeugung der damaligen Menschen in Bezug auf die Ursache von Krankheiten. Grundsätzlich gab es nur zwei Interpretationsmuster, nämlich natürliche Ursachen (Diätfehler, Lebensumstände, Umweltbedingungen usw.) oder andere Ursachen,

Ursache von
Krankheiten

Krankheit ist
selbst
verschuldet

wie beispielsweise übernatürliche Kräfte (Gott, Dämonen, Hexen). Egal, welche Theorie von beiden den Vorzug erhielt, bei einer Sache herrschte völlige Übereinstimmung: Krankheit war in den meisten Fällen selbst verschuldet. Entweder strafte Gott die sündigen Menschen mit Krankheit, oder die Natur rächte sich am Körper für eine maßlose, ungesunde Lebensweise.

Wahl des
Therapeuten

Zu Beginn des 19. Jahrhunderts standen die Menschen oft vor der Wahl, welcher Therapeut wohl am besten helfen könne. In der heutigen Zeit hat sich zu damals nicht viel geändert. Der Ruf des Therapeuten war ausschlaggebend. Die Patienten vertrauten auf tatsächliche oder glaubwürdige Heilerfolge, die sich oft zu gleichen Teilen aus Ober-, Mittel- und Unterschicht zusammensetzte.

Aussagen der
Patienten sind
uninteressant

Das Stethoskop wurde bereits 1819 von Hyacinthe Laennec erfunden, setzte sich jedoch erst in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts in der medizinischen Praxis durch. Ähnlich verhielt es sich mit dem Fieberthermometer, der Akupunktur und der Pulsmessung, die mithilfe einer Uhr durchgeführt wurde. Eine sehr viel größere Bedeutung hatte die Anamnese¹.

In einem zeitgenössischen Standardwerk der Diagnostik ist nachzulesen, dass bereits zu dieser Zeit (ausschließlich) Ärzte davor gewarnt wurden, die Aussagen der Patienten allzu wörtlich zu nehmen. Derselbe Autor betont gleichzeitig, es möge Fälle geben, in denen der persönlich gefärbte

¹ Sorgfältige Erhebung der Krankengeschichte.

Bericht des Patienten einem Arzt durchaus wichtige Aufschlüsse liefern könne. Heute wird zunehmend anerkannt, dass die individuelle Wahrnehmung eines Patienten wertvolle Hinweise liefern kann – insbesondere in der alternativen Medizin.

Ein Homöopath ist in dieser Hinsicht vollkommen anderer Meinung. Für ihn steht die Patient-Arzt-Beziehung im Vordergrund. Patienten arbeiten gerne kooperativ mit dem Therapeuten zusammen. Dadurch fühlen sich die Menschen mit ihren Problemen richtig und umfassend wahrgenommen.

Patient-Arzt-
Beziehung
von größter
Bedeutung

Darüber hinaus, dies mag mitunter ein Grund für die wachsende Anerkennung der klassischen Homöopathie sein, profitieren Patienten nicht ausreichend von schulmedizinischen Konzepten und suchen häufig anderweitig Hilfe. Gerade für solche Menschen kann die Homöopathie eine wertvolle – und manchmal einzige – Alternative sein.

Menschen
profitieren
nicht von
schulmedi-
zinischen
Konzepten

Das Ziel jeder Therapie, unabhängig davon, welche Verfahren angewendet werden, liegt in der Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Körpers. Gleichzeitig soll das Regenerationspotenzial gestärkt und im Idealfall Körper, Seele und Geist in Einklang gebracht werden. In den letzten Jahren ist zu beobachten, dass homöopathische Methoden durch wissenschaftliche Erkenntnisse –

Selbstheilungs-
kräfte des
Körpers

beispielsweise aus den Bereichen der Epigenetik², des Mikrobioms³, der Neurobiologie⁴ oder der Faszienlehre⁵ – erklärbarer, sogar beweisbarer wurden.

Quanten- und Informations medizin

Abschließend folgen noch Ausführungen zum Thema Quanten- und Informationsmedizin sowie der Energiemedizin, welche die obigen Ausführungen bestätigen. Hierbei handelt es sich um eine recht neue Wissenschaft. Seit Mitte der 70er-Jahre wurden von Prof. Fritz-Albert Popp eine „ultraschwache Zellstrahlung“ oder „Biophotonen“ erforscht.

Körperlicht in Zellen

Professor Popp hat gezeigt, dass alle Lebewesen, einschließlich des Menschen, ein schwaches Leuchten abstrahlen, das mit bloßem Auge nicht erkennbar ist. Ausschließlich hochempfindliche Messinstrumente sind in der Lage, diese „Strahlung“ nachzuweisen. Das sogenannte Körperlicht bringt die physiologischen Vorgänge in Zelle und Gewebe zum Ausdruck. Infolgedessen bildet es den Nachweis für den Zustand des Organismus und dessen äußere Einflüsse.

² Die Epigenetik erklärt den Einfluss von Umweltfaktoren auf die Zelleigenschaften und wie diese dadurch die Aktivität von Genen beeinflussen.

³ Gesamtheit aller Mikroorganismen, wie beispielsweise Bakterien oder Viren, die einen Organismus (Mensch, Tier) besiedeln.

⁴ Die Neurobiologie beschäftigt sich mit dem Aufbau und der Funktionsweise von Nervenzellen (Neuronen) und Nervensystemen.

⁵ Allgemein wird unter „Faszie“ die bindegewebige Hülle eines Muskels oder Muskelgruppe verstanden. Dazu zählen verschiedene Unterformen wie beispielsweise die Kopf-Hals-Faszie, Rumpffaszie, Gliedmaßenfaszie und Muskelfaszie.

Wissenschaftliche Erkenntnisse und Entwicklungen demonstrieren, dass der menschliche Organismus nicht nur aus der soliden Materie der Moleküle, Zellen und Gewebe besteht, sondern außerdem über eine elektromagnetische Feldkomponente verfügt. Mit entsprechenden Laborgeräten können daher Organismen wie Menschen und Tiere analysiert werden. Der Nachweis von elektromagnetischen Feldern in einem Organismus wurde 1999 geliefert, indem demonstriert wurde, wie ein Magnet an der richtigen Stelle von zwei Fingern positioniert stabilisiert werden konnte: Der Magnet schwebt beispielsweise zwischen Zeigefinger und Daumen, ohne die Haut zu berühren (Diamagnetismus).

Elektromagnetische
Felder im
Organismus

Diese Methode bietet zwei unschätzbare Vorteile: Zum einen die Möglichkeit von Analysen des gesamten Organismus auf Erkrankungen oder Defizite und zum anderen das Austesten von Verträglich- und Wirksamkeit bei Medikamenten.

Das Zeitalter von IT (Informationstechnologie), manche sagen auch EDV (Elektronische Datenverarbeitung), ermöglicht die Analyse von Wellen, die in jedem Körper vorhanden sind. Weist eine Welle ein bestimmtes Muster („Störung“) auf, ist dies ein Hinweis auf eine Erkrankung. Im gleichen Atemzug wird eine Datenbank mit über 62.000 Signalen abgeglichen und so die „Erkrankung“ ermittelt.

Störwellen als
Indikator

Auf recht schnelle und einfache Weise kann damit herausgefunden werden, welche Medikamente bei einem Organismus Wirkung zeigen. Dadurch

ist es möglich, den Organismus vor schlecht wirkenden oder Schäden verursachenden Medikamenten zu schützen. Die Therapiedauer wird dadurch abgekürzt und der Heilungserfolg maximiert.

Das Wichtigste in Kürze:

- Immer mehr Menschen wenden sich der Homöopathie zu.
- Früher suchten die Menschen – auch bei schweren Erkrankungen – erst nach drei oder vier Tagen einen Arzt auf.
- Unter den Bürgern herrschte die Auffassung: Krankheit war in den meisten Fällen selbst verschuldet.
- Ärzte wurden davor gewarnt, den Aussagen von Patienten Glauben zu schenken.
- Die Patient-Arzt-Beziehung steht nur bei Homöopathen im Vordergrund.
- Homöopathische Therapien werden mehr und mehr durch wissenschaftliche Erkenntnisse belegt.
- Homöopathen setzen auf die Selbstheilungskräfte des Körpers.
- Die Quanten- und Informationsmedizin (Energiemedizin) liefert wertvolle Erkenntnisse.

2 Bedeutende Homöopathen

Die Homöopathie wurde von verschiedenen Menschen entwickelt und geprägt. Alle bedeutenden Namen aufzuzählen, würde den Umfang dieses Kapitels sprengen. Daher stehen hier drei der wichtigsten Homöopathen im Fokus – allen voran Dr. Samuel Hahnemann, der bedeutendste deutsche Arzt der Goethezeit.

2.1 Samuel Hahnemann

In der Nähe des Weißen Hauses in Washington erinnert heute ein imposantes Denkmal an Dr. Samuel Hahnemann (10.04.1755 – 02.07.1843), Begründer der Homöopathie. Millionen von Menschen auf der ganzen Welt vertrauen inzwischen seinen Heilmethoden. 1792 trat Hahnemann mutig gegen die hoch angesehenen Ärzte am Wiener Kaiserhof auf und kritisierte öffentlich den übermäßig durchgeführten Aderlass – und das, obwohl er selbst noch kaum bekannt war.

Kritik am
Aderlass

Gleichwohl sei bemerkt, dass der Aderlass⁶ von ihm niemals durchgeführt worden war. Mit seiner Kritik löste er eine Debatte über die „richtige“ beziehungsweise „falsche“ Therapie aus, da er die von den Ärzten angewandte Therapie (Aderlass) als Kunstfehler bezeichnete. Kaiser Leopold II. starb völlig unerwartet am 1. März 1792 nach viermaligem Aderlassen im Beisein seiner Frau.

⁶ Aderlass: Mittels einer größeren Kanüle (50 ml bis 300 ml) wird Venenblut entnommen. Die jeweils entnommene Menge richtet sich nach der Krankheit.

Ähnlichkeits- prinzip

Die Geburtsstunde der Homöopathie wird in Hahnemanns Entdeckung des Ähnlichkeitsgesetzes (similia similibus curentur = Ähnliches soll mit Ähnlichem behandelt werden) gesehen. Durch einen Versuch mit Chinarinde entdeckte man dieses Gesetz, welches bis heute vielfach wiederholt wurde, um die Lehre von Hahnemann entweder zu bestätigen oder auch zu widerlegen. Die Arzneimittelversuche erfolgten am gesunden Körper oder wurden in der Literatur beschrieben.

Arzneimittel- versuche an gesunden Menschen

Um möglichst viele Erfolge zu erzielen, führte man diese Versuche an gesunden Personen unter möglichst gleichen und gemäßigten äußeren Verhältnissen durch. Die jeweiligen Symptome wurden nummeriert, und die Auflistung erfolgte nach einem festen Schema: in zwei Reihen vom Kopf bis zu den Fußspitzen und von physischen zu psychischen Symptomen.

Mildes Queck- silberpräparat, das heute noch gilt

Während seiner Forschungszeit fertigte Hahnemann eine Vielzahl umfangreicher Übersetzungen an und verfasste eigene Arbeiten, darunter einige wegweisende Beiträge zur Chemie. Die Beschreibung des nach Hahnemann benannten löslichen Quecksilbers (Mercur solubilis Hahnemann) ist ein mildes Quecksilberpräparat, das er gezielt zur Behandlung von Geschlechtskrankheiten einsetzte. Selbst spätere Gegner waren vollen Lobes über dieses Mittel. Noch heute wird dieses Medikament gegen Hautkrankheiten verordnet.

1797 schloss Hahnemann sein Medizinstudium an der Friedrich-Alexander-Universität in Erlangen mit der Promotion „Dr. med. Christian Friedrich Samuel Hahnemann“ ab. Dr. Hahnemann praktizierte nunmehr als Arzt, Apotheker und Chemiker in verschiedenen Laboren. Kurze Zeit vor seiner Promotion wurde ihm eine Ausnahmegenehmigung vom damaligen Herzog erteilt. Dank seines Fachwissens als medizinischer Schriftsteller und seines Könnens genoss er den Ruf eines „geschickten“ Chemicus und Arztes. So konnte er sich in Wolfenbüttel als Arzt niederlassen.

Arzt,
Apotheker
und Chemiker

Über viele Jahre verfiel Hahnemann in Resignation, da er immer wieder die Unfähigkeit der ärztlichen Kunst beobachtete, den Menschen bei den meisten Krankheiten zu helfen. Nach seinem Grundsatz ist die Heilkunde eine Wissenschaft der Erfahrung; sie beschäftigt sich mit der Tilgung der Krankheiten durch Hilfsmittel.

Ein weiteres Grundprinzip betrifft die Arzneimittelfindung in der Homöopathie: Für Hahnemann waren nicht die vordergründigen, sondern die charakteristischen Symptome eines Krankheitsbildes ausschlaggebend. In der Folge wurde eine individuelle Behandlung mit dem passenden (homöopathischen) Arzneimittel durchgeführt.

Individuelle
Behandlung

Die Forschungsarbeiten brachten zahlreiche homöopathische Mittel hervor, die sich klar von schulmedizinischen Verfahren unterschieden. Um diese Abgrenzung zu verdeutlichen, wurde 1816

den Begriff der Allopathie (griech. allos ‚anders‘ und pathos ‚Krankheit‘) eingeführt.

Kranken-
geschichte
von größter
Bedeutung

In den Schriften von Hahnemann über Symptome von Krankheiten wird ausdrücklich erwähnt, wie wichtig die Anamnese (Krankengeschichte) für einen homöopathischen Arzt ist. Er legt größten Wert darauf, den Patienten bei der Schilderung seiner Leiden nicht zu unterbrechen und ihn ausreden zu lassen (Organon⁷, § 63). Gleichzeitig beschreibt er diese Arbeit als die schwerste Arbeit.

Patienten
stehen im
Mittelpunkt

Diese Vorgehensweise war zeitintensiv. Hahnemann konnte pro Tag nur zwischen fünf und höchstens acht Patienten empfangen. An dieser Methode hat sich bis heute unter den Homöopathen nicht viel geändert.



Im Vergleich dazu sei erwähnt, dass ein schulmedizinischer Arzt täglich zwischen 90 und 120 Patienten empfängt. Darüber hinaus war Hahnemann für seine Patienten – ganz gleich, ob sie prominent waren oder nicht – fast immer zu sprechen. Teilweise führte er auch an Wochenenden Gespräche mit seinen Patienten.

Erstverschlim-
merung

Nicht minder von Bedeutung ist das sogenannte Phänomen der Erstverschlimmerung (Organon, § 132). Die Einnahme eines homöopathischen Mittels, vor allem bei chronischen Leiden, kann

⁷ Organon: Schrift zur Grundlegung der Erkenntnisse. Das Organon der Heilkunst ist das Hauptwerk von Hahnemann und das Grundlagenwerk der Homöopathie.

eine Verstärkung der körperlichen Beschwerden auslösen. Diese Auswirkungen werden Erstreaktion oder Erstverschlimmerung genannt, die für Hahnemann als positiv galten. Nach seiner Meinung war diese Reaktion ein Zeichen dafür, dass das Mittel die Lebenskraft stimulierte beziehungsweise den Organismus zur Selbstheilung anregte.

Die individuelle Arzneimittelwahl war für Hahnemann von so großer Bedeutung, dass er ausdrücklich davor warnte, aufgrund gelegentlicher Erfolge bestimmte Arzneien zu Lieblingsmitteln zu erklären (Organon, § 221).

Individuelle
Arzneimittel-
wahl ist von
größter
Bedeutung

Schließlich ist in Hahnemanns Organon ein weiteres Grundprinzip zu finden, nämlich das der möglichst kleinen Gaben von homöopathischen Arzneimitteln (Organon, § 242).

Mit seinen Veröffentlichungen und Praktiken geriet Hahnemann oft ins Kreuzfeuer der schulmedizinischen Ärzte. Doch neben seinen Kritikern hatte er auch zahlreiche Anhänger – darunter Ärzte und sogar hochrangige Regierungsvertreter. Seine Methoden waren offensichtlich bedeutend, denn der Herzog und die Herzogin aus seiner Köthener Zeit zählten zu seinen prominentesten Patienten sowie der französische Hochadel. Das enge Arzt-Patienten-Verhältnis war in vielen Fällen das, was zum Erfolg der Homöopathie beigetragen.

Ärzte
bekämpfen
die Homöo-
pathie

Im Archiv des Instituts für Geschichte der Medizin der Robert Bosch Stiftung in Stuttgart befinden

Arme
Menschen
wurden auf
Augenhöhe
behandelt

sich über 5.500 Patientenbriefe, die das ungewöhnliche Engagement Hahnemanns dokumentieren. In einem Brief aus dem Jahre 1838 wird erwähnt, Hahnemann habe in seiner Praxis nicht nur die Reichen und Berühmten, sondern auch Mittellose und weniger Begüterte behandelt. Hahnemann machte keine Unterschiede zwischen seinen Patienten – ein bevorzugter Status, wie ihn Privatpatienten heute oft genießen, existierte in seiner Praxis nicht.

Abschließend ein Zitat von Dr. Samuel Hahnemann: „Des Arztes höchster und einziger Beruf ist, kranke Menschen gesund zu machen, was man Heilen nennt.“

Das Wichtigste in Kürze:

- Hahnemann gibt den Anstoß für eine Debatte, was die „richtige“ bzw. „falsche“ Therapie ist.
- Ähnliches soll mit Ähnlichem behandelt werden (Ähnlichkeitsprinzip).
- Arzneien wurden an gesunden Menschen getestet.
- Die Unfähigkeit der ärztlichen Kunst wird immer wieder betont.
- Arzneimittel müssen individuell verordnet werden.
- Die Krankengeschichte (Anamnese) ist der Schlüssel zur Heilung.
- Hahnemann konnte maximal 8 Personen pro Tag behandeln.
- Privilegien für Reiche o. Ä. gab es nicht.

2.2 Edward Bach

Edward Bach wurde am 24. September 1886 in Moseley bei Birmingham geboren. Ab 1903 arbeitete er als Lehrling in der väterlichen Messinggießerei. Dort beobachtete er die körperlichen Krankheiten und die damit verbundenen seelischen Konflikte unter den Arbeitern mehrere Jahre lang. Sein eigenes Berufsziel war lange nicht klar, er schwankte zwischen der Theologie und Medizin, für die er sich schließlich entschied.

Berufswunsch
Arzt

Nach seinem Medizinstudium in Birmingham und London folgte bald darauf die Approbation als Arzt und eine Tätigkeit als Leiter der Unfallstation am University College Hospital. Im Anschluss daran wurde er Assistent in der bakteriologischen und immunologischen Abteilung. Durch diese Tätigkeit erkannte er Zusammenhänge zwischen bestimmten Bakterienstämmen im menschlichen Darm und chronischen Krankheitserscheinungen. Es gelang ihm, aus den verschiedenen Bakterienstämmen Impfstoffe aufzubereiten.

Entwicklung
von Impfstoffen

1917 erlitt Dr. Bach einen gesundheitlichen Kollaps und musste wegen eines bösartigen Milztumors operiert werden. Die Ärzte gaben ihm nur noch drei Monate zu leben. Doch sein unbedingter Wunsch, sein Forschungsvorhaben zu Ende zu führen, half ihm, diese Krise zu überwinden. Nach seiner Gesundung trat er eine Anstellung im London Homeopathic Hospital an.

In dieser Zeit stieß er auf das Organon von Samuel Hahnemann. Im Rahmen seiner Forschung fand Bach heraus, dass seine Ergebnisse mit denen von Hahnemann in bestimmten Bereichen übereinstimmten.

Bach-Nosoden

Daraufhin bereitete er Impfstoffe als homöopathische Nosoden⁸ auf, die er in sieben Hauptgruppen einteilte (Bach-Nosoden). Darüber hinaus erarbeitete Bach die sogenannten Gemütssymptome der Patienten und konnte schließlich jeder Bakteriengruppe (Nosode) eine bestimmte seelische Persönlichkeitshaltung zuordnen.

Forschung mit Pflanzen

In den 20er-Jahren des letzten Jahrhunderts eröffnete Bach ein Labor, eine Praxis sowie einen Beratungsraum für Mittellose in London. Nachdem er feststellen musste, dass seine Nosoden keine chronischen Krankheiten heilen konnten, widmete er sich Pflanzen mit ähnlicher Schwingungsfrequenz wie die der Nosoden.

Dabei richtete er seinen Fokus auf die psychische Komponente beim Krankheitsgeschehen. Bach erkannte, dass Menschen mit ähnlichen seelischen Persönlichkeitsmustern oft auch gleich auf Krankheiten reagieren.

Auf dem Höhepunkt seiner medizinischen Karriere verkaufte Bach seine Praxis und sein Labor, um

⁸ Nosode: Arzneimittel, das aus erkrankten Organen, Eiter o. Ä. hergestellt und in Verdünnungen zur Behandlung des jeweils gleichen Leidens als Impfung oder zur homöopathischen Therapie angewendet wird.

sich dem Studium der verschiedenen menschlichen Persönlichkeitstypen und der Suche nach den spezifischen heilenden Pflanzen zu widmen. Zusammen mit seiner Assistentin Nora Weeks entdeckte er nicht nur die ersten 9 der sogenannten 12 Heiler, sondern auch deren Zubereitung.

In bewusst einfach gehaltener und auch dem Laien verständlicher Sprache veröffentlichte Bach seine Erkenntnisse und seine Philosophie (Schrift: Heal Thyself – Heile Dich selbst). Frühere Kollegen erprobten seine Blütenmittel und ermutigten ihn, mit seiner Arbeit fortzufahren.

Veröffentli-
chung von
„Heile Dich
selbst“

Dr. Edward Bach geriet mit seinen Veröffentlichungen in den Fokus der Ärztekammer. Diese drohte ihm, ihn aus dem Ärztereister zu streichen, falls er weiter medizinische Laien als Mitarbeiter beschäftigen und seine Erkenntnisse in Laienkreisen verbreiten würde. Trotzdem hielt Bach an seiner Auffassung fest. Bach stellte zwei großen Londoner Apotheken seine Urtinkturen kostenlos zur Verfügung – mit der Bedingung, sie zu einem möglichst niedrigen Preis abzugeben.

Konfrontation
mit der
Ärztekammer

Die Sensivität von Bach nahm in der Folgezeit extrem zu. Dadurch durchlebte er weitere negative seelische Gemütszustände, in denen er die jeweils entsprechende Pflanze fand. Die Symptome verschwanden innerhalb weniger Stunden nach der Aufbereitung und Einnahme der Essenzen. Mit Nora Weeks Unterstützung konnte Bach noch 19 weitere Heilmittel entdecken.

Vollendung
seines Werkes
und „gleich-
zeitiger“ Tod

1936 betrachtete er sein System als abgeschlossen und sein Werk als vollendet. Danach teilte er seine Erkenntnisse in Vorträgen mit der Öffentlichkeit, um sie einem breiten Publikum zugänglich zu machen. Am 27. November 1936 verstarb er im Schlaf.

Bach-
Blütensystem

Heute weiß man, dass das Bach-Blütensystem nicht auf dem mühevollen Umweg über den physischen Körper, sondern auf feineren energetischen Ebenen direkt auf das menschliche Energiesystem wirkt. Bevor Dr. Edward Bach das Blütensystem entwickelte, war er als erfolgreicher Bakteriologe und Homöopath tätig. Er fühlte sich geistig mit Hippokrates⁹, Paracelsus¹⁰ und Samuel Hahnemann verbunden.

Heile dich
selbst



All diese bedeutenden Homöopathen teilten die Auffassung, dass es keine Krankheiten gibt, sondern nur kranke Menschen! Bach geht

noch einen Schritt weiter, indem er die Menschen zur Selbstverantwortung aufruft „Heile dich selbst“. Er liefert den Beweis, dass jeder Mensch seine eigenen Heilmittel in sich trägt und somit der Krankheit die Angst als Existenzgrundlage entzogen ist.

⁹ Hippokrates von Kos (ca. 460 v. Chr. – ca. 370 v. Chr.), Begründer der Viersäftelehre (Blut, Schleim, gelbe und schwarze Galle).

¹⁰ Theophrastus Bombast von Hohenheim, genannt Paracelsus (1493 / 1494 - 1541), Schweizer Arzt – einer der berühmtesten europäischen Ärzte in der zweiten Hälfte des 16. Jahrhunderts.

Die Bach-Blümentherapie wurde vor rund 100 Jahren entwickelt und ist heute weltweit angesehen und verbreitet. Sie dient dazu, mit den negativen Seelenzuständen der menschlichen Natur (zum Beispiel Ungeduld, Kleinmütigkeit, Unsicherheit, Eifersucht etc.) auf eine konstruktive Weise umzugehen. Dadurch soll wieder Anschluss an die eigenen seelischen Selbstheilungskräfte gefunden werden.

Psychische
Heilungskraft

Zielsetzung dieser Therapie ist die seelische (psychische) Harmonisierung und damit die maximale Entfaltung und Stabilität der Persönlichkeit.

In der Folge soll eine höhere Widerstandskraft gegen seelische Störungen und seelisch bedingte körperliche Störungen erreicht werden. Die Wirkung der Bach-Blümentherapie in direktem Zusammenhang mit körperlichen Krankheitssymptomen zu bringen, ist falsch! In erster Linie dient sie vielmehr der seelischen Gesundheitsvorsorge.

Prävention
der
Bachblüten

Deswegen können die Blüten-Konzentrate auch nur zur Vorbeugung gegen körperliche Krankheiten und zur Unterstützung einer fachgerechten medizinischen oder psychologischen Behandlung dienen, diese aber nicht ersetzen.

Das Wichtigste in Kürze:

- Bachs Berufswunsch war Arzt.
- Er entdeckte, dass Bakterienstämme im Darm und chronische Krankheiten zusammenhängen.
- Er entwickelte Impfstoffe und die Bach-Blütentherapie.
- Für ihn existierten keine Krankheiten, nur kranke Menschen.
- Apotheken erhielten seine Präparate kostenlos mit der Maßgabe, die so preiswert wie möglich zu verkaufen.
- Bach fühlte sich geistig mit Hippokrates, Paracelsus und Hahnemann verbunden.

2.3 Waldemar Diesing

Dr. Waldemar Diesing (1902 – 1992) war kein Mann der Öffentlichkeit. Als Schüler von Warburg und Wieland, den Nobelpreisträgern für Medizin und Chemie, setzte er sich als Forscher und Entwickler für die Schlangengifttherapie ein. Er zählte seinerzeit zum Kreis von namhaften Pharmakologen und Chemikern. Waldemar Diesing fand eine Methode, um Tiergifte zu reinigen und Eiweißbestandteile zu entfernen, die als Nebenwirkung unter anderem schwere allergische Reaktionen hervorrufen können.

Reinigung von
Tiergiften

In seinem Institut für experimentelle Tierforschung gelang ihm die Erstherstellung tierischer Reintoxine.¹¹ Diese pharmazeutischen Produkte zählen heute zu den Spitzenprodukten in der Heilkunde. Diesing prophezeite in einem seiner Vorträge in den 60er-Jahren, dass die Enzym-Therapie die Zukunft sei. Seine Aussage hat sich als richtig erwiesen.

Zukunft
Enzym-
therapie

Die Forschungen von Diesing beruhen auf der Erkenntnis, dass man bestimmte Stoffe wie das Gift von Schlangen, Spinnen, Skorpionen, Kröten und Salamandern reinigen und das Eiweiß entziehen kann, um sie für medizinische Zwecke einzusetzen. Er fand heraus, dass die Gifte meistens Sekrete der Verdauungsdrüsen der jeweiligen Tierart darstellen und nicht der Abwehr dienen.

¹¹ Enteiweißte Rohgifte.

Keine
Denaturierung
von Schlangen-
giften

Schlangengifte bedürfen keiner vorherigen Denaturierung nativer Eiweiße, wie es beispielsweise im Verdauungstrakt der Säugetiere durch die Salzsäure des Magens geschieht. Der Vorgang ist vergleichbar mit den wirkenden Enzymen, die eine Eiweiß spaltende Aktivität entfalten.

Regulation
des Immun-
systems

Die Enzyme sind in der Lage, Störungen in oder an den Zellen gezielt zu reparieren, Krankheitserreger und Krebszellen zu bekämpfen und heilungsfördernd bei entzündlichen Prozessen zu wirken. Außerdem besitzen sie eine regulierende Wirkung auf das Immunsystem. Sie können ein geschwächtes Immunsystem stärken und ein überaktives Immunsystem, wie es bei Allergien auftritt, in den funktionellen Normalzustand zurückführen.

Egal ob es eine Reparatur oder einer Regulation bedarf, die Enzyme beschränken sich auf den Eingriff an dem geschädigten Körpermaterial. Gesundes Gewebe wird nicht beeinträchtigt. Dr. Diesing verfolgte mit seiner entwickelten Therapie das Ziel, tierische Toxine so einzusetzen, dass sie exakt die Stelle der geschädigten Zelle reparieren.

Für jede Krankheit und jedes Symptom wurde ein spezifisches Schlangengiftenzym angewandt, damit eine individuelle therapeutische Wirkung erzielt werden konnte.

Er stellte seine Forschungsergebnisse Ärzten und Heilpraktikern zur Verfügung, um deren verantwortungsvolle Arbeit am kranken

Menschen zu unterstützen. Mit mehr als 5.000 Exemplaren war die erste Auflage seiner Forschungsergebnisse innerhalb weniger Monate vergriffen.

Veröffentli-
chung der
Ergebnisse
ausverkauft

Die Zahl der Verordner von Schlangenreintoxinen steigt nach wie vor. Damit auch verbunden ist die Nachfrage nach dem Büchlein von Dr. Waldemar Diesing: „Schlangen-Enzyme und ihre Bedeutung für die Heilkunde“.

Das Wichtigste in Kürze:

- Diesing mied die Öffentlichkeit.
- Er entwickelte die Schlangengifttherapie.
- Gifte, deren das Eiweiß entzogen wurde, sind wertvoll für die Medizin.
- Schlangengifte sind in der Lage, Körperzellen gezielt zu reparieren.
- Gesundes Gewebe wird durch die Schlangengift-Therapie nicht beschädigt.

3 Homöopathie als Wissenschaft

Die Wissenschaft strebt Erkenntnisgewinn (Forschung) und die Vermittlung dieser Erkenntnisse (Lehre) an. Dabei benutzt sie anerkannte und gültige Methoden und veröffentlicht entsprechende Resultate. Im Vergleich zur christlichen Theologie ist die Wissenschaft weder an Voraussetzungen noch an Ergebnisse gebunden.

3.1 Therapiefreiheit

Ein wichtiger Grundsatz in der medizinischen Behandlung durch einen Therapeuten ist die Therapiefreiheit. Weder Ärzte noch Heilpraktiker sind an Behandlungsmethoden oder Arzneimittel gebunden. Aufgrund seiner fachlichen Kompetenz obliegt es einem Therapeuten, welche Therapie er einem Patienten vorschlägt.

Keine
Bindung an
Arzneimittel
oder
Behandlungs-
methoden

Zum Schutz der Patienten sind Therapeuten jedoch dazu verpflichtet, sich am jeweils aktuellen naturwissenschaftlichen Erkenntnisstand zu orientieren und die gebotene Sorgfalt walten zu lassen. Das Gesetz akzeptiert mangelnde Erfahrung oder unzureichende Ausbildung nicht als Rechtfertigung für Behandlungsfehler.

Die Therapiefreiheit darf nur dann eingeschränkt werden, wenn Patienten bestimmte Vorgehensweisen oder auch Medikamente ablehnen. Die Durchführung einer Maßnahme gegen den Willen eines Patienten ist unzulässig. In der Gesundheitsversorgung kommt es immer wieder zu Diskussionen in Bezug auf die

Patienten
müssen
immer
zustimmen

Therapiefreiheit, da Leistungserbringer (z. B. Krankenkassen, gesetzlich oder privat) unterschiedliche Steuerungsmodelle empfehlen, um Kosten zu senken und die Versorgungsqualität von Patienten zu erhöhen. Die Therapeuten sehen darin jedoch eine unzulässige Einschränkung ihrer Therapiefreiheit und sprechen von einer sogenannten „Kochbuchmedizin“.



Falsche
Therapien
können krank
machen

Eine medizinische Einwirkung erfolgt hinter der Absicht, den kranken Organismus gesund oder wenigstens gesünder zu machen. Wird eine falsche Therapie gewählt, falsch angesetzt oder trifft sie einen gesunden Organismus, kann sie krank machen. Heilpraktiker und Ärzte dürfen bei Fertigarzneimitteln, die einen Beipackzettel mit entsprechenden Indikationen enthalten, trotz bestehender Therapiefreiheit die Einnahmeempfehlungen nicht abändern.

Verordnung
von Lieblings-
medikamenten

Die Therapiefreiheit hat jedoch auch ihre Schattenseiten. Genau das, wovon Hahnemann in seinen Richtlinien ausdrücklich warnt, kommt im Praxisalltag leider häufig vor: Ärzte verordnen bevorzugt ihre Lieblingsmedikamente.

Ein Arzt, der beispielsweise in einem Krankenhaus seine erste Berufserfahrung sammelt und einem Vorgesetzten (Oberarzt) unterstellt ist, wird wohl in den seltensten Fällen seinem Chef widersprechen, wenn es um die Ausarbeitung eines Therapieplans geht.

Angenommen, für den Oberarzt war es mehrere Jahre gängig, ein bestimmtes Antibiotikum zu verordnen, so wird wohl kaum der „Lehrling“ von vorheriger Empfehlung abweichen. Das „Austesten“ von Medikamenten auf deren Verträglichkeit beim Patienten ist in der Schulmedizin durchaus üblich. Treten unerwünschte Nebenwirkungen bei der Gabe eines Arzneimittels bei dem Patienten ein, kann auf eine Unverträglichkeit geschlossen werden. Ein neues Präparat wird verordnet und das Prozedere beginnt von vorne.

Austesten von
Medikamenten
vor Verord-
nung ist bei
Ärzten nicht
bekannt

Nur der Laie beziehungsweise unbescholtene Patient geht davon aus, Ärzte und Heilpraktiker würden im Rahmen ihrer Ausbildung erfahren, wann welches Medikament zu verordnen sei. Leider ist dem nicht so. Dafür gibt es unterschiedliche Gründe: Zum einen aufgrund der Therapiefreiheit, welche einen Therapeuten in seiner Arbeit beeinflussen würde, wären in den Schulungsunterlagen Empfehlungen für Arzneimittel enthalten.

Keine
Empfehlung
von Medika-
menten in der
Ausbildung

Zum anderen ist die Frage, welches Medikament in den Büchern veröffentlicht werden soll, nicht zu beantworten, ohne den Eindruck zu erwecken, Therapeuten zu manipulieren oder bestimmte Arzneimittelhersteller zu bevorzugen. Zumindest in den Ausbildungsunterlagen zum Heilpraktiker gibt es höchst selten Medikamentenempfehlungen durch den Autor. Mit der Kenntnis dieser geringen Anzahl von Empfehlungen könnte kein Heilpraktiker seinen Beruf ausüben.

Ausschließlich
Nachschlage-
werke sind
verfügbar

Um jedoch Heilpraktikern und Ärzten in ihrer Berufsausübung zu unterstützen, existieren spezielle Bücher und elektronische Datenbanken, die Arzneimittel und Symptome enthalten. Das Thema Lieblingsmedikamente ist damit keineswegs gelöst – allein für das Symptom „Husten“ listet die Literatur je nach Quelle bis zu zwanzig verschiedene Präparate. Somit stellt sich erneut die Frage, welches der gelisteten Medikamente für den Patienten am besten wirkt, womit wir wieder bei dem Problem der Lieblingsmedikamente sind.

Arzneimittel
vor dem
Verordnen
austesten

Im Bereich Homöopathie existieren seit mehreren Jahrzehnten Geräte, um die Wirkung eines Arzneimittels auf einen Organismus zu testen.



Im Ergebnis wird angezeigt, ob der Patient ein Arzneimittel verträgt, ob es wirkt und welche Alternativen gegebenenfalls sinnvoller wären.

Warum in der Schulmedizin solche Verfahren nicht angewendet werden, bleibt ein Rätsel. Es gibt nach wie vor viele Heilpraktiker, die ohne solche medizinischen Geräte arbeiten, weil sie die hohen Anschaffungskosten scheuen.

Das Wichtigste in Kürze:

- Therapeuten sind zur Fortbildung verpflichtet.
- Therapiefreiheit besteht nur, solange der Patient zustimmt.

- Maßnahmen gegen den Willen des Patienten sind unzulässig.
- Ärzte werden durch Pharmaberater bei ihrer Medikamentenwahl beeinflusst.
- Medikamente werden vor ärztlicher Verordnung nicht auf Verträglichkeit/Wirksamkeit beim Patienten getestet.

3.2 Gesundheit / Krankheit

Die Begriffe der Gesundheit und Krankheit werden in der Allopathie (Gegenteil der Homöopathie) unterschiedlich definiert. Nach der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist Gesundheit ein Zustand des völligen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheiten und Gebrechen.

Neue
Definition von
Gesundheit

Es bleibt offen, ob dieser Idealzustand in der Realität immer erreicht werden kann. Diese Formulierung ist recht neu, denn bis zum Jahr 2000 wurde Gesundheit als normale oder störungsfreie Funktion aller Lebensvorgänge beschrieben, nämlich der Abwesenheit von Krankheit.

Letzteres ist eine gebräuchliche Definition der Allopathie. Sind bei einem Patienten objektive Symptome verschwunden, endet normalerweise die Aufgabe des Arztes. „Befindungsstörungen“ ohne erkennbare Befunde werden gerne ausgegrenzt, weil die konventionelle Medizin damit nichts anfangen kann.

Psychosoma-
tiken werden
nicht
berücksichtigt

Besonders bei Störungen mit psychischer Ursache – also psychosomatischen Erkrankungen – stößt die Allopathie an ihre Grenzen. Wird trotzdem eine Behandlung durchgeführt, ist der Schaden meist größer als der Nutzen.

Cholesterin
und Blutdruck

In diesem Zusammenhang muss erwähnt werden, dass beispielsweise ein erhöhter Blutdruck, ein Anstieg des Cholesterinspiegels oder bestimmte Antikörperwerte über der Norm als

Krankheitsanzeichen gelten können – auch ohne spürbare Beschwerden. In diesen Fällen wird regelmäßig mit Gegenwirkung behandelt.

In der Homöopathie wird der Begriff der Gesundheit nach Samuel Hahnemann wesentlich ausführlicher definiert. In seinem Organon spricht Hahnemann von dem gesunden Zustand des Menschen, der eine belebende Lebenskraft innehat, die von einem bewundernswürdigen und harmonischen Lebensgang in Gefühlen und Tätigkeiten begleitet ist.¹²

Gesundheit im
Sinne von
Hahnemann

Der deutsche Begriff „Krankheit“ leitet sich von dem mittelhochdeutschen Wort „kranc“ ab, das so viel wie schwach bedeutet. Im Englischen wird Krankheit als „dis-ease“ (Gegenteil von Leichtigkeit) bezeichnet, im Lateinischen dagegen mit „morbus“ (ist dem Tod) und „mors“ bzw. „morbid“.

Darüber hinaus existieren noch zahlreiche andere Krankheitsdefinitionen, wie beispielsweise eine „Störung der normalen Vorgänge im Körper oder in seinen einzelnen Teilen“, „Gesamtheit aufeinander folgender, abnorm gearteter Reaktionen eines Organismus oder seiner Teile auf einen krankmachenden Reiz“ und noch einige andere.

Unterschied-
liche
Definitionen
von Krankheit

Es gibt Menschen, die täglich deutlich mehr als zehn und noch mehr ärztlich verordnete Medikamente einnehmen. Das bedeutet aber nicht

¹² Auszugsweise und sinngemäß aus § 9 Organon.

Medikamente
gegen Neben-
wirkungen

unbedingt, dass ein solcher Patient schwer krank ist, denn oft werden Arzneimittel für Nebenwirkungen verordnet, die ein anderes auslöst. Relativ bekannt sind Statine¹³ oder verschiedene Blutverdünner¹⁴, die beispielsweise Gelenk- und / oder Magenschmerzen und vieles mehr verursachen können.

Anstatt beim Eintreten von Nebenwirkungen ein alternatives Präparat zu empfehlen, wird meist ein Medikament gegen Gelenk- bzw. Magenschmerzen verordnet. Teilweise sollen durch solche Lösungen Konflikte mit Krankenkassen vermieden werden, da wirksamere und weniger schädliche Medikamente oft wesentlich teurer sind.

Auch in der Homöopathie ist der Begriff der Krankheit nur sehr vage definiert. Sie wird als Zustand beschrieben, der durch bestimmte Krankheitszeichen ausgelöst wird und dadurch ein Leiden der Lebenskraft verursacht.

Krankheit als
rote
Warnlampe

Die Krankheit zeige, welchem Heilmittel sie bedürfe, damit die Krankheit in Gesundheit verwandelt werde. Krankheit diene als eine rote Warnlampe, die handgreiflich signalisiert, dass jetzt sofort etwas geändert werden muss, wenn es nicht früher oder später zum Totalausfall kommen soll.

¹³ Statine sollen Senkung von Cholesterin bewirken.

¹⁴ Blutverdünner (Gerinnungshemer) sollen vor Blutgerinnseln im Blutkreislauf schützen.

Das Wichtigste in Kürze:

- Weder für Gesundheit noch für Krankheit gibt es eine einheitliche Definition.
- Gegen auftretende Nebenwirkungen bei Medikamenten verordnen Ärzte i. d. R. ein weiteres Medikament gegen die Nebenwirkungen.
- Homöopathen setzen bei Unwirksamkeit oder unerwünschten Reaktionen ein Medikament ab und sucht Alternativen.

3.3 Bedeutende Homöopathen sind sich einig

Geistiges Universum

Auf den ersten Blick mag es utopisch erscheinen, dass neben der materiellen Welt mit allen persönlichen Kämpfen und Krisen auch eine geistige Welt mit Seele¹⁵ und höherem Selbst existiert. Doch diese beiden Welten existieren und müssen immer wieder ins richtige Verhältnis zueinander gebracht werden. Ein Zuviel der materiellen Welt führt zu einem Zuwenig der geistigen Welt.

Verzerrungen entstehen im Laufe des Lebens

Auslöser für solche Ungleichgewichte sind beispielsweise zu wenig Schlaf, zu wenig Essen oder Unterkühlung mit der Folge, dass die Verbindung zum Höheren Selbst verzerrt wird. Gleiches geschieht bei zu starker Konzentration auf die materielle Alltagsebene. Egal, wie das Ungleichgewicht entsteht – die Konsequenzen sind Krankheiten oder Krisen.

Die Mehrheit der Menschen ist während der Kindheit und Jugend ihrer Seele viel näher als in späteren Jahren. Die Lebensaufgabe ist klar – genauso die Leistungen, die von einem erwartet werden, und die Charakterzüge der Menschen entfalten sich.

Die Verzerrungen entstehen erst im Laufe des Lebens. Dabei geht der Fokus auf die Wahrheit verloren. Wahrheit ist in einem Sekundenbruchteil zu erkennen, weil sie Teil des Menschen ist. Eine großartige Analyse, Diskussionen oder viele Worte

¹⁵ Seele: Gesamtheit dessen, was das Fühlen, Empfinden, Denken ausmacht.

sind unnötig. Nur komplizierte Dinge des Lebens bedürfen vieler Worte.

Edward Bach hat bewiesen, dass jeder Mensch seine eigenen Heilmittel in sich trägt und somit der Angst vor der Krankheit die Existenzgrundlage entzogen werden kann. Ihm zufolge ist Krankheit weder Grausamkeit noch Strafe, sondern einzig und allein ein Korrektiv; ein Werkzeug, dessen sich unsere eigene Seele bedient, um uns auf unsere Fehler hinzuweisen, um uns von größeren Irrtümern zurückzuhalten, um uns daran zu hindern, mehr Schaden anzurichten. Sie dient einzig und allein dazu, um den Menschen auf den Weg der Wahrheit und des Lichts zurückzubringen, von dem er nie hätte abkommen sollen.

Jeder Mensch
trägt seine
Heilmittel in
seinem
Körper

Charakterschwächen wie beispielsweise Stolz oder Grausamkeit, Hass oder Egoismus, Unwissenheit oder Habgier sind nach Bach Grundkrankheiten der Menschheit und die wahren Ursachen für körperliche Krankheiten. Handelt ein Mensch (als Persönlichkeit) gegen die Absichten seines Höheren Selbst und seiner Seele, so handelt er automatisch auch gegen die Interessen der größeren Einheit, mit der die Seele energetisch verbunden ist.

Grundkrank-
heiten des
Menschen

Ein besonderer Verstoß gegen das Prinzip der Einheit liegt vor, wenn die Persönlichkeit einem anderen Wesen (Menschen) seinen Willen aufzwingen möchte. Dadurch wird nicht nur die Entwicklung des anderen Wesens, sondern auch gleichzeitig das gesamte kosmische Energiefeld

gestört, das dem Entwicklungsprozess der gesamten Menschheit dient.

Mangel nicht
bekämpfen

Die Heilung muss aus dem Inneren kommen. Ist der Fehler gefunden, liegt das Heil nicht darin, den Fehler zu bekämpfen oder Willenskraft und Energie aufzuwenden, um das Falsche zu unterdrücken, sondern in einer steten Entwicklung der entgegengesetzten Tugend, die automatisch alle Spuren des Fehlers aus unserem Wesen beseitigt. Jeder Kampf gegen einen Mangel stärkt letztlich nur seine Macht. Er erhält unsere Aufmerksamkeit auf seine Anwesenheit und verwickelt uns tatsächlich in den Kampf.

Ziel: Mangel
vergessen

Ziel ist es, den Mangel zu vergessen und bewusst danach zu streben, die Tugend auszubilden, die ihn unmöglich machen wird. Das ist der echte Weg zum Sieg.

Das nachfolgende Beispiel solle für ein besseres Verständnis helfen.

Beispiel

Das Höhere Selbst möchte seine Potenziale, Kreativität und Selbstvertrauen in der Persönlichkeit einer jungen Frau verwirklichen. Immer wieder bekommt die Frau den Gedanken, ein Blumengeschäft zu eröffnen. Im Idealfall nimmt sie die ihr zufließende Energie und beschließt die Idee umzusetzen und wird Floristin.

Andererseits könnte sich die junge Frau, nachdem ihr die Gedanken zugeflogen sind, zunächst dafür begeistern, Floristin zu werden. Jedoch erinnert sie

sich, dass vor vielen Jahren ihr Vater mit einem Blumengeschäft in Konkurs gegangen ist. Sofort kommen Gedanken wie „du kannst das gar nicht“, „daraus wird nichts“. Sie bekommt vielleicht eine schwere Grippe und verwirft die ganze Idee. Auch ihrer Freundin sagt sie später, sie hätte nicht den Mut dazu, einen Blumenladen zu betreiben. Andere mögen das können, sie aber nicht. Blumengeschäfte sind sowieso nicht mehr das, was sie einmal waren.

Der energetische Impuls des Höheren Selbst ist nun blockiert. Das Potenzial kann nicht verwirklicht werden. Die junge Frau hört nicht auf ihre innere Führung, sondern glaubt, die Erfahrungen ihres Vaters wären bedeutender für sie. Ihr entgeht, dass sie den Impuls ihres Höheren Selbst nicht wieder und wieder bekommen würde, wenn das Blumengeschäft nicht in ihrem Lebensplan vorgesehen wäre.

Innere
Blockaden
entstehen

Das Wichtigste in Kürze:

- Ungleichgewichte (zu wenig Schlaf, zu wenig Essen) sind potenzielle Krankheitsursachen.
- Jeder Mensch trägt seine eigenen Heilmittel in sich.
- Krankheiten sind ein Indikator dafür, dass der Mensch von seinem eigentlichen Weg abgekommen ist.
- Charakterschwächen wie zum Beispiel Hass, Grausamkeit, Egoismus sind die wirklichen Krankheitsursachen.
- Heilung muss aus dem Inneren entstehen.

4 Psychische Ursachen von Krankheiten

Die Lehre des Zusammenhangs zwischen körperlichen Krankheiten und psychischen, interpersonellen und sozialen Prozessen ist von zentraler Bedeutung – für die meisten medizinischen Fachbereiche wie für körperliches Wohlbefinden ganz allgemein. Psychosoziale Aspekte können für einfache Bagatell-Symptome

Psychosoziale
Aspekte



bis hin zu schwersten körperlichen Krankheiten eine wichtige Einflussgröße darstellen. Die Ursache liegt darin, dass eine Krankheit grundsätzlich ein Individuum trifft, das auf seine ganz eigene Art und Weise mit dieser Erkrankung umgeht. Außerdem sind persönliche Vorerfahrungen mit Krankheit und Behandlungen wichtig.

4.1 Entdeckung seelischer Komponenten

Eine reibungslose Funktion von Gedanken, Steuerung von Aufmerksamkeitsprozessen und von Emotionen ist nur dann gewährleistet, wenn ausreichend Gehirnbotenstoffe zur Verfügung stehen. Nur in diesem Fall funktionieren Denken und Psyche. Seit Generationen ist es üblich, dass für jede Krankheit eine Medizin verordnet wird, um gesund zu werden. Normalerweise erhält ein Patient nach seinem Arztbesuch ein Rezept.

Der Patient hat „etwas in der Hand“, das in ihm die Hoffnung weckt, damit wieder gesund zu werden. Die Psyche ist es, die dem Patienten vermittelt, die Ursache liege „im Außen“. Aus diesem Grund

Rezept in der
Hand als
Legitimation

erfolgt auch die Heilung von außen. Der Weg ist bequem: Bei Beschwerden wendet sich der Patient an einen Arzt, der ihn wieder gesund macht.

Verantwortung
abgeben

Die Verantwortung über seinen Körper überlässt er gleichzeitig einer „fremden“ Person. Dieses Vorgehen gleicht dem Prinzip, sein defektes Auto in die Werkstatt zu bringen und darauf zu vertrauen, dass es wieder fahrtüchtig wird. Dort gibt es Fachleute, die werden es schon richten, die haben ihr Handwerk schließlich gelernt.

Die Verantwortung abzugeben, fällt umso leichter, wenn kein Wissen über die Ursachen von Krankheit und Gesundheit vorhanden ist. Selbst wenn ein Arzt die Ursache ebenfalls nicht kennt, gibt es zumindest ein System, das Halt bietet und eine Therapie, die manchmal hilft. Die Erfolge in der Unfall- und Akutmedizin sind so beeindruckend, dass Patienten sich in anderen medizinischen Fachgebieten ebenfalls gut aufgehoben fühlen.

Wissen
teilweise frei
verfügbar

Dabei sind die Informationen heutzutage so gut zugänglich, dass es jedem offen steht, sich selbst ein Stück weit Wissen über Krankheiten anzueignen. Die bereitgestellte Literatur ist teilweise sehr einfach geschrieben, damit auch der Laie sich damit beschäftigen kann. Das Aneignen von Wissen hat jedoch einen großen Haken: Um beurteilen zu können, ob eine Therapie funktioniert oder nicht, ist die wichtigste Frage, ob die Empfehlungen von einem „Sieger“ oder „Verlierer“ geschrieben wurden.

Das Christentum, damit sind die Kirchen und nicht die geschätzte Botschaft Jesu gemeint, und die Medizin haben einen langen gemeinsamen Weg hinter sich und ein gemeinsames Anliegen: Menschen in ihrem Einflussbereich zu halten. Ob das Wohl des Menschen im Vordergrund steht, darf kritisch hinterfragt werden. Offensichtlich ist das eigene Wohl nicht zu leugnen. Die Angst vor Verdammnis war jahrhundertlang eine wirksame Strategie, um die Menschen „auf Kurs“ zu halten.

Eigennütziges
Handeln von
Christentum
und Kirchen

Für Ärzte und Kirchenmänner war es wichtig, ihr Wissen als überlegen darzustellen und den Zugang der breiten Masse zu eigenständigem Denken einzuschränken. Zu diesem Zweck war die elitäre Sprache Latein bestens geeignet, denn das „gemeine Volk“ kannte diese Sprache nicht. Ein idealer Schutz vor Kritik. Wer war schon in der Lage zu verstehen, dass eine juvenile idiopathische Arthritis lediglich eine Gelenkentzündung ist? Noch prekärer war es, wenn der Patient nach der Ursache der Gelenkentzündung fragte.

Ärzte und
Kirchen-
männer
halten die
Massen für
dumm

Im Volksmund gab es niemals Zweifel über den Zusammenhang von Psyche und Körper. Hierzu verschiedene Beispiele:

„Ich habe mich zu Tode erschreckt.“

„Ich war wie gelähmt vor Angst.“

„Er hat Gift und Galle gespuckt.“

„Die Sache hat mir auf den Magen geschlagen.“

„Mir ist eine Laus über die Leber gelaufen.“

„Der Typ sitzt mir im Nacken.“

„Ich habe mein Gesicht verloren.“

Bei solchen Aussagen kommt es nicht darauf an, was passiert ist, sondern wie der Patient empfindet. Auch wenn eine Situation von außen harmlos wirkt, kann sie die empfindlichste Stelle eines Menschen tief verletzen.

Magen-Darm-Erkrankungen haben häufig ihre Ursache im Nervensystem

Die Zusammenhänge zwischen Körper und Geist sind auch in der Schulmedizin lange bekannt. Abgeleitet von den oben genannten Aussagen, führt Angst dazu, dass die Nebennieren Adrenalin ausschütten. Dadurch wird das vegetative Nervensystem, insbesondere die Magen-Darm-Peristaltik¹⁶ gehemmt, was schließlich zu Verdauungsstörungen führen kann.

Selbstverständlich ist zu erwähnen, dass Verletzungen (etwa durch Unfälle), Vergiftungen (z. B. durch Fluor oder Quecksilber) und Mangelkrankungen (z. B. durch eine unausgewogene Ernährung) von dem Vorgenannten ausgeschlossen sind.

Das Wichtigste in Kürze:

- Gehirnbotenstoffe ermöglichen die Kombination von Denken und Psyche.
- Die Verantwortung über den eigenen Körper wird oft abgegeben (z. B. an einen Arzt).

¹⁶ Magen-Darm-Peristaltik: Spezifisch die Bewegungen des Darms.

- Es wird versucht zu differenzieren, ob eine Heilungsempfehlung von einem „Gewinner“ oder „Verlierer“ gegeben wird.
- Die Arztsprache (Latein) schützt den Arzt vor Kritik und schwierigen Erklärungen.

4.2 Therapie bei Psychosomatiken

Seit langem
steht fest:
Körper und
Geist können
nicht getrennt
betrachtet
werden

Das Wort Psychosomatik geht auf Johann Christian August Heinroth (1773 – 1843) zurück. Zusammengefasst bedeutet dieses Wort die untrennbare Verbundenheit zwischen Körper und Seele. Bereits vor etwa 2500 Jahren stellte Platon (428/427 v. Chr. – 348/347 v. Chr.) fest, dass der größte Irrtum die Trennung der medizinischen Behandlung von Körper und Seele ist – denn beides gehört zusammen.

Die behaupteten Zusammenhänge wurden im Laufe der Zeit von vielen bekannten Wissenschaftlern bestätigt. Ein wichtiger Aspekt ergibt sich bei der Ausarbeitung einer Therapie. Bei Krankheiten, die zweifelsfrei durch die Psyche verursacht wird (Psychosomatik), gilt ein strenges Gesetz: Neben den körperlichen Symptomen muss unbedingt die psychische Komponente berücksichtigt werden.

Regel bei
Psycho-
somatiken

Egal, um welche Krankheit es sich handelt, sobald der psychische Auslöser feststeht, ist auch eine psychische Therapie erforderlich. Ein typisches Beispiel ist eine Magen-Darm-Erkrankung. Oft steckt dahinter ein psychischer Auslöser – meist negativer Stress (Dysstress), der sich in Schmerzen im Magenbereich äußert.

Diese Erkrankung wird bei einem Arztbesuch diagnostiziert. Mit einem Rezept für ein oder mehrere Medikamente verlässt der Patient die Arztpraxis. Oftmals können die Beschwerden durch die Einnahme der verordneten

Medikamente gelindert oder gar zum Verschwinden gebracht werden. Setzt der Patient die Arzneimittel jedoch ab, ist es nur eine Frage der Zeit, bis ein Rezidiv folgt – die Beschwerden kehren zurück. Das ist ein klassischer Fall.

Wieder-
aufflammen
bei Krank-
heiten
vermeiden

Um solche Rezidiven zu vermeiden und die Beschwerdefreiheit ohne Medikamente zu erreichen, ist eine psychische Therapie erforderlich. Damit ist nicht zwingend gemeint, dass der Patient psychologische Hilfe in Anspruch nehmen muss. In vielen Fällen genügt es, sich bewusst zu machen, welche Situation der Auslöser war.

Hier kommen verschiedene Szenarien in Betracht wie Ärger in der Familie, Jobverlust, Konflikte am Arbeitsplatz oder Doppelbelastungen (z. B. durch die Kombination von Beruf und gleichzeitiger Fortbildung am Abend oder an Wochenenden) und vieles mehr.

Gelingt es dem Patienten, die belastende Situation zu klären, ist er quasi sein eigener Therapeut. Eine andere mögliche Sofortmaßnahme wäre ein Nerven-Präparat, damit der Patient gelassener wird. Durch die Einnahme eines solchen Mittels gelingt es, die Magenprobleme zu unterdrücken. Teilweise entstehen diese durch die Gelassenheit des Patienten erst gar nicht.

Belastende
Situationen
klären

Es ist jedoch nicht sinnvoll, langfristig Nervenmedikamente einzunehmen, damit keine Symptome im Magen-Trakt ausgelöst werden.

Belastende
Situation
nicht
ignorieren

Trotzdem soll auf die Bedeutung der psychischen Therapie hingewiesen werden. In manchen Fällen hilft es, belastende Situationen gezielt zu verändern oder hinter sich zu lassen – sei es durch einen Jobwechsel oder eine Trennung. Die Rehabilitation der psychischen Komponente ist teilweise zeitintensiv.

Wichtig ist dabei, die Ursache nicht aus den Augen zu verlieren. Eine vorübergehende Linderung der körperlichen Probleme veranlasst manche Menschen dazu, die auslösende Situation zu ignorieren. Selbst wenn sich die Situation für ein oder zwei Jahre verbessert – sobald der Dysstress wieder zunimmt – und sei es nur in einer speziellen Situation – treten die Magenprobleme sofort wieder auf.

Negativer
Stress

Möglicherweise ignorieren Menschen die erlebten Vorfälle, weil andere positive Stresssituationen (Eustress) keine Magenprobleme auslösen. Dadurch kommen die Betroffenen häufig zu dem Schluss, dass die Magenprobleme nichts mit Stress zu tun haben – schließlich blieben die Symptome in den meisten Stresssituationen aus.

Doch das ist ein Trugschluss. Negativer Stress wie Zeitmangel, Termindruck, zu viele Aufgaben, ständige Erreichbarkeit durch Smartphone, E-Mail oder Telefon belasten den Körper. Positiver Stress etwa durch sportliche Wettkämpfe, Vorfreude auf bestimmte Ereignisse, Verliebtheit, Begeisterung für ein Projekt wirkt sich nicht belastend auf den Körper aus.

Liegen die Probleme in tieferen Bereichen, zum Beispiel innerhalb der Familie, sodass mit einer mittelfristigen Lösung nicht zu rechnen ist, empfiehlt sich der Gang zu einem psychologischen Therapeuten. Diese speziell ausgebildeten Experten können dabei helfen, mit herausfordernden Situationen im Leben besser umzugehen.

Hilfe durch
einen
Therapeuten
kann ratsam
sein

Das Wichtigste in Kürze:

- Körper und Seele sind untrennbar miteinander verbunden.
- Psychosomatiken können nur geheilt werden, wenn zusätzlich auch die Psyche therapiert wird.
- Ursächliche Situationen (z. B. Stress im Beruf) müssen in Ordnung gebracht werden.

4.3 Änderungen an sich selbst

Die bisher genannten Therapiemöglichkeiten sind relativ einfach. Der Gang zum Psychologen mag für den einen oder anderen immer noch eine große Hürde darstellen, auch wenn die auf diesem Weg erfahrene Hilfe sehr wirkungsvoll sein kann.

Ursache bei
sich selbst
finden

Wie es in diesem Buch bereits an verschiedenen Stellen erwähnt wurde, liegen die Ursachen vieler Probleme häufig in einem selbst. Diese Tatsachen wurden von mehreren bedeutenden Menschen herausgefunden. Ärger richtet sich immer gegen einen selbst. Warum das so ist, verdeutlicht das folgende Beispiel.

Angenommen, Peter ärgert sich über das Verhalten von Hans. Da Hans als fremde Person nicht wissen kann, dass sein Verhalten Peter zur Weißglut treibt, liegt die Ursache des Ärgers bei Peter. Er verfügt über ein Muster oder ein Programm in seinem Kopf, das in bestimmten Situationen Ärger auslöst.

Erwartungen
liegen bei
einem selbst

Dabei geht es auch um Erwartungen. Peter erwartet in bestimmten Situationen eine entsprechende Reaktion – etwa ein „Danke“ für ein Geschenk. Bleibt diese Reaktion aus, führt das oft zu Irritation oder Unverständnis.

Reagiert Hans so, wie es Peter erwartet, ist alles in Ordnung. Weicht seine Reaktion jedoch von Peters Erwartung ab, hält Peter ihn für einen Depp. Doch woher soll der fremde Mensch (Hans) wissen, worüber sich Peter ärgert?

Noch deutlicher formuliert: Peter folgt einem inneren Programm, das ihn glauben lässt: Menschen, die im Straßenverkehr seiner Meinung nach zu früh vor ihm einscheren, sind Vollidioten. Leider hat Peter auf dem täglichen Weg zur Arbeit einige Kilometer auf der Autobahn vor sich. Fast täglich kommt es vor, dass Peter völlig gestresst und genervt am Arbeitsplatz ankommt – wegen der vielen Vollidioten im Straßenverkehr.

Eigene
Erwartungen
sind oft das
Problem

Er verschwendet eine enorme Menge an wertvoller Energie, anstatt sich mit seinem Programm zu befassen und zukünftig bei solchen Situationen gelassener zu reagieren. Diese Therapie kann entweder als Eigentherapie oder mit Unterstützung eines Psychologen durchgeführt werden. Klar ist: Eine gezielte Aufarbeitung wäre eine nachhaltige Lösung.

Verschwendete
Energie

Viele Menschen tragen unbewusste Trigger-Programme in sich. Eigenschaften wie Arroganz, Überheblichkeit, Angeberei, Egoismus, Rechthaberei, Besserwisserei, Sturheit der mangelnden Manieren lösen oft Ablehnung aus. Doch häufig steckt der eigentliche Auslöser in einem selbst.

Trigger-
Programme

Daher zeigen Menschen oft ganz unterschiedliche Reaktionen. Während der eine bestimmte Dinge nicht mag, stören sie den anderen nicht. Manchmal gibt es sogar Dinge, die den eigenen Partner oder Freund vollkommen kalt lassen – einfach, weil er ein anderes Programm in sich trägt. Je mehr Programme zwischen Peter und Hans übereinstimmen, umso besser verstehen sich die

beiden – auch klar. Bei großen Differenzen kommt in der Regel kein „guter“ Kontakt zustande.

Das Wichtigste in Kürze:

- Menschen können sich nur über sich selbst ärgern (nicht über andere).
- „Trigger-Programme“ bei einem selbst sind die (Ärger-)Auslöser.
- Eine große Übereinstimmung mit anderen Menschen bedeutet viel Sympathie.

5 Selbstheilung

Auf den Gang zum Arzt kann in vielen Fällen verzichtet werden. Oft ist es auch nicht nötig, sich mit einer bestimmten Erkrankung oder einem Defizit abzufinden. Bei der in diesem und im letzten Kapitel dargestellten Situation werden Selbstheilungsansätze angeboten.



Ein wichtiges Werkzeug bei seelischen Belastungen ist die Bereinigung der auslösenden Situation. Ist beispielsweise der

Arbeitsplatz die Ursache für Unzufriedenheit oder mehr, gibt es zwei mögliche Wege: ein interner Wechsel innerhalb des Unternehmens oder die Suche nach einer neuen Stelle.

Es wird auf jeden Fall darauf hinauslaufen, sich mit einem der Vorgesetzten über die bestehenden Probleme zu unterhalten. Das stellt für viele Menschen eine Hürde dar. Manchmal ist der eigentliche Lösungsansatz nicht sofort erkennbar, sodass ein Arbeitsplatzwechsel als einzige Option erscheint. Andererseits gibt es Menschen, denen die Courage fehlt, das Thema mit dem Vorgesetzten zu besprechen.

Ebenso gibt es Menschen, denen bewusst ist, was sie tun sollten, sich aber aus materiellen Gründen dagegen entscheiden. Ob es der sichere Arbeitsplatz, das gute Gehalt oder die bequeme Pendelstrecke ist – die Aussicht, auf etwas verzichten zu müssen, blockiert sie. In diesen

Belastende
Situationen in
Ordnung
bringen

Materielle
Aspekte
haben
Vorrang vor
der
Gesundheit

Situationen werden die Annehmlichkeiten des Lebens über die eigene Gesundheit gestellt.

Familiäre Belastungen

Das gleiche Prinzip kann bei familiären Problemen eingesetzt werden. Im schlimmsten Fall bedeutet das eine Trennung von seinem Partner oder einer Partnerin. Die Konsequenz mag drastisch erscheinen, aber es wäre ein sicherer Weg. Täuschungsversuche wie die Hoffnung, eine schwierige Beziehung durch ein gemeinsames Kind zu stabilisieren, sind bereits häufig gescheitert. Außerdem schraubt sich dadurch der Schwierigkeitsgrad enorm nach oben.

Gerade bei den zuletzt genannten Situationen gehen der betroffenen Person Gedanken durch den Kopf, beispielsweise wie es mit dem Leben weitergehen soll. Diese Unsicherheiten sind unvermeidlich, doch eines steht fest: Das Leben geht weiter. Bei einer vernünftigen Entscheidung darf auf Hilfe „von oben“ spekuliert werden.

Nicht gleich zum Arzt rennen

Die Gesundheit kann auch dadurch erhalten bleiben, dass unnötige Arztbesuche vermieden werden. In diesem Zusammenhang gilt der Grundsatz: Zum Arzt geht jemand, wenn er oder sie wirklich krank ist. Das mag sich für den einen oder anderen seltsam vorkommen, aber es gibt immer noch Menschen, die aus Sorge um ihre Gesundheit vorsorglich zum Arzt gehen.

Damit ist nicht unbedingt eine klassische Vorsorgeuntersuchung gemeint. Rentner¹⁸ gehen

¹⁸ Rentner: Eine Person, die eine Rente bezieht. Im öffentlichen Dienst wird hierfür der Begriff Pensionär verwendet.

manchmal zum Arzt, um beispielsweise kleine Flecken auf der Haut hinsichtlich Hautkrebses untersuchen zu lassen, welche sie im Berufsleben niemals störte.

Das Thema Vorsorgeuntersuchung wird in der Homöopathie teilweise sehr kritisch betrachtet. Es ist sinnvoll, bei bestimmten erblichen Belastungen eine Vorsorgeuntersuchung („vor Sorge“) durchführen zu lassen. Dennoch sollte jedem klar sein: Eine Vorsorgeuntersuchung, beispielsweise eine Magenspiegelung oder eine allgemeine Katheteruntersuchung, kann dazu führen, dass es dem Patienten danach schlechter geht als zuvor.

Vorsorge-
untersuchun-
gen können
Schaden
anrichten

Bei jeder Untersuchung gibt es spezielle Risiken. Deshalb müssen die Patienten vor einem Eingriff den Arzt entlasten, sollte ihm ein Fehler bei der Behandlung unterlaufen. Dabei wird oft übersehen, dass gerade die korrekte Anwendung entscheidend für den Behandlungserfolg ist. Kein Mensch ist unfehlbar – dies gilt im Übrigen auch für Ärzte.

Zu den häufigsten medizinischen Fehlern zählen Medikationsfehler: Ein falsches Medikament, die falsche Dosierung oder die Nichtberücksichtigung von Wechselwirkungen führen zu Todesfällen im deutlichen vierstelligen Bereich. Die gesundheitlichen Folgen trägt der Patient.

Abänderung
des Therapie-
plans

Aber auch die Patienten begehen absichtlich oder unabsichtlich Therapiefehler. Erfahrungsgemäß werden die empfohlenen Präparate oft nicht so eingenommen, wie es vorgesehen ist. Dabei wird

meistens übersehen, dass genau das verordnete Präparat helfen würde, um die Erkrankung zu bekämpfen.

Abgestimmte
Behandlungs-
pläne

In individuellen Behandlungsplänen gibt es zudem die Möglichkeit, dass auch ein anderes Arzneimittel wirkt. Eine eigenmächtige Abwandlung der Empfehlung kann insofern richtig und falsch sein. Noch schlimmer ist es, wenn das Medikament überhaupt nicht getauscht, sondern ersatzlos gestrichen wird.

Wirkt die Therapie nicht, trägt meistens der Therapeut die Schuld. Mit seiner Therapie-Empfehlung wurde alles noch schlimmer oder hat überhaupt nichts bewirkt. Übersehen wird dabei häufig die Abänderung des Therapieplans.

Nicht gleich
zum Arzt
gehen

Im Mittelalter war es beispielsweise üblich, einen Arzt erst nach drei oder vier Tagen körperlichen Leidens zu kontaktieren. Krankenhäuser wurden gemieden, solange es möglich war, denn die Menschen waren damals überzeugt, in einem Krankenhaus könne man sich durchaus den Tod holen. Für diejenigen, die bei diesem Beispiel entgegen, Hygiene sei das Problem gewesen, sei gesagt, in der heutigen Zeit gibt es immer noch Krankenhausviren (MRSA)¹⁹ die nicht unter Kontrolle zu bringen sind.

MRSA – ein
gefährliches
Krankenhaus-
bakterium

Die Abkürzung MRSA steht für Methicillin-resistenter Staphylococcus aureus. Diese Bakterien kommen auf der Haut und den

¹⁹ Beispiel: Methicillin-resistente-Staphylococcus aureus-Stämme (MRSA), i. d. R. resistent bzgl. Antibiotika.

Schleimhäuten von Menschen vor und sind gegenüber den meisten Antibiotika resistent, also unempfindlich. Außerdem kann eine MRSA-Erkrankung einen schweren Verlauf nehmen. Daher ist eine entsprechende Warnung auf der Internetseite

<https://www.infektionsschutz.de/erregersteckbriefe/mrsa> veröffentlicht.

Eine wirksame Lösung gegen diese Bakterien stammt aus dem Mittelalter. Eine Tinktur aus dem neunten Jahrhundert half gegen diese Keime. Leider wurde dieser Zaubersatz stark vernachlässigt: „Man nehme etwas Zwiebel und Knoblauch, Wein und Ochsenmilch. Diese Zutaten lasse man neun Tage in einem Messingkessel ziehen.“

MRSA – das
Mittelalter
hatte bereits
eine
wirksame
Medizin

Die heutige Medizin tappt bezüglich eines wirksamen Antibiotikums vollkommen im Dunkeln. Die Medizin im Mittelalter war sehr gut. Auch eine Augentinktur aus dieser Zeit stand auf den Top-Rezepten damaliger Zeit.

Damit Menschen verstehen, dass Krankheiten mit ihnen selbst in Verbindung stehen, ist es entscheidend, sich mit der grundlegenden Frage auseinanderzusetzen, warum man überhaupt auf der Erde ist. Das Leben ist vergleichbar mit einem Gastspiel auf Erden. Bereits zum Zeitpunkt der Geburt ist der Tod sicher, es ist nur eine Frage der Zeit. Genau so darf angenommen

Gastspiel auf
der Erde



werden, dass das Gastspiel auf diesem Planeten der Weiterentwicklung der Seele dient.

Vieles ist
vorbestimmt

Es ist nicht nur vorbestimmt, wo und wann oder bei wem dieses Gastspiel auf diesem Planeten stattfindet – die Seele selbst trägt einen entscheidenden Beitrag dazu bei. Die Seele ist nicht der Körper, nur die Seele ist unsterblich. Eine Seele kann mehrere Leben haben und somit auch mehrere Körper. Warum ist es dennoch möglich, trotz aller Anstrengungen nicht geheilt werden zu können?

Diese Frage kann nur mit dem Argument „falscher Weg“ oder wie Bach es ausdrückt „Du bist vom Weg abgekommen“ beantwortet werden.

Bei einer Inkarnation²⁰ setzt sich die Seele ein bestimmtes Ziel, das sie erreichen möchte. Kommt die Seele von ihrem Vorhaben ab und ist das ursprüngliche Ziel in Gefahr, erfolgt eine Korrektur. Bereits Edward Bach (siehe Kapitel 1.2) hat herausgefunden, Krankheiten sind Wegweiser.

Krankheiten
können nicht
therapiert
werden

Wird der Wegweiser falsch interpretiert, würde er sich bei einer „Heilung“ zu einer komplett falschen Richtung ändern. Aus diesem Grund wird die Seele vor diesem Irrweg geschützt. In der Praxis könnte es durchaus vorkommen, dass alle aufgesuchten Ärzte eine Erkrankung nicht therapieren können,

²⁰ Inkarnation: In der Religion wird die „Menschwerdung“ einer Gottheit oder einer präexistenten (bereits existenten) Seele bezeichnet. Mit anderen Worten: Eine Seele „holt“ sich einen neuen Körper.

weil das Höhere Selbst die Führung übernommen hat.

Eines ist gewiss: Gottes Termine stehen nicht im Kalender. Uli Hoeneß überlebte als einziger im Februar 1982 den Flugzeugabsturz einer zweimotorigen Propellermaschine. Im Flugzeug saßen insgesamt vier Menschen. Seine Zeit war noch nicht gekommen. Warum werden manche Kettenraucher fast 100 Jahre alt? Helmut Schmidt ist einer von ihnen. Solche Beispiele beweisen, dass es eine höhere Macht geben muss. Manche sprechen von Gott, andere von Universum oder Schöpfer, Gottgestalt usw.

Unerklärliche
Beispiele

Jedem Menschen bieten sich viele Möglichkeiten, gesund zu bleiben: gesunde und ausgewogene Ernährung, tägliche oder zumindest regelmäßige Gewichtskontrolle und viele andere Dinge. Das Wichtigste ist jedoch, dass Menschen ihren Körper wertschätzen und gesund bleiben möchten. Im Gegensatz zu denjenigen, die ständig Ausreden erfinden, warum beispielsweise eine ungesunde Ernährung nicht so „schlimm“ ist.

Ungesunde
Ernährung ist
häufige
Ursache für
Krankheiten

Das Wichtigste in Kürze:

- Das Bereinigen der auslösenden Situation hilft gesund zu bleiben.
- „Gehe nicht zum Arzt, wenn du nicht krank bist.“
- Vorsorgeuntersuchungen können gesundheitliche Schäden verursachen.
- Jeder Mensch hat ein Lebensziel.
- Krankheiten schützen einen vor Abwegen.

6 Gesundheitsrisiken

Jeder Mensch wünscht sich, gesund zu bleiben. Gesundheit wird einem nicht geschenkt. Selbst wenn jemand sehr auf seine Gesundheit achtet, besteht keine Garantie, von Krankheiten verschont zu werden. Warum das so ist, wurde in Kapitel 3 bereits ausgeführt. Andererseits gibt es vier gravierende Risikofaktoren²¹, die der Mensch häufig selbst steuern kann.

6.1 Rauchen / Nikotinabusus

Abusus kommt aus dem Lateinischen und bedeutet Missbrauch. Nikotinabusus steht für übermäßigen Verbrauch von Tabakprodukten jeglicher Art, beispielsweise Zigaretten, Zigarren, Zigarillos, Joints oder Pfeife. Rauchen zählt heute zu einer der größten Volkskrankheiten. Schätzungsweise 70 % der Raucher werden als abhängig eingestuft.

Rauchen ist
eine Volks-
krankheit

Ein regelmäßiges starkes Verlangen nach einer Zigarette oder Tabak wird bereits als Missbrauch definiert. In diesem Zusammenhang ist oft der Kontrollverlust über die Anzahl an Zigaretten und der Zeitpunkt auffällig, an dem sie konsumiert werden.

Suchtproblem
Rauchen

Wird das Rauchen beendet oder auch nur der gewohnte Konsum verringert, können körperliche Entzugserscheinungen sowie ein starkes Verlangen nach Ersatzstoffen auftreten.

²¹ Risikofaktoren: hier speziell Rauchen, Zucker, Übergewicht, Alkohol.

Die Folgen von Nikotinabusus sind in der Wissenschaft lange bekannt: Karzinome (Krebsgeschwüre), vor allem im Bereich der Harnblase (90 %), Nierenbecken (8 %) oder Harnröhre beziehungsweise Harnleiter (2 %).



Rauchen
schädigt den
Körper

Die chronische Bronchitis (Husten und Auswurf) ist bei Rauchern die Vorstufe zum Lungenkarzinom. Die Hauptursache bei dieser Erkrankung ist das Rauchen (85 %). Die nachteiligen Folgen von Rauchen sind seit Jahrzehnten bekannt und nachgewiesen. Die Europäische Union hat zur Eindämmung dieser Volkskrankheit bereits 1989 Tabakwerbung und -sponsoring verboten.

Sponsoring²² von Rundfunk- und Fernsehsendungen durch Zigarettenhersteller ist seit 1999 durch den Rundfunkstaatsvertrag untersagt.

Verbot von
Tabakwerbung

Die Gesetzeslage bezüglich Nikotinkonsum wurde in den Folgejahren nochmals verschärft. Seit dem 1. Januar 2022 darf keine Tabakaußenwerbung (Plakate usw.), seit dem 1. Januar 2023 für Tabakerhitzer und seit dem 1. Januar 2024 für elektronische Zigaretten gemacht werden. An den

²² Sponsoring: Zuwendungen von Unternehmen an Sport-, Kunst-, Kultur- und Sozialeinrichtungen, um wirtschaftliche Vorteile für ihr Unternehmen oder ihr Produkt anzustreben.

Folgen des Tabakkonsums sterben allein in Deutschland 120.000 Menschen pro Jahr.

Die Universität Hamburg hat Berechnungen der volkswirtschaftlichen Kosten veröffentlicht. Diese belaufen sich auf nahezu 80 Milliarden Euro im Jahr 2008 und 97,2 Milliarden Euro im Jahr 2018.

Im Jahr 2024 wurde der Aufruf laut, das Rauchen aufgrund der nachgewiesenen schädlichen Gesundheitsfolgen gänzlich zu verbieten. Der Ansatz ist vom Grunde her richtig, aber in der Praxis wohl kaum umzusetzen. Ein generelles Nikotinverbot wäre mit enormen Folgen hinsichtlich der Entzugsserscheinungen bei Rauchern verbunden. Betroffene Menschen bräuchten unmittelbare ärztliche und teilweise sogar psychologische Hilfe.

Generelles
Rauchverbot
nicht
durchsetzbar

Wer von sich aus mit dem Rauchen aufhören will, ist häufig auf sich allein gestellt. Es gibt verschiedene Ansätze für eine Raucherentwöhnung, zum Beispiel Akupunktur, was jedoch nur dann erfolgreich sein kann, wenn der eiserne Wille bei einer Person vorhanden ist, das Rauchen aufzugeben.

Eiserner Wille
erforderlich

Das Wichtigste in Kürze:

- Rauchen ist eine Sucht.
- Nikotin ist ein erhebliches Gesundheitsrisiko für Menschen.
- Entzugsserscheinungen beim Abgewöhnen des Rauchens sind an der Tagesordnung.

6.2 Diabetes

Arten von Diabetes

Diese Erkrankung wird in drei Typen unterteilt: Typ 1 ist eine chronische Autoimmunerkrankung, gegen die sich die betroffene Person nicht wehren kann. Bei nur knapp 5 % aller Diabeteserkrankungen handelt es sich um Diabetes mellitus Typ 1. Die Bauchspeicheldrüse bildet kein Insulin mehr, ein absoluter Insulinmangel liegt vor. Bei den meisten Erkrankungen dieser Art ist eine genetische Veranlagung vorhanden.

Typ 2 ist durch eine Unterfunktion der Bauchspeicheldrüse gekennzeichnet, bei der noch geringe Mengen von Insulin produziert werden. Diese sind jedoch nicht imstande, den Blutzucker zu senken. Eventuell reagieren die Zellen nicht mehr auf das Insulin, wodurch der Blutzucker nicht aufgenommen werden kann. Dem Typ 2 wird daher ein relativer Insulin-Mangel zugeschrieben.

Nicht jede Zuckererkrankung lässt sich den beiden Typen zuordnen, daher gibt es noch den Typ-3-Diabetes. Die Ursachen hierfür sind – im Vergleich zu den beiden anderen Varianten – sehr wahrscheinlich Gendefekte, Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse oder des Hormonsystems, Chemikalien, Medikamente oder Virusinfektionen. Insgesamt werden acht Untergruppen des Typs 3 differenziert.

Vererbung spielt eine Rolle

Das Risiko, an Typ 1 zu erkranken, ist hoch, wenn mindestens ein Elternteil an Diabetes mellitus leidet. Umwelteinflüsse und Virusinfektionen

können eine solche Erkrankung begünstigen. Dann kann eine Autoimmunreaktion stattfinden, bei der Abwehrzellen die insulinbildenden Zellen der Bauchspeicheldrüse dauerhaft zerstören. Die Regulation des Blutzuckers im Organismus ist nicht mehr möglich.

Schwangere Frauen können einen sogenannten Schwangerschaftsdiabetes entwickeln. Dieser bleibt meistens bis zur Geburt, jedoch erkranken viele Frauen im späteren Leben an Typ 2. Im Vergleich zu Typ 1 besteht bei Typ 2 eine große Heilungschance. Hierzu können medikamentöse Therapien mit einer Änderung des Lebensstils einen großen Einfluss haben.

Schwanger-
schafts-
diabetes

Risikofaktoren sowohl für Typ 1 auch als Typ 2 sind vor allem Übergewicht, falsche Ernährung, mangelnde körperliche Aktivität, übermäßiger



Alkohol- oder Nikotinkonsum und Stress. Die Folgen, die mit Diabetes mellitus in Verbindung zu bringen sind: Herzinfarkt, Schlaganfall,

Risiko-
faktoren für
Typ 1 und 2

Augenerkrankungen (Netzhautablösungen), Nierenschwäche oder -versagen und chronische Wunden.

Unter Berücksichtigung der schwerwiegenden Erkrankungen, die ein – heilbarer – Diabetes mellitus (Typ 2) mit sich bringen kann, ist es nicht nachvollziehbar, wie Menschen sich leichtfertig einer solchen Gefahr aussetzen. Dabei ist ausdrücklich zu betonen, dass Personen mit einer genetischen Veranlagung hiervon ausgenommen

Häufige
Ursachen für
Typ 2

sind. Für alle anderen sollten die vorherigen Ausführungen jedoch ein Denkanstoß sein.

Das sagt die
Deutsche
Diabetes
Stiftung (DDS)

Die Deutsche Diabetes Stiftung (DDS) gibt zum Thema Diabetes 1 bzw. 2 folgende Empfehlungen: Ob jemand an Typ 2 erkrankt, hängt oft mit der Ernährungsweise, dem Bewegungsverhalten und dem Umgang mit Stress zusammen. Übergewichtige Menschen sollten dringend daran arbeiten, diese Risikofaktoren abzubauen. Schon kleine Änderungen im Alltag helfen – täglich 30 Minuten Bewegung, Treppen statt Aufzug oder das Fahrrad statt Auto.

Auch die Ernährung spielt eine große Rolle: abwechslungsreich, mit möglichst wenig Salz und Zucker. Wurst enthält oft versteckte Fette, weshalb es sinnvoll ist, nicht täglich Wurst oder Fleisch zu konsumieren. Als Ersatz könnte beispielsweise Käse dienen.

Limonade, Cola und Fruchtsäfte enthalten hohe Zuckeranteile und sind deswegen nicht optimal für den Organismus. Die Empfehlung, täglich mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit zu sich zu nehmen, bezieht sich vor allem auf Wasser oder zumindest auf alkohol- und zuckerfreie Getränke.

Schützende
Wirkung
durch Kaffee

Verschiedene Studien bestätigen eine schützende Wirkung vor Typ 2 durch Kaffee. Ob dieser koffeinfrei ist, spielt dabei keine Rolle. Alkoholgenuss sollte generell in Maßen erfolgen. Als Empfehlung wird bei Männern 0,5 Liter Bier beziehungsweise bei Frauen 0,125 Liter Weißwein genannt. Dagegen ist Rauchen ein bedeutender

Diabetes-Risikofaktor. Durch den Verzicht auf Zigaretten o. Ä., kann das Typ-2-Risiko um 30 % – 50 % gesenkt werden.

Ein anderer Risikofaktor ist ein erhöhter Blutdruck in Verbindung mit einem hohen Blutzuckerwert. Generell helfen ausreichend Schlaf und die Reduktion von Stress, um sich vor einer Diabeteserkrankung zu schützen.

Risikofaktor
Blutdruck

Das Wichtigste in Kürze:

- Nur etwa 5 % der Betroffenen leiden an Diabetes Typ 1 (Autoimmunerkrankung).
- Übergewicht, ungesunde Ernährung, Alkohol und Nikotingenuss sind Risikofaktoren für Diabetes Typ 2.
- Diabetes wird oft mit Herzinfarkt, Schlaganfall, Augen- und Nierenerkrankungen in Verbindung gebracht.
- Kaffee hat eine schützende Wirkung vor Typ 2.

6.3 Übergewicht / Adipositas

Erschreckende
Zahlen zum
Thema
Übergewicht

Mehr als jeder zweite Deutsche (> 50 %) gilt als übergewichtig. Ungefähr 20 % der Deutschen sind sogar krankhaft übergewichtig (adipös²³). Sogar in der Altersgruppe von 3 bis 17 Jahren sind bereits über zwei Millionen Kinder und Jugendliche übergewichtig. Deutschland ist damit trauriger Spitzenreiter in Europa.

Problem
Sättigungs-
gefühl

Als wesentliche Ursachen werden das unkontrollierte Außer-Haus-Essen in Schnellrestaurants mit zu fettem Essen, zu vielen Süßigkeiten sowie der Ersatz körperlicher Aktivität durch endlose Zeiten vor Bildschirmen genannt.

Ein Problem fetthaltiger Nahrung besteht darin, dass das Sättigungsgefühl erst bei größeren Portionen eintritt. Das liegt an der hohen Energiedichte von Fett und daran, dass es im Magen-Darm-Trakt kein Wasser bindet, wodurch feste Nahrung entsprechend weniger aufquillt, also weniger Füllung erreicht und damit das Sättigungsgefühl verzögert.

Falsche
„Maßeinheit“

Bei normalgewichtigen Menschen sichert der Energievorrat des Fettgewebes ein Überleben über Wochen bis zu mehreren Monaten, bei Menschen mit „guter Vorsorge“ entsprechend länger. Adipöse Menschen dürfen deshalb nicht wesentlich mehr essen als Normalgewichtige,

²³ Adipös (Adipositas): Adipositas ist eine chronische, wiederkehrende komplexe Erkrankung, die durch übermäßiges Körpergewicht gekennzeichnet ist.

wenn eine weitere Gewichtszunahme vermieden werden soll.

Andererseits bleibt fetthaltige Nahrung länger im Magen, was ebenfalls zu Adipositas führt. Ein großes Risiko für Übergewicht ist der übermäßige Verzehr von Zucker - insbesondere in Form von Mono- und Disacchariden statt komplexer Kohlenhydrate.

Ein weiteres Problem ist die wesentliche Zellanlage. In den ersten beiden Lebensjahren eines Menschen wird die Struktur der Zellen gebildet. Adipösen Kinder fällt es aus diesem Grund im Erwachsenenalter schwerer, schlank zu werden beziehungsweise schlank zu bleiben.

Dicke Kinder
haben oft als
Erwachsene
Gewichts-
probleme

Zusätzlich angelegte Fettzellen bleiben ein Leben lang erhalten und warten nur darauf, gefüllt zu werden. Neuere Untersuchungen bestätigen, dass das Essverhalten bereits in der frühen Kindheit geprägt und für das restliche Leben festgelegt wird.

Ungeachtet dessen gilt heute mehr denn je die alte Weisheit vom „guten und schlechten Futterverwerter“, also von Menschen mit niedrigerem oder höherem Grundumsatz.²⁴ Trotzdem gilt immer noch: Ein adipöser Mensch ist

Gute /
schlechte
Futter-
verwerter

²⁴ Grundumsatz: Teil des täglichen Energieverbrauchs, welcher für die Aufrechterhaltung lebenswichtiger Funktionen aufgebracht wird. Voraussetzung: Körperliche Ruhe, vollständiger oder teilweiser Verzicht auf Nahrungsaufnahme und eine Außentemperatur, bei der der Körper ein Minimum an Wärmeregulation (Indifferenztemperatur) betreiben muss.

nicht deswegen adipös, weil er zu wenig gegessen hat.

„Dicksein“
kommt nicht
davon, weil
jemand zu
wenig isst

Das eigene Verschulden von Adipositas steht bei den meisten Menschen im Vordergrund. Wird dieses Thema angesprochen, begegnet man oft Reaktionen wie „Mein Partner/meine Partnerin kocht so gut ...“, oder wenn es um Verzicht geht: „Das lasse ich mir nicht nehmen“. Dabei vergessen viele die negativen Folgen der Fettleibigkeit.

Die Anlage von Fettleibigkeit wird zwar vererbt, doch verursacht die Anlage allein noch keine Adipositas. Entscheidend sind allein die Kalorienaufnahme und die körperliche Aktivität der Betroffenen.

Erbanlage ist
nicht
unbedingt ein
Grund

Eine erbliche Belastung zu Adipositas führt zwangsläufig dazu, dass betroffene Menschen unter Umständen ein Leben lang auf ihr Gewicht achten müssen. Menschen ohne diese genetische Belastung können bei gleicher körperlicher Aktivität deutlich mehr Kalorien aufnehmen, ohne ein Gewichtsproblem zu entwickeln.

Problem
Schilddrüse

Ein wichtiges Thema im Zusammenhang mit Adipositas ist die Schilddrüsenunterfunktion. Bei manchen Menschen verursacht eine Schilddrüsenunterfunktion einen Heißhunger auf Fast Food oder andere Dinge. Obwohl sich diese Menschen sportlich betätigen, lässt sich die Zunahme von Gewicht nicht vermeiden. In solchen Fällen ist der Gang zum Therapeuten oft sinnvoll.

Leider kann Adipositas auch zu starken Stimmungsschwankungen führen und die Gemütslage negativ beeinflussen. Um sich besser zu fühlen, greifen viele dann verstärkt zu Kaffee, Light-Getränken, Süßigkeiten oder Snacks – ein Teufelskreis, der schwer zu durchbrechen ist.

Zucker zählt zu den suchterzeugendsten Substanzen auf diesem Planeten. Hinzu kommt, dass Zucker häufig mit einem anderen führenden Schlechte-Laune-Nahrungsmittel kombiniert wird – der raffinierten weißen Stärke. Tatsächlich sind äußerst stärkehaltige Lebensmittel wie Brot und Cornflakes für manche Menschen ein noch größeres Problem als Süßes.



Giftige
Kombinationen

Zucker und Stärke bilden eine giftige Kombination, die in vielen Produkten wie Keksen, Crackern, Brot, Kuchen und Cornflakes steckt. Unter dem Gesichtspunkt der gesunden Ernährung ist es mehr als fragwürdig, Süßes und Weißmehlprodukte als Lebensmittel zu bezeichnen.

Um Fettleibigkeit vorzubeugen, ist eine bewusste Ernährung unerlässlich. Nicht nur übermäßiges Essen, sondern vor allem auch „falsches“ Essen birgt eine große Gefahr für Übergewicht. Ebenso ist eine regelmäßige Gewichtskontrolle unverzichtbar. Das Körpergewicht sollte mehrmals in der Woche mit einer Körperwaage

Ständige
Gewichts-
kontrolle hilft

kontrolliert werden – nicht anhand von Kleidung wie Gürteln, Hosen oder Rücken.

Geringe
Gewichts-
zunahmen
sind schnell
gelöst

Für bestimmte Menschen ist das Thema Gewichtskontrolle mittels Körperwaage mit einer großen Überwindung verbunden. Speziell für diejenigen sei erwähnt, dass es bei einer ungewollten Gewichtszunahme über mehrere Tage in der Regel leichter fällt, eine sofortige Diät über ein oder zwei Tage zu praktizieren. Sind erst einmal ein paar Kilos zu viel auf den Hüften, hilft meistens nur eine strenge Diät.

Bei kleineren Zunahmen von ein bis zwei Kilogramm ist die Regulation relativ einfach. Der Gang auf die Waage hat darüber hinaus noch einen weiteren positiven Effekt: Steigt das Gewicht trotz gesunder Ernährung oder einer kleinen Diät wie dem Verzicht auf Süßes, könnte eine Erkrankung vorliegen. Wird ein Therapeut jedoch erst aufgesucht, wenn sich die Gewichtszunahme im zweistelligen Bereich manifestiert, steht auch dieser vor einem größeren Problem.

Faustformel

Eine Faustformel für das maximale Körpergewicht lautet: Körpergröße minus 100, zum Beispiel $186 \text{ cm} - 100 = 86 \text{ kg}$. Jedes Gewicht, das sich unterhalb des Maximalgewichts befindet, ist in Ordnung. Diese Berechnungsmethode deckt sich auch weitgehend mit anderen (teilweise komplizierten) Verfahren.

Abschließend sei erwähnt, dass Adipositas ein gravierendes Gesundheitsrisiko darstellt. Fettleibigkeit erhöht das Risiko für zahlreiche

Erkrankungen, darunter Krebs, Fettleber, Gallensteine, Diabetes, Arthrose sowie Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzinfarkt, Schlaganfall und Bluthochdruck.

Schlimme
Folgen

Das Wichtigste in Kürze:

- Jeder zweite Deutsche ist übergewichtig.
- Deutschland ist bei Adipositas trauriger Spitzenreiter in Europa.
- Ursachen für Fettleibigkeit: zu viel Fast Food, Süßigkeiten und mangelnde Bewegung.
- Essverhalten wird bereits in frühester Kindheit geprägt.
- Adipositas ist meistens selbst verschuldet.
- Schilddrüsenunterfunktion kann zu Fettleibigkeit führen.
- Übergewichtige Menschen leiden oft psychisch unter ihrem Zustand.

6.4 Alkoholabusus / Alkoholismus

Alkohol als
höchste
Risikogruppe

Nach neuesten Erkenntnissen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) gibt es beim Alkoholkonsum keine gesundheitlich unbedenkliche Menge. Die Schäden werden durch den Alkohol, nicht durch das Getränk, verursacht. Alkohol ist giftig, psychoaktiv und gleichzeitig eine süchtig machende Substanz.

Bereits vor Jahrzehnten hat das internationale Krebsforschungszentrum Alkohol als Karzinogen²⁵ der Gruppe 1 eingestuft (höchste Risikogruppe, genauso wie Asbest, Strahlung oder Tabak).

Brust- und
Darmkrebs

Brust- und Darmkrebs sind dabei die häufigsten von mindestens sieben verschiedenen Krebsarten. Je mehr Alkohol konsumiert wird, um mehr steigt das Krebsrisiko. Die konkreten gesundheitlichen Auswirkungen von Alkohol sind schwer zu untersuchen, weil sich Alkohol auf viele verschiedene Organe und Lebensbereiche ungünstig auswirken kann.



Die Empfehlungen für ein risikoarmes Trinken werden international unterschiedlich definiert. In Deutschland wird für erwachsene Menschen empfohlen, an mindestens zwei Tagen pro Woche keinen Alkohol zu trinken. Bei Frauen gilt das Trinken eines kleinen Glases Wein (0, 125 Liter; 12

²⁵ Karzinogen: Substanzen, Organismen oder Stoffe, die Krebs auslösen.

Gramm Alkohol) und bei Männern von zwei kleinen Gläsern Bier (0,6 Liter, 24 Gramm Alkohol) als relativ ungefährlich.

Die Aufnahme von Alkohol (Ethanol) durch den Körper erfolgt größtenteils über den Magen. Nach ungefähr einer Stunde ist dieser Prozess abgeschlossen – vorausgesetzt, es wird keine begleitende Nahrung aufgenommen, die die Aufnahme hemmen könnte.

Ungefährliche
Alkohol-
mengen

In solchen Fällen wird das Maximum an Blutalkoholkonzentration (BAK)²⁶ erst nach ein bis zwei Stunden erreicht.

Alkohol ist
eine Droge

Eines ist gewiss: Alkohol ist eine Droge und kann den Körper erheblich schädigen, unabhängig davon, ob die Flasche 2 Euro oder 200 Euro kostet.

Nur weil eine Studie neu ist, muss sie nicht zwangsläufig richtig sein. Lange Zeit wurde angenommen, Fett sei das Gesundheitsrisiko Nr. 1 für den menschlichen Körper überhaupt. Diese Annahme wurde revidiert und behauptet, Zucker sei ein viel größerer Übeltäter und die Hauptursache für Gewichtszunahme.

Frühere Empfehlungen für Cholesterin, Blutdruck und Blutzucker wurden neu definiert, mit der Folge, dass ein Großteil der Menschen dadurch als „krank“ eingestuft werden. Früher galt als Faustregel für einen normalen Blutdruck bei Lebensalter plus 100, wobei ein Blutdruck von

Faustregel für
Blutdruck

²⁶ BAK: Maß für die Menge von Alkohol im Blut. Sie wird in Gewichtsanteilen (g/kg = Promille) angegeben.

160:95 immer schon als hoch verstanden wurde. Heute ist bereits ein Wert von 130:80 sehr bedenklich. Die Idee der Medizin ist es, einen optimalen Blutdruck von 120:80 hinzubekommen.

Das berühmte
„Viertel“

Seit Generation ist bekannt, dass ein Gläschen Rotwein (1/4 Liter) sehr gut für Herz und Kreislauf wäre. Zumindest wird auch heute noch von einigen Ärzten betont, es würde sich dabei um eine gute „Medizin“ handeln. Insofern ist die Aussage „es gäbe keine unbedenkliche Menge Alkohol“ mit Vorsicht zu genießen. Die Rede ist von einer kleinen Menge Rotwein, d. h., es muss bei dem berühmten „Viertel“ (maximal) bleiben.

Abbau von
Alkohol im
Blut

Der Abbau von Alkohol findet überwiegend in der Leber statt und verläuft – anders als bei vielen anderen Stoffen – unabhängig von der aufgenommenen Menge. Relativ konstant werden pro Stunde etwa 0,12 Promille eliminiert. Ausnahme hierzu bilden Menschen mit einem chronischen Alkoholabusus, die über eine erhöhte Abbaurate verfügen, sofern die Leber bei zunehmender Schädigung dazu noch in der Lage ist.

Alkohol und
Leber-
schädigung

Beim Alkoholkranken ist die vollständige Ausscheidung gestört, was die Anreicherung in der Leber zur Folge hat (Fettleber). Wird trotz einer geschädigten Leber weiterhin Alkohol konsumiert, ist nach mehreren Jahren eine Entzündung der Leber (Hepatitis) unvermeidlich.

Die Alkoholmengen, die üblicherweise für eine Leberschädigung verantwortlich gemacht werden,

liegen bei Frauen bei 60 Gramm Ethanol pro Tag und bei Männern bei 80 Gramm. Zum Vergleich: Das entspricht täglich etwa 1 Liter Bier für Frauen und 1,5 Litern für Männer.

Größere Mengen von Alkohol haben eine toxische Wirkung auf Gehirn, Bauchspeicheldrüse, Knochenmark und Herzmuskel. Darüber hinaus können durch einen langjährigen Alkoholmissbrauch Depressionen ausgelöst werden.

Alkoholranke Menschen haben außerdem häufig einen Vitaminmangel. Die Vitamine C, B₁, B₆, B₁₂ und Folsäure sollten bei starkem Alkoholkonsum zugeführt werden.

Vitamin-
mangel bei
Alkoholismus

Das Wichtigste in Kürze:

- Körperliche Schäden werden durch den Alkohol, nicht durch das Getränk, verursacht.
- Alkohol zählt zu den höchsten Risikofaktoren für die Entstehung von Krebs.
- Pro Stunde können 0,12 Promille Alkohol kann vom Körper abgebaut werden (außer bei Alkoholikern).
- Große Alkoholmengen führen oft zu einer Fettleber.
- Alkohol ist kein Grundnahrungsmittel, sondern ein Gift.

6.5 Vorsorgeuntersuchungen

Ärztepräsi-
dent meldet
sich zu Wort

Im April 2024 wurde die Dokumentation „Krank durch Früherkennung“ auf dem TV-Sender SWR ausgestrahlt. Diese Sendung wurde bereits 2014 produziert. Über die Ausstrahlung wurde lange diskutiert. Den entscheidenden Ausschlag für die Ausstrahlung gab Ärztepräsident Dr. Frank Ulrich Montgomery, als er öffentlich Kritik an den Screenings²⁷ zur Früherkennung von Krankheiten äußerte.

Unter anderem verwies er auf wissenschaftliche Studien, die zeigen, dass sich die Zahl der Todesfälle durch solche Screenings, wenn überhaupt, nur marginal beeinflussen lassen.

Gleichzeitig betonte Dr. Montgomery, dass unnötige medizinische Vorsorge das Risiko gesundheitlicher Schäden erheblich steigern kann. Traurigerweise hat sich seither trotz der Forderung durch den Ärztepräsident nichts verändert. Im Gegenteil, eine Früherkennung macht auch die Gesunden zu Kunden der Medizin.

„Check-up 35“
und die
Risiken

Unter dem Titel „Check-up 35“ wird ein allgemeiner Gesundheitscheck vermarktet. Die Ärzte versprechen, Krankheiten in Vor- oder Frühstadien aufzudecken, um bestenfalls den Ausbruch einer Krankheit verhindern zu können.

²⁷ Screening: Vorsorgeuntersuchung (Mammografie für Brustkrebs); radiologische Untersuchung mittels (gefährlichen) Röntgenstrahlen.

Tatsächlich können alle Befunde der Früherkennung völlig unproblematisch sein.

Dies macht Früherkennung gefährlich. Es werden auch Abweichungen vom Normwert festgestellt, die für die Betroffenen in ihrem Leben niemals zu einem Problem geworden wären. Der Fachbegriff „Überdiagnose“ deckt dieses Vorgehen ab.



Hohe
Blutdruck-
und Choles-
terinwerte

Unzählbare Menschen mit hohen Blutdruckwerten werden steinalt. Gleiches gilt für den Cholesterinwert, der im Alter naturgemäß ansteigt. Krebs ist in der Bevölkerung angstbesetzt, obwohl es sich in erster Linie um Gewebeveränderungen handelt. Mittlerweile ist die Angschwelle so hoch, dass vielen Menschen nicht klar ist, Krebs kann auch gutartig sein. Eine gutartige Gewebeveränderung muss nicht unbedingt behandelt werden.

Ebenso sterben viele alte Männer mit (nicht an) Prostatakrebs, von dem sie nichts wissen. Die Behandlung von Prostatakrebs hat unter anderem als mögliche Nebenwirkungen Inkontinenz²⁸ und Libidoverlust.²⁹ Regelmäßig kommt bei Krebsbehandlungen der Gedanke auf, es werden Leben gerettet. Es gibt Menschen, denen Früherkennung hilft, anderen schadet sie eben.

Früherken-
nung kann
schaden

²⁸ Inkontinenz: Fehlende oder mangelnde Fähigkeit des Körpers, Urin oder Stuhl zu halten und kontrolliert abzugeben.

²⁹ Libidoverlust: Keine Lust auf Sex.

Chemo-
therapie kann
Krebs
erzeugen

Eine Chemotherapie, die keinen Nutzen bringt, richtet einen heftigen Schaden an. Oftmals wird nicht ausdrücklich erwähnt, dass diese Therapie sogar Krebs auslösen kann. Gleiches gilt für die Mammografien mit dem Röntgengerät. Wird sich mit dem Thema Früherkennung intensiv auseinandergesetzt, gibt es viele Untersuchungen, die nicht guten Gewissens empfohlen werden können. Das Risiko, Opfer von unnötiger Medizin zu werden, übersteigt bei Weitem die Chance, von der Früherkennung zu profitieren.

Gesunde
Menschen
werden als
krank
eingestuft

Eines ist sicher: Durch Früherkennung werden viele gesunde Menschen zu Kranken gemacht. Die perfekte Früherkennung existiert in der Medizin nicht. Jeder sollte sich vor einer Untersuchung ausführlich mit seinem Thema beschäftigen. Den meisten Menschen ist nicht bewusst, dass jeder Treffer in der Früherkennungsmedizin von mindestens 20 Fehllarmen begleitet wird.

Entwarnung
trotz
Vorliegens
einer
gefährlichen
Krankheit

Auch das Gegenteil existiert in der Medizin. Teilweise werden für ein Drittel der entdeckten möglichen Krankheiten Entwarnung gegeben, obwohl die Gefahr, nach der geforscht wurde, durchaus vorhanden ist. Schließlich wird in der Früherkennungsmedizin meist ein Risiko angesprochen, selbst wenn die Gefahr oft nur im einstelligen Prozentbereich oder sogar lediglich im Bereich der Promille vorhanden ist.

Diese Aussagen sind nicht als Kritik an Ärzten zu verstehen – das ist ausdrücklich nicht die beabsichtigte Botschaft. Vielmehr geht es um eine Aufklärung, damit Menschen sich – ein Stück weit

– mehr um ihre Gesundheit kümmern und nicht sorglos einem Therapeuten vertrauen.

Eine Lanze für
Therapeuten
brechen

Ärzte werden gebraucht. Die Vielzahl von Spezialisten (Anästhesisten, Kardiologen, Urologen usw.) geben Hoffnung, eine tödlich Krankheit heilen zu können. Dennoch darf sich der Mensch nicht sorg- und achtlos einem Therapeuten ausliefern.

Es ist kein Geheimnis, dass Patienten mit bestimmten Symptomen einen Arzt aufsuchen und beim Kundtun ihrer Beschwerden von einem Arzt Symptome „aufgeschwatzt“ bekommen, die gar nicht vorhanden sind. Aber der Arzt muss es ja wissen, so die landläufige Meinung.

Symptome
werden
aufgeschwatzt

Im Prinzip liegt hierin schon der erste Ansatz für eine falsche oder fehlerhafte Therapie.

Andererseits sind Ärzte ständig unter Zugzwang, weil von ihnen eine sofortige Lösung erwartet wird. Dies ist mitunter ein gesellschaftliches Problem: „Ein Arzt muss das doch wissen.“ Patienten setzen die Ärzte manchmal latent unter Druck.

Erwartungs-
haltung von
Patienten

Sie erwarten eine schnelle Genesung, denn die Arbeit ruft – für langwierige Therapien ist keine Zeit.

Eine chinesische Lebensweisheit in diesem Zusammenhang lautet:

„Bei einer ernsten Krankheit gehe drei Ärzte an.“

Das Wichtigste in Kürze:

- Ärztepräsident Dr. Frank Ulrich Montgomery kritisiert öffentlich bestimmte Vorsorgeuntersuchungen.
- Eine „Überdiagnose“ kann schwerwiegende Folgen haben.
- Alte Männer sterben sehr oft mit Prostatakrebs (nicht an).
- Eine Chemotherapie, die nicht hilft, richtet einen erheblichen Schaden an.
- Vorsorgeuntersuchungen machen gesunde Menschen zu kranken.
- Der Nutzen von Früherkennung existiert, jedoch nur in einem kleinen einstelligen Prozent- oder sogar Promillebereich.

7 Alkoholkrankte Ärzte

Die Technische Universität München hat im Jahr 2018 über das Magazin „Journal of Occupational Medicine and Toxicology“ veröffentlicht, dass etwa 23 % der Ärzte in Deutschland Alkohol in gefährlichen Mengen konsumieren. Zu den Risikofaktoren zählen Kinderlosigkeit, lange Arbeitszeiten, eine Tätigkeit in chirurgischen Fachbereichen und bei Frauen insbesondere die Position als Assistenzärztin. Weiterhin gaben 90 % der Ärzte an, ihren Gesundheitszustand als mindestens zufriedenstellend einzustufen.

Studie über
alkoholkrankte
Ärzte

Jeder vierte Arzt konsumierte Alkohol in gefährlichem Maße und 5 % litten ihren eigenen Angaben zufolge unter einer mittleren bis hohen Nikotinabhängigkeit. 8 % der Probanden litten unter Adipositas.

Wie bereits eingangs erwähnt, ist das Thema Kinderlosigkeit für Ärzte beider Geschlechter ein entscheidender Risikofaktor für gefährlichen Alkoholkonsum. Frauen mit dem Status „Assistenzärztin“ wiesen ein dreifach erhöhtes Risiko für gefährlichen Alkoholkonsum im Vergleich zu Ärztinnen in leitenden Positionen auf. Ebenso war das Thema Arbeitszeit über 50 Stunden und die Tätigkeit in einer chirurgischen Disziplin davon betroffen.

Kinderlosigkeit
und mangelnde
Aufstiegsschan-
cen für Frauen

Seit längerer Zeit ist bekannt, dass der gefährliche Suchtmittelkonsum unter Ärzten in Deutschland keine Seltenheit mehr ist, wie auch frühere Befragungen belegen. Fest steht außerdem, dass

Ärzte sind
häufiger und
länger
alkoholkrank

Ärzte häufiger alkoholabhängig werden als Normalbürger. Die Landesärztekammern in Deutschland sind auf das Thema Suchterkrankungen unter Ärztinnen und Ärzten aufmerksam geworden. Sie haben in den letzten Jahren strukturierte Behandlungs- und Betreuungsprogramme für suchtkranke Ärztinnen und Ärzte aufgebaut.

Belastung
durch die
Schicksale der
Patienten

Der Arztberuf stellt generell ein Risikofaktor dar. Ein Grund dafür ist, dass Ärzte zu hohe Anforderungen an sich selbst stellen. Sie wollen dem Ideal des selbstlos Helfenden entsprechen, der immer mit maximalem Einsatz arbeitet. Hinzu kommt der emotionale Druck durch die vielen Schicksale ihrer Patienten. In diesen Fällen wird gerne zum Alkohol oder sogar zu Medikamenten gegriffen.

Medikamenten-
sucht

Vor allem das Thema Medikamentensucht ist für Ärzte gefährlich, weil sie besonders leichten Zugang zu Pharmaka haben.

Im Prinzip entsteht hier ein Teufelskreis: Ein Arzt, der süchtig ist, will das meistens nicht wahrhaben. Patientin oder Kollegen und Angehörige scheuen sich, den Arzt auf das Thema anzusprechen. Das Klischee vom unverwundbaren Helfer und der Glaube, aufgrund des Medizinstudiums Suchtmittel im Griff zu haben, führen zur Verdrängung. Das führt dazu, dass Ärzte länger süchtig sind als andere. Nicht selten stehen in diesem Zusammenhang 10 Jahre im Raum.

Alkoholranke Ärzte, die eine Therapie zu lange hinauszögern, spielen mit ihrer beruflichen Existenz. Die Arztzulassung (Approbation) und die Zulassung als Kassenarzt werden dadurch stark gefährdet. Erfährt der Regierungspräsident beispielsweise von einem „auffälligen“ Arzt, wird das sofortige Ruhen der Approbation veranlasst. Eine Zulassung als Kassenarzt setzt voraus, dass fünf Jahre lang keine Suchtmittel konsumiert wurden.

Risiko, die
Arztzulassung
entzogen zu
bekommen

Das Wichtigste in Kürze:

- Jeder vierte Arzt ist alkoholkrank.
- Arbeitszeiten von 50 Std. pro Woche, Kinderlosigkeit und Karrierestopp sind die Hauptursachen im Zusammenhang mit Alkoholismus.
- Ärzte werden häufiger alkoholabhängiger als Normalbürger.
- Ärzte sind oft länger süchtig als andere Menschen.
- Der Entzug der Arztzulassung steht im Raum.

8 Stress – die Ursache aller Dinge



Stress zeigt sich im Körper durch Krankheiten und Symptome. Die Ursache kann eine genetische Disposition³⁰ sein, ein Giftstoff, der eingenommen wurde, aber auch eine ältere Verletzung, die sich wieder bemerkbar macht.

Beispiel

Johannes hat Sodbrennen. Er erlebt Stress. Stress reduziert den Muskeltonus in der unteren Speiseröhre, weil hierfür Blut und Energie notwendig sind, die aufgrund von Stress nicht bereitgestellt werden können. Dadurch kann die Magensäure in die Speiseröhre zurückfließen, die Speiseröhrenschleimhaut wird dadurch geschädigt. Tritt das Sodbrennen selten auf, sind lediglich Schmerzen zu spüren, bei häufigeren Fällen entstehen Geschwüre oder sogar Krebs.

Beispiel
Sodbrennen

Der Arzt verordnet Tabletten, welche die Säure reduzieren. Solche Tabletten wirken meistens sehr gut. Dabei wird oft übersehen, dass Säure eine entscheidende Rolle spielt – sie hilft, die Nahrung zu zersetzen und aufgenommene Bakterien abzutöten.

Ein Problem
bekämpft,
zwei neue
geschaffen

Indem das Symptom „Sodbrennen“ unterdrückt wird, werden zwei neue Probleme geschaffen: Die zunehmende Belastung mit Bakterien im Magen schwächt das Immunsystem. Der Nahrungsbrei

³⁰ Disposition: Physische und psychische Verfassung eines Menschen.

bleibt länger im Magen, bis dieser ausreichend Säure zur Verdauung produziert hat.

Körperlicher
Stress ist auf
das Nerven-
system
zurück-
zuführen

Stress hat viele Gesichter. Dazu zählt eine Rechnung in der Post, Streit mit dem Nachbarn, Dinge, die anders laufen als geplant oder Sorgen um die Gesundheit. Körperlicher Stress entsteht, wenn das Nervensystem aus dem Gleichgewicht gerät.

Die Funktion des zentralen Nervensystems lässt sich mit einem Auto vergleichen. Wird ein Auto mit Vollgas gefahren, geht früher oder später etwas kaputt. Mit den Bremsen verhält es sich genauso. Gas und Bremse müssen ausgewogen zum Einsatz kommen, nur dann entsteht der größte Nutzen mit dem Auto.

Sympathikus
und Para-
sympathikus

Das zentrale Nervensystem verfügt genauso über diese beiden wesentlichen Elemente, nämlich den Sympathikus³¹ und Parasympathikus³². Der Sympathikus fährt das System hoch, beispielsweise in Not- oder Angstsituationen, dagegen wirkt der Parasympathikus wie eine Bremse – er drosselt das System.

99,9 % aller Vorgänge im Körper befinden sich unter Kontrolle des Nervensystems. In jeder Sekunde erreichen etwa fünf Millionen Informationsbits unser Gehirn. Doch in unser Bewusstsein dringen lediglich um die 10.000 Bits.

³¹ Sympathikus: System für die unwillkürliche, nicht willentliche, Steuerung einer Organaktivität.

³² Parasympathikus: Reguliert die Körperfunktionen und seine Signale.

Der Mensch muss nicht über das Mittagessen nachdenken, das sich bereits im Dünndarm befindet. Und schon gar nicht darüber, wie der Speisebrei in den nächsten Darmabschnitt gelangt. Gleiches gilt für die Aktionen, die nötig sind, um den Zuckerkonsum zu kompensieren.

Automatische
Funktionen in
unsrem
Körper

Vor einigen Jahren wurde ein Test zum Thema Stress durchgeführt. Eine größere Gruppe von Probanden³³ wurde eingeladen, um eine Stressmessung durchzuführen. Die Gruppe wurde in zwei Kategorien unterteilt. In der ersten Kategorie befanden sich Menschen, die angegeben hatten, unter Stress zu stehen. Es wurde keine Differenzierung zwischen beruflichen, privaten Stress oder sonstigen Stress vorgenommen.

Stresstest mit
überraschen-
dem Ergebnis

Die zweite Kategorie umfasste Menschen, die angegeben hatten, keinen Stress zu haben. Überraschenderweise konnte in der zweiten Gruppe bei einer signifikanten³⁴ Anzahl von Testpersonen Stress nachgewiesen werden, obwohl nach deren Aussage kein Stress existierte.

Dieses Ergebnis zeigt erneut, wie unterschiedlich Stress empfunden wird und vor allem, dass der menschliche Organismus oft unter Stress steht. Daher ist es nicht verwunderlich, warum sich gesund führende Menschen manchmal krank werden.

³³ Proband: Versuchs- bzw. Testperson.

³⁴ Signifikant: wesentlich, wichtig, erheblich erkennbar.

Das Wichtigste in Kürze:

- Stress ist die Ursache aller Krankheiten.
- Wird ein „Problem“ durch chemische Medikamente gelöst, entstehen in der Regel durch die Therapie zwei neue Probleme.
- Stress wird teilweise gar nicht als solcher wahrgenommen.

Exkurs:

Viele berühmte Gelehrte, Nobelpreisträger (z. B. Albert Einstein), Menschen mit Dokortiteln auf verschiedenen Fachgebieten, Ärzte, Schriftsteller, Erfinder sind sich einig: An der Wurzel von Krankheit und Leiden sitzt immer ein energetisches Problem. Soll ein gesundheitliches Problem geheilt werden, muss es an der Wurzel gepackt – also das energetische Problem geheilt werden.

Nicht
erklärbare
Phänomene

Unter uns Menschen gibt es solche, die Metallgegenstände verbiegen oder Dinge allein durch Gedankenkraft bewegen können. Ebenso gibt es Menschen, die Dinge zu wissen scheinen, die sie eigentlich keinesfalls wissen können. Natürlich gibt es auch Zauberer und Taschenspielertricks. Diese sind jedoch nicht gemeint! Das hat nichts mit Quantenphysik zu tun.

Die Wahrheit ist, bis heute war nicht bekannt, wie so etwas möglich sein soll. Im Mittelalter waren die physikalischen Gesetzmäßigkeiten hinter Mikrofonen, Batterien, Chips, LED-Displays oder Radiowellen, die sich durch die Luft ausbreiten, noch nicht bekannt.

Das jüngste Verfahren in diesem Zusammenhang ist die Kernspin- oder Magnetresonanztomografie (MRT). Die meisten Menschen glauben, das wichtige Wort sei „Magnet“, was nicht richtig ist. Das magnetische Feld versetzt die Atome in Schwingungen, d. h. die Schwingungen liefern die Ergebnisse.

Frequenzen, Wellen oder Schwingungen besitzen drei Hauptmerkmale. Eine Frequenz beschreibt, wie oft innerhalb eines festgesetzten Zeitintervalls ein Wechsel zwischen positiv und negativ stattfindet. Ein weiteres Merkmal ist die Amplitude, also wie stark die Auslenkung über der Nulllinie ist. Drittens besitzt jede Schwingung eine Form.

Schwingungen / Wellen liefern die Ergebnisse

Es gibt Sinuskurven, also schön glatte, geschwungene und symmetrische Wellen, die an Meereswogen erinnern sowie gezackte Schwingungen, die wie eine Nadel gerade nach oben oder unten schießen. Frequenzen werden teilweise dazu benutzt, um andere Frequenzen zu transportieren. Beispielsweise lassen sich hunderttausende Mitteilungen pro Sekunde mittels Lichtwellen durch eine winzige Faser verschicken (Glasfaser).

Frequenzen (Schwingungen) sind in der Medizin zu finden, wenn auch nur in begrenztem Umfang (z. B. Röntgen, CT³⁵, MRT³⁶). Wäre in der Medizin

³⁵ CT: Computertomographie; Röntgenverfahren, mit dem der Organismus in Querschnitten dargestellt wird.

³⁶ MRT: Magnetresonanztomographie, auch Kernspintomographie (KST) genannt; bildgebendes Verfahren zur Darstellung des Organismus (ohne Röntgenstrahlen).

bekannt, was Frequenzen oder Schwingungen bewirken, würde zumindest die Pharmaindustrie Gegenmaßnahmen einleiten. Diese Erkenntnis würde Pharmaunternehmen teilweise in den Ruin treiben.

Wendepunkt
der
medizinischen
Wissenschaft

Die medizinische Wissenschaft steht an einem Wendepunkt, an dem konventionelle Methoden durch ganzheitliche Ansätze ergänzt werden. Energetische Zusammenhänge, lange als Randphänomene abgetan, rücken zunehmend in den Fokus moderner Diagnose- und Therapieverfahren. Diese Erkenntnis hat zur Entwicklung alternativer Analysemethoden geführt, die auf den energetischen Aspekt des menschlichen Körpers abzielen. Die Haaranalyse stellt eine solche Alternative dar, die es ermöglicht, komplexe Zusammenhänge zwischen körperlichen Symptomen und deren energetischen Ursachen zu erkennen.

9 Schlussbemerkung

Haaranalysen sind keine neomodische Erscheinung. Die Methode, welche der Haaranalyse zugrunde liegt, wurde vor über hundert Jahren entdeckt. In den letzten fünfzig Jahren erfuhr dieses Verfahren eine permanente Weiterentwicklung, sodass heutige Analyseergebnisse eine Treffergenauigkeit von über 95 % erreichen.

Haaranalysen
basieren auf
sehr altem
Wissen

Der große Vorteil der Haaruntersuchungen liegt in der ganzheitlichen Betrachtung. Der komplette Körper einschließlich der Psyche wird analysiert und ausgewertet. Der Aufwand für Patienten ist äußerst gering: Bereits acht bis zehn Haare reichen für eine Codierung aus und können auf dem Postweg an das Labor gesandt werden. Dabei ist es egal, ob die Haare von einem Menschen oder von einem Tier stammen.

Sollten bei Ihnen nach dieser Lektüre noch Fragen offengeblieben sein, freuen wir uns sehr über eine Nachricht an:

simianer@web.de

Literaturverzeichnis

Béliveau, Richard; Gingras, Denis; Krebszellen mögen keine Himbeeren - Nahrungsmittel gegen Krebs; 13. Auflage; (2018); Wilhelm Goldmann Verlag; München

Eybl, Björn; Die seelischen Ursachen der Krankheiten; 10. Auflage; (2022); Ibero Verlag; Wien

Geißler, Jan; Quak, Thomas; Leitfaden Homöopathie; 3. Auflage; (2017); Elsevier GmbH; München

Hamer, Ryke Geerd; Einer gegen Alle; (2005); Amici di Dirk Verlag; Köln

Herzog, Michael; Bierbach, Elvira; Handbuch Naturheilpraxis; 3. Auflage; (2017); Elsevier GmbH; München

Jütte, Robert; Samuel Hahnemann; Begründer der Homöopathie; (2005); Deutscher Taschenbuchverlag GmbH & Co. KG; München

Loyd, Alex; Johnson Ben; Der Healing-Code - Die 6-Minuten-Heilmethode; (2023); 45. Auflage; Rowohlt Taschenbuchverlag; Hamburg

Oschmann, James L.; Energiemedizin; 2. Auflage; (2009); Elsevier GmbH; München

Rief, Winfried; Henningsen, Peter; Psychosomatik und Verhaltensmedizin; (2015); Schattauer GmbH; Stuttgart

Ross, Julia; Was die Seele essen will - Die Mood Cure; 2. Auflage; (2010); J. G. Gotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH; Stuttgart

Scheffer, Mechthilde; Die Original Bach-Blüten-Therapie; (1999); Heinrich-Hugendubel Verlag; Kreuzlingen / München

Sprengel, Kurt; Handbuch der Semiotik; (1804); Wien

Wittig, Frank; Krank durch Früherkennung - Warum Vorsorgeuntersuchungen unserer Gesundheit oft mehr schaden als nutzen; 2. Auflage; (2024); by riva Verlag; München

Internetquellen

<https://kurier.at/wissen/krankenhauskeim-mrsa-rezept-aus-dem-mittelalter-hilft-gegen-resistentes-bakterium/123.576.889>; 17.02.2025

<https://www.aerzteblatt.de/archiv/80732/Alkohol-und-Medikamentenmissbrauch-bei-Aerzten-Gefaehrliche-Stressbewaeltigung>; 21.08.24

<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/97596/Fast-jeder-vierte-Arzt-trinkt-zu-viel-Alkohol>; 21.08.24

<https://www.diabetesstiftung.de/11-tipps-zur-praevention>; 13.08.24

<https://www.dkfz.de/de/krebspraevention/Krebsrisiken-das-sagt-die->

[Wissenschaft/3 Risikofaktor Uebergewicht/Risikofaktor-Uebergewicht.html](#); 20.08.24

<https://www.gesundheitsinformation.de/abwann-ist-alkohol-schaedlich.html>; 21.08.24

<https://www.infektionsschutz.de/erregersteckbriefe/mrsa>; 17.02.2025

<https://www.pflege.de/krankheiten/diabetes-mellitus/typen>; 13.08.24

<https://www.who.int/europe/de/news/item/28-12-2022-no-level-of-alcohol-consumption-is-safe-for-our-health>; 21.08.24

Über den Autor



Udo Simianer (1967) ist in Baden-Württemberg zu Hause. Insgesamt hat er zwei Berufe bei der Justiz erlernt und ausgeübt, bevor er sich dazu entschied, einen akademischen Weg einzuschlagen. Neben einem Diplom und einem Master in Betriebswirtschaftslehre (BWL), absolvierte Udo Simianer zusätzlich die Heilpraktiker Akademie.

Als akademischer Therapeut führt er Haaranalysen für Tiere und Menschen durch. Vor allem im Veterinärbereich hat er sich zu einer angesehenen Persönlichkeit im Bereich Hochleistungssport entwickelt. Nicht nur die besten Spring- und Dressurreiter, sondern auch die Champions der Galopper-Szene vertrauen auf seinen Rat.

