

wir.Heilpraktiker

April–Juni 2023 | II. Quartal 2023 | www.freieheilpraktiker.com

Fachzeitschrift für Naturheilkunde, Berufs- und Medizinalpolitik
ISSN 1430-7847



Im Auftrag des
Bundesministeriums für Gesundheit

Empirisches Gutachten zum Heilpraktikerwesen



Heilpflanzen

Urtika dioica -
Die Brennnessel

6



TCM

Kinderwunsch und
Chinesische Medizin

22



Tibetische Medizin

Ratschläge für den Frühling
und den Frühsommer

12



Phönix Laboratorium GmbH

Phönix Ausleitungskonzept

Informationsbroschüren und Patienteneinnahmepläne bitte kostenlos anfordern:

fon: 0800-6648307
fax: 0800-6648308
kontakt@phoenix-lab.de

www.phoenix-lab.de

PHÖNIX Silybum spag.

Homöopathisches Arzneimittel.
Mischung zum Einnehmen.
Apothekenpflichtig.
Reg.-Nr.: 2522956/00.00

Registriertes homöopathisches
Arzneimittel, daher ohne Angabe
einer therapeutischen Indikation.
Sollten während der Anwendung
des Arzneimittels die Krankheits-
symptome fortauern, ist
medizinischer Rat einzuholen.

PHÖNIX Solidago spag.

Homöopathisches Arzneimittel.
Mischung zum Einnehmen.
Apothekenpflichtig.
Reg.-Nr.: 2522953/00.00

Registriertes homöopathisches
Arzneimittel, daher ohne Angabe
einer therapeutischen Indikation.
Sollten während der Anwendung
des Arzneimittels die Krankheits-
symptome fortauern, ist
medizinischer Rat einzuholen.

PHÖNIX Urtica- Arsenicum spag.

Homöopathisches Arzneimittel.
Mischung zum Einnehmen.
Apothekenpflichtig.
Reg.-Nr.: 2522955/00.00

Registriertes homöopathisches
Arzneimittel, daher ohne Angabe
einer therapeutischen Indikation.
Sollten während der Anwendung
des Arzneimittels die Krankheits-
symptome fortauern, ist
medizinischer Rat einzuholen.

PHÖNIX Thuja- Lachesis spag.

Homöopathisches Arzneimittel.
Mischung zum Einnehmen.
Apothekenpflichtig.
Reg.-Nr.: 2522957/00.00

Registriertes homöopathisches
Arzneimittel, daher ohne Angabe
einer therapeutischen Indikation.
Sollten während der Anwendung
des Arzneimittels die Krankheits-
symptome fortauern, ist
medizinischer Rat einzuholen.

PHÖNIX Silybum spag. Homöopathisches Arzneimittel. Zusammensetzung: 100ml enthalten: 5 ml Acidum arsenicosum spag. Glückselig Dil. D4 [HAB, SV. 54b; Ø mit ger. Wasser, Ethanol 86% (m/m) (90:10)]; 1 ml Aesculus hippocastanum e semine sicc. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 5 ml Arnica montana e floribus sicc. Glückselig Dil. D2 [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 2 ml Atropa bella-donna e foliis rec. Glückselig Dil. D4 [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 38% (m/m)]; 7 ml Aurum chloratum Dil. D5; 9 ml Bolus alba spag. Glückselig Ø [HAB, SV. 54b; Ø mit ger. Wasser, Schwefelsäure 96% (99:1)]; 4 ml Camphora Dil. D3 [HAB, SV. 5a; Lsg. D3 mit ger. Wasser]; 1 ml Chelidonium majus ex herba rec. spag. Glückselig Dil. D7 [HAB, V. 54a; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 4 ml Crataegus e foliis cum flores rec. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 12 ml Cuprum sulfuricum Dil. D4; 4 ml Digitalis purpurea Glückselig Dil. D4 [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 38% (m/m)]; 1 ml Filipendula ulmaria ex herba rec. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 6 ml Hydrargyrum bichloratum spag. Glückselig Dil. D6 [HAB, V. 54b; Ø mit Ethanol 86% (m/m)]; 3 ml Juniperus communis e fructibus sicc. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 5 ml Kalium nitricum Dil. D3; 2 ml Orthosiphon stamineus e foliis sicc. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 20% (m/m)]; 2 ml Paeonia officinalis e floribus sicc. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 4 ml Silybum marianum Dil. D2; 2 ml Solidago virgaurea ex herba rec. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 6 ml Stibium sulfuraturn nigrum Dil. D8; 2 ml Tartarus depuratus spag. Glückselig Ø [HAB, SV. 54b; Ø mit Ethanol 20% (m/m)]; 1 ml Zincum metallicum Dil. D8. Enthält 30 Vol.-% Alkohol.

PHÖNIX Solidago spag. Homöopathisches Arzneimittel. Zusammensetzung: 100ml enthalten: 6 ml Arnica montana e floribus sicc. Glückselig Dil. D2 [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 7 ml Aurum chloratum Dil. D5; 11 ml Bolus alba spag. Glückselig Ø [HAB, SV. 54b; Ø mit ger. Wasser, Schwefelsäure 96% (99:1)]; 8 ml Camphora Dil. D3 [HAB, SV. 5a; Lsg. D3 mit ger. Wasser]; 11 ml Cuprum sulfuricum Dil. D4; 6 ml Digitalis purpurea Glückselig Dil. D4 [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 38% (m/m)]; 7 ml Filipendula ulmaria ex herba rec. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 6 ml Hydrargyrum bichloratum spag. Glückselig Dil. D6 [HAB, V. 54b; Ø mit Ethanol 86% (m/m)]; 9 ml Juniperus communis e fructibus sicc. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 10 ml Solidago virgaurea ex herba rec. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 7 ml Stibium sulfuraturn nigrum Dil. D8; 6 ml Urtica urens ex herba rec. Glückselig Dil. D2 [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]. Enthält 25 Vol.-% Alkohol.

PHÖNIX Urtica-Arsenicum spag. Homöopathisches Arzneimittel. Zusammensetzung: 100ml enthalten: 5 ml Acidum arsenicosum spag. Glückselig Dil. D4 [HAB, SV. 54b; Ø mit ger. Wasser, Ethanol 86% (m/m) (90:10)]; 7 ml Arnica montana e floribus sicc. Glückselig Dil. D2 [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 4 ml Aurum chloratum Dil. D5; 10 ml Bolus alba spag. Glückselig Ø [HAB, SV. 54b; Ø mit ger. Wasser, Schwefelsäure 96% (99:1)]; 6 ml Camphora Dil. D3 [HAB, SV. 5a; Lsg. D3 mit ger. Wasser]; 11 ml Cuprum sulfuricum Dil. D4; 4 ml Digitalis purpurea Glückselig Dil. D4 [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 38% (m/m)]; 3 ml Dryopteris filix-mas ex herba rec. Glückselig Dil. D4 [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 2 ml Euspongia officinalis Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 20% (m/m)]; 3 ml Filipendula ulmaria ex herba rec. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 6 ml Hydrargyrum bichloratum spag. Glückselig Dil. D6 [HAB, V. 54b; Ø mit Ethanol 86% (m/m)]; 3 ml Hypericum perforatum ex herba Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 3 ml Juniperus communis e fructibus sicc. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 6 ml Kalium nitricum Dil. D3; 2 ml Orthosiphon stamineus e foliis sicc. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 20% (m/m)]; 3 ml Solidago virgaurea ex herba rec. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 6 ml Stibium sulfuraturn nigrum Dil. D8; 3 ml Tartarus depuratus spag. Glückselig Ø [HAB, SV. 54b; Ø mit Ethanol 20% (m/m)]; 2 ml Urtica urens ex herba rec. Glückselig Dil. D2 [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 2 ml Zincum metallicum Dil. D8. Gegenanzeigen: Bei Schilddrüsenerkrankungen nicht ohne ärztlichen Rat anwenden. Iodüberempfindlichkeit. Enthält 28 Vol.-% Alkohol.

PHÖNIX Thuja-Lachesis spag. Homöopathisches Arzneimittel. Zusammensetzung: 100ml enthalten: 6 ml Arnica montana e floribus sicc. Glückselig Dil. D2 [HAB, V. 54c; Ø mit ger. Wasser, Ethanol 86% (m/m) (90:10)]; 7 ml Arnica montana e floribus sicc. Glückselig Dil. D2 [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 6 ml Cuprum sulfuricum Dil. D4; 9 ml Dryopteris filix-mas ex herba rec. Glückselig Dil. D4 [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 9 ml Echinacea angustifolia e planta tota rec. spag. Glückselig Dil. D2 [HAB, V. 54a; Ø mit Ethanol 25% (m/m)]; 6 ml Hydrargyrum bichloratum spag. Glückselig Dil. D6 [HAB, V. 54b; Ø mit Ethanol 86% (m/m)]; 9 ml Iodum Dil. D4; 5 ml Lachesis mutus Dil. D7; 13 ml Stibium sulfuraturn nigrum Dil. D8; 5 ml Thuja occidentalis Dil. D2; 5 ml Verbena officinalis ex herba sicc. Glückselig Ø [HAB, V. 54c; Ø mit Ethanol 20% (m/m)]; 5 ml Zincum metallicum Dil. D8. Gegenanzeigen: Iodüberempfindlichkeit. Überempfindlichkeit gegen Echinacea oder andere Korbbllütler oder gegen einen der Wirk- oder Hilfsstoffe. Aus grundsätzlichen Erwägungen nicht anzuwenden bei progredienten Systemerkrankungen wie Tuberkulose, Leukose, Kollagenose, multipler Sklerose, AIDS, HIV-Infektion und anderen Immun-Erkrankungen. Bei Schilddrüsenerkrankungen nicht ohne ärztlichen Rat anwenden. Nebenwirkungen: Sehr selten können Überempfindlichkeitsreaktionen auftreten. Für Arzneimittel mit Zubereitungen aus Echinacea wurden Hautausschlag, Juckreiz, selten Gesichtsschwellung, Atemnot, Schwindel und Blutdruckabfall beobachtet. Enthält 32 Vol.-% Alkohol. Die Arzneimittel sind in Packungsgrößen zu 50 und 100 ml erhältlich.

Phönix Laboratorium GmbH, Benzstr. 10, 71149 Bondorf.

V202212

Liebe Kolleginnen und Kollegen,



Es ist Frühling. Schauen Sie sich doch einmal unseren Heilpflanzen-Artikel an. Es geht um die Brennessel. Sie hat allerorts den Winter gut überstanden und sprießt wieder. Wir kennen ihre zwei Seiten. Sie ist gesund und liefert im Frühjahr – richtig geerntet und zubereitet – wertvolle Lebensstoffe. Sie kann aber auch zubeißen, wenn leichtfertig mit ihr umgegangen wird. So schützt sie sich.

Wir finden unseren Beruf in dieser Pflanze wieder.

Wer mit uns ordentlich und achtsam umgeht, der erlebt die Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker als gesundheitsfördernde Kraft. Wer es an Respekt, Wahrhaftigkeit und Wissen vermissen lässt, der wird sich möglicherweise die Hände an uns verbrennen.

Wir Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker sind mit unseren Therapien und Diagnosen Teil der Natur- und Lebenskräfte. Die Lebensrhythmen, die ganzheitlichen Zusammenhänge, die Kräfte der Natur im und um den Menschen herum bestimmen ganz wesentlich unser Herangehen an Krankheit und Leid. Wir kennen die medizinischen Grundlagen und wir wissen, was außerhalb der Universitätsmedizin möglich ist.

Dass können oder wollen manche nicht verstehen. Sie tun so, als wären wir unbekanntes Wesen in einem unbekanntem Raum. Auch deshalb finden wir es gut, dass das Bundesministerium für Gesundheit ein umfangreiches empirisches Gutachten zum Heilpraktikerwesen in Auftrag gegeben hat. Wir informieren in dieser Ausgabe ausführlich über die Fragestellungen.

Bis zum 31.10.2024 sollen die Daten über unseren Beruf vorliegen. Übrigens findet wenig später 2025 die reguläre nächste Bundestagswahl statt. Ob die Parteien so kurz vor dem beginnenden Wahlkampf gesetzgeberisch zu den Heilpraktiker/innen tätig werden?

Denken Sie immer auch an den Frühling und an die Brennessel ...

Herzlichst, Ihr

Dieter Siewertsen

Vorsitzender Freie Heilpraktiker e.V.



© S.Hexclusiv/stock.adobe.com

Inhalt



© CK/stock.adobe.com

40 Industriemitteilung, Wasser heilt

EDITORIAL

3 Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker, die unbekannten Wesen.

HEILPFLANZEN

6 Urtica Dioica, große Nessel

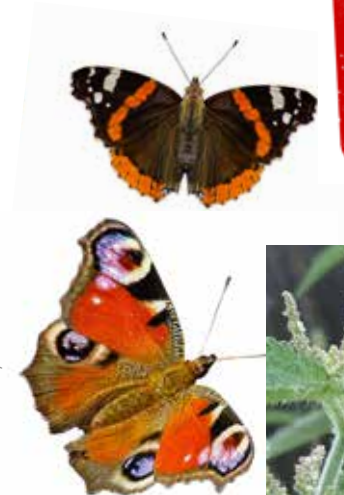
BUCHEMPFEHLUNGEN

9 Empfehlungsliste Bücher

GESUNDHEITSTIPPS

- 10 New Nordic Diet
- 14 Biorhythmus
- 18 Heilkräuter für unsere Kinder

© tilottama/stock.adobe.com



© Ute Braun

6 Heilpflanzen

12 Tibetische Medizin



TIBETISCHE MEDIZIN

12 Jahreszeitliche Ratschläge für den Frühling und den Frühsommer

REZENZION

17 Buch-Rezension

TCM

22 Kinderwunsch

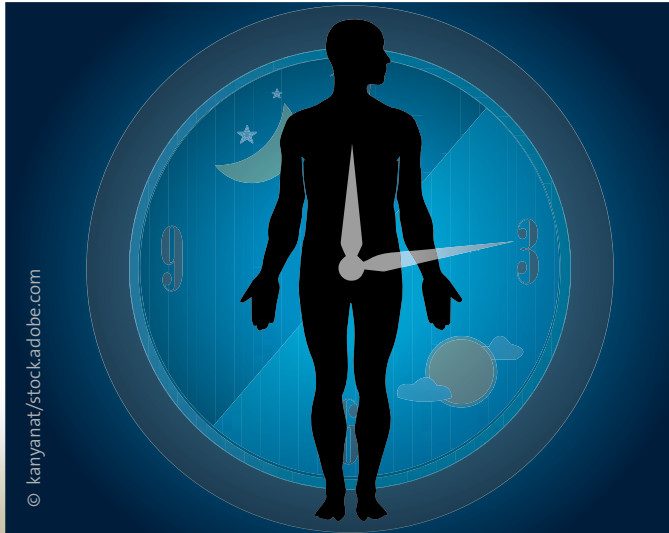
BERUFSRECHT, POLITIK UND PRAXIS

- 26 Empirisches Gutachten zum Heilpraktikerwesen
- 33 Abmahnung erhalten – Was nun?
- 37 Heilpraktikergesetz: Sprachliche Bereinigung geplant

MAHNUNG

© fotohansel/stock.adobe.com

14 Biorhythmus



VERANSTALTUNGSKALENDER

38 Veranstaltungen von Mai bis August 2023

INDUSTRIEMITTEILUNG

40 Wasser heilt

KLEINANZEIGEN FREIE HEILPRAKTIKER E.V.

43 Stellen-, Kauf-, Verkaufs-, Gelegenheits- und Ausbildungsangebote

IMPRESSUM

Herausgeber:

Freie Heilpraktiker e.V.
Benrather Schloßallee 49–53, 40597 Düsseldorf
T: 02 11/90 17 290, F: 02 11/90 17 29 19
E: info@freieheilpraktiker.com
www.frieheilpraktiker.com

Redaktionelle Leitung:

Dieter Siewertsen, Heilpraktiker,
V.i.S.d.P. Geschäftsführender Vorsitzender
Freie Heilpraktiker e.V.
info@freieheilpraktiker.com

Redaktion und Lektorat

Doris Schultze-Naumburg, Lektorat Wortnatur

Anzeigen:

Freie Heilpraktiker e.V.
Berufs- und Fachverband
Benrather Schloßallee 49–53, 40597 Düsseldorf
T: 02 11/90 17 290, F: 02 11/90 17 29 19
E: info@freieheilpraktiker.com, www.frieheilpraktiker.com
Verantwortlich für Anzeigen: Dieter Siewertsen
Zurzeit gilt Anzeigenpreisliste Nr. 14, gültig ab dem 1. Januar 2019. Ein Anspruch auf Anzeigenaufnahme besteht nicht.

Konzeption, Layout und Reinzeichnung:

enter-design – Gudrun Fabian, Heike Ponge

Druck:

Druckstudio GmbH, Professor-Oehler-Str. 10, 40589 Düsseldorf
Auflage: 5.200

Datenschutz-Information:

Bitte beachten Sie unsere Hinweise zur Datenverarbeitung gem. Artikel 13 DS-GVO <http://datenschutz.frieheilpraktiker.com>

Bezugspreis und Erscheinungsweise:

Die WIR erscheint vierteljährlich. Die Mindestvertragslaufzeit beträgt ein Jahr. Bestellungen nur über den Herausgeber. Es gelten die Allgemeinen Geschäfts- und Lieferbedingungen für den Bezug der Verbandszeitschrift, abrufbar unter <http://www.frieheilpraktiker.com/Heilpraktikerinfo/> Zeitschrift WIR Heilpraktiker. Für Mitglieder Berufsverband „Freie Heilpraktiker e.V.“ ist der Bezug im Mitgliederbeitrag enthalten. Einzelpreis je Heft 5,50 € incl. Versandkosten. Die Erscheinungsweise ist alle drei Monate jeweils Januar, April, Juli, Oktober. Bei Nichterscheinen aus technischen Gründen oder höherer Gewalt entsteht kein Anspruch auf Nachlieferung oder Gebührenerstattung.

Nachdruck: Fotomechanische Wiedergabe, sonstige Vervielfältigung sowie Übersetzung des Text- und Anzeigenteils, auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Bilder sowie Berichte aus der Industrie wird keine Gewähr übernommen. Bei den Beiträgen unter der Rubrik „Industriemitteilungen“ handelt es sich um keine redaktionellen Beiträge. WIR ist unabhängig und überverbandlich ausgerichtet. Gekennzeichnete Artikel stellen die Meinung des Autors, nicht unbedingt die der Redaktion dar. Für alle Veröffentlichungen werden keine Haftung und keine Gewähr übernommen.

Titelfoto:

© Ute Braun

ISSN 1430-7847



URTICA DIOICA – GROSSE NESSEL

Brennnessel

„Die Brennnessel gehört zu den besten Heilpflanzen, die wir haben. Wüsste die Menschheit darum wie heilkräftig sie ist, würden sie nichts als Brennnesseln anbauen.“ So steht es bei Maria Treben (1907–1991) in ihrem Buch: *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*.



© tilloottama/stock.adobe.com

Als wisse die Brennnessel um ihre Kraft, scheint sie den Menschen überall hin nachzulaufen. Bei allen menschlichen Siedlungen, in der Stadt, auf dem Land, bei Bauernhöfen ist sie zu finden. Selbst dort, wo Siedlungen schon längst aufgegeben und von Gras überwachsen sind, stehen noch die Brennnesseln und zeigen an, dass hier einmal Menschen gewohnt haben. Sie bevorzugen Plätze, wo wir unsere Abfälle und Ausscheidungen hinterlassen haben, wo der Boden von Urin oder Jauche getränkt ist. Sie scheint mit einem Zuviel an Harnstoff umgehen zu können. Auch dort, wo wir es aufgegeben haben den Boden zu bearbeiten, wo wir alles durcheinandergebracht haben, auf Schuttplätzen, Kahlschlägen, in Rumpelcken zwischen der verrosteten Gießkanne und alten Brettern haben sich Brennnesseln ausgebreitet und bringen ins Gleichgewicht, was der Mensch zerstört hat.

Bei aller Nähe zu den Menschen wehrt sich die Brennnessel, wenn man ihr zu nahekommt. Sie sticht, beißt und brennt bei Berührung. *Urtica*, der lateinische Gattungsname beschreibt genau das: „die Brennende“. Sie hüllt sich ein in einen Mantel aus lauter kleinen glasartig spröden Brennhaaren. Bei leichter Berührung brechen sie ab und spritzen schlangen- und bienengiftartige Toxalbumine, Histamine und Ameisensäure unter die Haut. Diese erzeugen Jucken und Brennen auf der Haut und ein Gefühl von Hitze.

Dazu schrieb der große Schweizer Kräuterpfarrer Künzle (1857–1945) „Hätte die Brennnessel keine Stacheln, wäre sie schon längst ausgerottet worden, so vielseitig sind ihre Tugenden!“

Schon lange bekannte Heilkräfte

Im Mittelalter dachten die Heilkundigen, dass schwarze Galle und verdorbene Körpersäfte sich durch den Winter im Körper ansammelten. Diese, beobachtete man, konnten ausgetrieben werden durch Frühlingskräuter, vor allem durch die Brennnessel. Das Kraut gekocht und getrunken wirkte harn- und schweißtreibend, förderte den Stuhlgang und löste den Schleim aus der Lunge.

Konzentration in der Brennnessel. Auch die Farbe dieses Planeten, das Blutrot, hat ihre Entsprechung in der Heilkraft der Brennnessel. Sie ist unsere beste Blutreinigungspflanze. Im Frühjahr, wenn die Frühjahrsmüdigkeit die Aktivitäten lähmt, ist eine Reinigungskur mit der Brennnessel besonders wertvoll. Blassen Menschen bringt sie die rote Farbe wieder ins Gesicht und um diese Zeit ist ihr Eisengehalt besonders hoch.

„Sie müsste eigentlich den Menschen ums Herz herumwachsen, denn sie ist wirklich in der Natur draußen (...) ähnlich demjenigen, was das Herz im menschlichen Organismus ist.“

Rudolf Steiner

Die Alchemisten, Ärzte und Apotheker in der Zeit vor der Aufklärung sahen die Pflanzen als Lebewesen, die ganz den Rhythmen und Einflüssen des Kosmos ausgesetzt sind und dessen Gesetzmäßigkeit widerspiegeln. Sie ordneten die Pflanzen in die zwölf Tierkreisregionen ein und damit einer Planetenzugehörigkeit. Danach trägt die Brennnessel deutlich das Siegel des Planeten Mars. Marspflanzen sind zäh, widerstandsfähig, vital, haben scharf ausgeschnittene Blattränder, spitze Stacheln und beißende Säfte.

Als Marspflanze gibt die Brennnessel unserem Körper einen starken anregenden und erwärmenden Reiz. Eisen, das Metall des Mars, befindet sich in besonders hoher

Da sie außerdem noch besonders gut mit Harnstoff und Abfallstoffen umgehen kann, ist sie eine ideale Pflanze zur Behandlung von Rheuma und Gicht. Sie kann dem Körper helfen, angestaute Giftstoffe in Gelenken, Muskeln und Blut loszuwerden. Eine besondere Brennnesselkur bei Rheuma sollen Abreibungen mit der frischen Pflanze sein, da es eine alte Erkenntnis ist, dass Blutzufuhr Heilung bringt. Durch Kaltwassergüsse oder Hitze oder Urtifikation (schmerzende Stellen werden mit frischen Brennnesselruten geschlagen) wird das Blut in das erkrankte Gewebe gelenkt. Im Tun zeigt sich, dass dies weniger unangenehm ist als vorgestellt.



© Magda Jena Kucova/stock.adobe.com



© Ute Braun



© tillottama/stock.adobe.com

Frühjahrskur mit Brennneseltee

Maria Treben, Spezialistin auf dem Gebiet der Pflanzenheilkunde schrieb im Alter von 73 Jahren: „Niemand kann sich Böses bilden, wenn wir unsere gute Brennnessel nicht nur ehren, sondern in regelmäßigen Abständen uns ihre wunderbare Kraft in Form von Tee einverleiben.“ Sie beschreibt eine vierwöchige Brennnesselkur, die darin besteht, dass man vor dem Frühstück eine Tasse Brennneseltee trinkt und im Laufe des Tages schluckweise noch zwei weitere Tassen. Die beste der Heilpflanzen macht sie dafür verantwortlich, dass sie und ihre Familie seit Jahren keine Medikamente einnehmen müssen und dass sie sich im Alter noch jung und elastisch fühlt. Ihre Liste der Erkrankungen bei denen sie Brennnesseln erfolgreich einsetzte, ist lang. Hier nur einige davon: Ekzem, Leber- und Gallenleiden, Milzerkrankungen, Blutarmut, Rheuma und Gicht, Gefäßverengungen, Erkrankung der Harnwege, Magenkrämpfe, Darmgeschwüre...

Frühjahrskur mit dem Presssaft der Brennnessel

Diese Kur wurde erstmals beschrieben von H. Pumpe, einem Lehrer des Wassertherapeuten Sebastian Kneipp (1821–1897). Die Heilpraktikerin Susanne Fischer (*1952) wandelt diese etwas ab. Sie weiß, der Brennnesselsaft gibt dem Körper Eiweiß, Eisen, Gerbstoffe, Hormone Enzyme Kalzium, Natrium, Kieselsäure, Schwefel, Phosphor, Vitamin A und C. Außerdem zeichnet er sich aus durch einen hohen Gehalt an Chlorophyll. Letzteres ist der Grund für eine Frischsaftkur, in der das Chlorophyll noch vollständig enthalten ist. Begonnen wird mit einem Esslöffel frischem Saft. Täglich kommt ein Esslöffel dazu, bis zum 14. Tag, 14 Esslöffel. Danach absteigend jeden Tag einen Esslöffel weniger einnehmen bis zum Ende der Kur. Der Saft wird mit Buttermilch verdünnt. Anfangs mit der fünffachen Menge. Ab etwa acht Löffeln, mit der dreifachen Menge. Frisch gepresster Brennnesselsaft zeigt die beste Wirkung, kann jedoch ersetzt werden durch Presssaft aus der Apotheke.

Brennnesselwurzeln

Ein Extrakt aus der Wurzel der Brennnessel findet Verwendung als ausgezeichnetes Mittel bei Prostataerkrankungen. Die Wirkstoffe hemmen Entzündungen und ein gutartiges Prostatawachstum. Die Tinktur kann selbst aus der frischen Wurzel hergestellt werden oder als Fertigpräparat im Handel erworben werden.

Brennnesselsamen

Die Samen der Brennnessel regen die Körperfunktionen an bei Erschöpfungszuständen, in Zeiten von großem Stress und nach überstandenen Krankheiten. Besonders für ältere Menschen werden die Samen als Stärkungsmittel empfohlen. Die grünen kleinen Früchte der Brennnessel sind zum Herbst hin immer besser zu erkennen, da sie lange an den Stängeln hängen bleiben.

Brennnesseln in der Küche

Brennnesseln als aromatisch würziges Gemüse sind eine köstliche Bereicherung unserer Speisen und mehr als Spinatersatz in Notzeiten. Dafür eignen sich am besten jungen Pflanzenspitzen, die mit Handschuhen und Schere in großen Mengen gesammelt werden, denn wie Spinat fallen die Brennnesseln beim Kochen stark zusammen. Dazu verlieren sie dabei ihre brennende Eigenschaft. Auf diese Weise finden sie in kleineren oder größeren Mengen Verwendung in Suppen, Eintöpfen, im Auflauf und als Pizzabelag. Um die Spitzen frisch essen zu können, ohne sich die Zunge zu verbrennen, z.B. im Salat, sollten die Brennhaare zerstört werden. Dazu die Spitzen mit einem Nudelholz rollen oder sie in eine Tüte geben und die Tüte auswringen wie ein nasses Handtuch. Bis zur Sommerwende am 21. Juni kann man die frischen Brennnesseln gebrauchen. Danach, wenn sie anfängt zu blühen, geht die Lebenskraft in Pollen und Samen über. Im Frühling gesammelte, im Schatten getrocknete Blätter, können das ganze Jahr über verwendet werden.

Brennnessel als Haarwuchsmittel

Der Glaube, dass die Brennnessel als behaartes Gewächs eine Glatze verhindern

könnte, ist uralt und beruht auf der Lehre der Signaturen. Die alten Ägypter glaubten schon, dass der Schöpfer jeder Pflanze die Merkmale gibt, die es erlauben, Rückschlüsse auf die Heilkraft zu ziehen. Auch die Ärzte des Mittelalters, die Schamanen und Mediziner der Indianer, Afrikaner und anderer Naturvölker teilen diese Ansicht. Und so kann angenommen werden, dass die Brennnessel, in Form von Brennnesselwasser oder Brennnesselshampoo, tatsächlich die Kopfhaut vitalisiert und den Haarwuchs stimuliert.

Nicht nur für die Menschen

Die Brennnessel unterhält eine intensive Beziehung zu drei Schmetterlingen. Tagpfauenauge, Kleiner Fuchs und Admiral umschwärmen die Pflanze, legen ihre Eier auf ihr ab und die geschlüpften Raupen ernähren sich ausschließlich von Brennnesselblättern. Vielleicht hatte Pfarrer Künzle unter anderem diese Tatsache vor Augen als er schrieb: „Die Brennnessel wäre schon längst ausgerottet, wenn sie nicht durch ihr Brennen geschützt würde. Insekten und Getier hätten sie schon längst zum Verschwinden gebracht.“

Das letzte Wort zur großen Brennnessel hat Rudolf Steiner. In seinem Landwirtschaftlicher Kurs von 1975 nennt er sie einen Allerweltskerl. „Sie müsste eigentlich den Menschen ums Herz herumwachsen, denn sie ist wirklich in der Natur draußen (...) ähnlich demjenigen, was das Herz im menschlichen Organismus ist.“

Literaturverzeichnis

Braun Ute, Köstlich und gesund, Hunsrück Frühlingskräuter, Laufersweiler, 2022

Fischer Susanne, Medizin der Erde, München, 1984

Storl Wolf-Dieter, Heilkräuter und Zauberpflanzen, München 2007

Treben Maria, Gesundheit aus der Apotheke Gottes, A-Steyer, 1980

AUTORIN

Ute Braun

Heilpraktikerin



Die faszinierende Welt der Hormone

Wie winzige Botenstoffe unseren Körper steuern und was wir für unsere Hormonbalance tun können

Dr. Andrea Flemmer, 2022, Goldegg Verlag GmbH
272 Seiten Softcover, 978-3-99060-298-0, 22,00 €



Ganzheitliche Anwendung von Heilpilzen

Vital und gesund mit Pilzen in Hausapotheke und Küche

Dr. Christopher Hobbs, 1. Auflage 2022, Herba Press
328 Seiten Hardcover, Großformat 22 x 28 cm, 978-3-946245-10-0, 68,00 €



Das einfachste TCM-Kochbuch aller Zeiten

5-Elemente-Ernährung für jeden Tag

Anna Reschreiter, 1. Auflage 2023, Trias
144 Seiten Softcover, 978-3-432-11655-6, 19,99 €



Heilkraft aus dem Bienenstock

Selbst gemachte Naturheilmittel aus wesensgemäßer Bienenhaltung

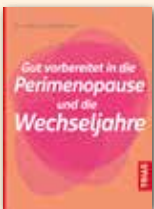
Almut Tobis und Norbert Poeplau, 2023, pala-verlag GmbH
155 Seiten Hardcover, 978-3-89566-426-7, 19,90 €



Kompass für die Seele

Das Fazit neuester Studien zu Resilienz und innerer Stärke

Bas Kast, 1. Auflage 2023, C. Bertelsmann Verlag
356 Seiten Hardcover, 978-3-570-10461-3, 24,00 €



Gut vorbereitet in die Perimenopause und die Wechseljahre

Die Perimenopause erkennen. Gut vorbereitet in die neue Lebensphase, Hormone, natürliche Hilfen und Ernährung

Dr. med. Louise Newson, 2022, TRIAS
160 Seiten Softcover, 978-3-432-11668-6, 19,99 €



Autoimmunerkrankungen: Das kann ich selber tun

Darmgesundheit fördern. Das Immunsystem natürlich stärken. Gut mit Stress umgehen

Dr. Andrea Flemmer, 2023, Humboldt
136 Seiten Softcover, 978-3-8426-3094-9, 22,00 €

STUDIE ZEIGT: „NEW NORDIC DIET“ FUNKTIONIERT AUCH OHNE VERZICHT

Die gesunde Kraft des Vertrauten

Weniger Kalorien und Genuss, stattdessen mehr Hunger und Entbehrung – es sind üblicherweise solche Attribute der spaßfreien Askese, wenn Menschen an Diäten zur Senkung des Zucker- und Cholesterinspiegels denken. Doch eine *skandinavische Studie* zeigt nun, dass es auch anders geht. Indem man nämlich seinen Speiseplan umstellt auf die Nordische Diät.

Das Forscherteam um Lars Ove Dragsted von der Universität Kopenhagen rekrutierte 200 Männer und Frauen im Ü-50-Alter, die seit Jahren übergewichtig waren und ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes hatten. Sie wurden dann in zwei Gruppen eingeteilt: die eine ernährte sich nach den Prinzipien der „New Nordic Diet“, und die andere machte weiter wie zuvor. Sechs Monate später wurden Urin- und Blutproben der Probanden genommen.

Dabei zeigte die Nordic-Diet-Gruppe nicht nur niedrigere Cholesterin- und Blutfettwerte, sondern auch eine deutlich bessere Blutzuckerkontrolle. „Und all das geschah ohne eine signifikante Gewichtsreduktion“, betont Dragsted. „Denn wir hatten die Nordic-Diät-Gruppe aufgefordert, das Gewicht stabil zu halten und mehr zu essen, sofern sie einen Gewichtsverlust bemerken sollten.“ Ihre Cholesterin- und

Blutzuckersituation hatte sich also verbessert, ohne dass sie darben mussten. Im Gegenteil: Sofern die Kilos purzelten, durften die Probanden sogar mehr essen als sonst. Für den dänischen Ernährungswissenschaftler steht daher fest, dass die Nordische Kost eine echte Alternative zur weit aus bekannteren Mittelmeer-Diät darstellt. Und dass sie funktioniert, ohne dass man dazu mühselig abspecken muss. „Der Gewichtsverlust bleibt zwar weiterhin ein wichtiger Aspekt der Nordischen Diät“, so Dragsted. „Aber unsere Studie zeigt, dass er eben nur einer von ihren gesundheitsfördernden Faktoren ist.“

Entwickelt wurde die New Nordic Diet, hierzulande auch „Wikinger-Diät“ genannt, im Jahre 2009 von skandinavischen Ernährungswissenschaftlern, Umweltexperten und Spitzenköchen. Im Fokus stand dabei neben den gesundheitlichen Effekten der Aspekt der Nachhaltigkeit und Regionalität.

„Das Konzept ist simpel: Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah?“, erläutert Kati Voss vom Landeszentrum für Ernährung in Baden-Württemberg. „Anders als in der mediterranen Ernährung wird bei der nordischen Diät auf Regionales, Altbekanntes und von Kind an Vertrautes zurückgegriffen.“ Das bedeute einen „klaren Zugewinn an Geschmack, Frische, Verfügbarkeit und nicht zuletzt an Nachhaltigkeit“.

So basiert die Wikinger-Kost auf den traditionellen Nahrungsmitteln in Nordeuropa. Zu ihnen gehören Vollkornprodukte aus Roggen, Gerste und Hafer sowie Sauerteigbrot statt dem mittlerweile in der Welt weithin üblichen Hefebrot. Beim Obst stehen einheimische Beeren und beim Gemüse einheimisches Wurzelgemüse wie Rote Bete, Karotten und Rüben im Vordergrund. Exoten wie Kiwis, Bananen und Auberginen sind passé, und anstelle Bratenfetts oder des in der mediterranen Diät

üblichen Olivenöls gibt es Rapsöl. Abgerundet wird die nordische Kost durch Pilze, Nüsse, Muscheln und Algen.

Fetteiche Fischarten wie Makrele und Lachs sollen sogar drei Mal pro Woche auf den Tisch kommen. Komplette gestrichen werden hingegen Butter und fettreiche Milchprodukte, die es durch fettreduzierte und fermentierte Milchprodukte ersetzen gilt. Zucker, Salz und Alkohol sind erlaubt, aber nur in Maßen, und das gilt auch für Wurst, die idealerweise von Wildtieren der Umgebung stammen sollte. „Zudem setzt die New Nordic Diet auf althergebrachte und schonende Zubereitungsmethoden wie Niedrigtemperaturgaren im Schmortopf oder Ofen sowie das Fermentieren von Fisch und Gemüse“, betont Ernährungswissenschaftlerin Voss.

In Bezug auf die Nährstoffzusammensetzung fällt auf, dass die Nordische Diät auf Einfachzucker in Gestalt von Weißbrot und Reis verzichtet und stattdessen – insbesondere durch ihren Vollkornanteil – auf komplexe Kohlenhydrate mit niedrigem glykämischen Index (GI) setzt, die der Körper erst aufschließen muss, bevor er sie verwerten kann. Für die Blutzuckerkurve der Konsumenten bedeutet das: Sie verläuft flacher, mit weniger Spitzen – und das gilt als wirksamer Schutz vor Diabetes und Übergewicht.

Ein weiterer Schwerpunkt der Wikinger-Diät liegt auf dem Fischverzehr. Dadurch wird der menschliche Körper nicht nur reichlich Vitamin D, Selen und Jod versorgt, sondern auch mit ungesättigten Omega-3-Fettsäuren. Sie dämpfen das Entzündungsgeschehen im Organismus, stabilisieren den Herzrhythmus und erhöhen die Menge des vom Fettgewebe gebildeten Hormons Adiponectin, was sich positiv auf die Blutzuckerkontrolle auswirkt. Wie gesund und lebensverlängernd regelmäßiger Fischkonsum sein kann, **belegt eine Studie der kalifornischen Linda University**, in der man die Sterberaten von Mischköstlern, Vegetariern und Pescovegetariern – sie haben außer Fisch keine tierischen Produkte auf dem Teller – miteinander verglich. Das Besondere an dieser Untersuchung: sie wurde an rund 73.000 Siebenten-Tags-Adventisten durchgeführt, die alle den gleichen Lebensstil pflegten, so dass man Rauchen, Alkoholmissbrauch und Bewegungsmangel als mitentscheidende Faktoren für die Sterberate ausschließen konnte.

Im Ergebnis zeigte sich: Über einen Beobachtungszeitraum von sechs Jahren starben bei den Vegetariern 12 Prozent weniger Menschen als in der Mischköstler-Gruppe, die auch Fleisch auf dem Teller hatten. Das war keine Überraschung. Was aber die US-Forscher erstaunte: Am niedrigsten

*„Das Konzept ist simpel:
Warum in die Ferne
schweifen, wenn das
Gute liegt so nah?“*

war die Sterberate bei den Pescetariern. Sie war nämlich um 19 Prozent niedriger als bei den Mischköstlern, und bei den Männern betrug die Differenz sogar 27 Prozent. Wer also seinen Speisezettel auf Fisch mit vegetarischen Beilagen fokussierte, lebte am längsten.

In der New Nordic Diet fungiert jedoch nicht nur der Fisch, sondern auch das Fleisch von Wildtieren als Eiweißquelle. Und das hat gegenüber dem von Stalltieren den Vorteil, dass es weniger gesättigte, und damit weniger schädliche Fettsäuren enthält. Was nicht nur daran liegt, dass sich die Tiere in freier Wildbahn mehr bewegen, sondern dort auch von Wildkräutern ernähren. Wobei die auch auf dem Speiseplan der New Nordic Diet stehen – und das bietet wiederum ganz eigene gesundheitliche Vorzüge für den Menschen. So enthalten wilde Beeren mehr Vitamin C und E sowie andere antioxidative Inhaltsstoffe als ihre Pendanten aus der Zucht. Und der – weithin als Unkraut geächtete – Portulak gilt als ergiebige Quelle von Alpha-Linolensäure, die zu den mehrfach ungesättigten Fettsäuren zählt und als besonders effizienter Entzündungshemmer gilt.

Ein weiterer Pluspunkt der Nordic Diet liegt im Rapsöl, und in diesem Punkt unterscheidet sie sich besonders deutlich von der mediterranen Kost, wo das Essen bekanntlich in Olivenöl schwimmt. Dessen gesundheitlicher Wert wurde durch Ernährungswissenschaftler und Ärzte in den letzten Jahren geradezu hochgejazzt, während Rapsöl im Ansehen so weit unten rangiert, dass man es sogar zum Betrieb von Dieselfahrzeugen einsetzt. Doch da ist wohl ein Umdenken angesagt. Denn in einer **deutschen Studie an übergewichtigen Männern** trug Rapsöl weitaus mehr als Oliven-

öl dazu bei, das Gesamtcholesterin sowie die LDL-Werte und Oxidationsmarker der Probanden zu senken und umgekehrt ihre Leberenzymwerte zu verbessern. Studienleiter Michael Kruse vom Deutschen Institut für Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke (DIFE) sieht daher im heimischen Rapsöl durchaus eine gesunde Alternative zum Olivenöl, „das Nordeuropäer nicht in dem hohen Maße verwenden wie die Südeuropäer“.

Womit man bei einem weiteren – übergeordneten – Punkt ist, der vermutlich gerade bei uns Mitteleuropäern zum besonderen gesundheitlichen Wert der Nord Diet beiträgt: sie steht uns entwicklungs geschichtlich besonders nahe. Mit Rapsöl, Makrele und Lachs sind wir – über viele Generationen hinweg – groß geworden, und nicht mit Olivenöl, Thunfisch und Sardelle; und auch Apfel, Leinsamen, Portulak, Sauerkraut und Salbei kennt unser Körper schon deutlich länger als Kiwi, Chiasamen, Aubergine, Tofu und Teebaumöl. Wissenschaftler finden zunehmend Hinweise darauf, dass wir gesundheitlich am besten fahren, wenn wir essen und trinken, was schon unserer Vorfahren verzehrt haben.

So verweist auch **das DIFE in einer Studie** auf Beobachtungen, wonach von der mediterranen Kost vor allem die Bewohner der Mittelmeerregion und von der nordischen Variante insbesondere die Bewohner der Nordseeregion profitieren. Dies könnte einerseits daran liegen, dass der Mensch genetisch auf regionale Kost geeicht ist. Eine andere Erklärung wäre aber auch, dass man jenseits von Mittelmeer und Nordsee nicht ohne weiteres an frische Nahrungsmittel dieser Regionen herankommt. Oft bleibt dann dem interessierten Konsumenten nur der Griff zu Dosen-Artischocken, Fischstäbchen, eingelaster Pasta-Sauce oder den berühmten Köttbullar aus der Möbelhaus-Kantine, bei denen es sich weniger um Speisen der Region als vielmehr um industrielle Fertigkost von der Stange handelt. Mit entsprechend hohen Anteilen an Zucker und Salz und oft auch Konservierungsstoffen und Geschmacksverstärkern – und die bringen in der Regel keinen gesundheitlichen Vorteil.

AUTOR

Dr. Jörg Zittlau
Wissenschaftsjournalist

Jahreszeitliche Ratschläge aus der Tibetischen Medizin für den Frühling und den Frühsommer

Schlussbetrachtung

Wie bereits in den ersten Teilen dieser Artikelserie beschrieben haben die Jahreszeiten sowohl auf der körperlichen als auch auf der emotional-seelischen Ebene subtile und deutlichere Auswirkungen. Da die Jahreszeiten unterschiedliche Gewichtungen der Elemente aufweisen und die individuelle Verteilung der Elemente der Grundkonstitution entsprechend in unterschiedlicher Weise vorliegen empfiehlt es sich eine sinnvolle Anpassung der Ernährungs- und Verhaltensweisen an diese dynamischen Prozesse des Jahresverlaufs vorzunehmen.

Zu Beginn des frühen Frühjahrs, also etwa ab Ende Februar bis Mitte/Ende März, beginnt der im Winter angesammelte Schleim im Körper zu schmelzen. Dies geschieht jetzt hauptsächlich mit dem in den oberflächlichen Geweben sitzenden, zähen Schleim. Die Sonne hat zwar schon mehr Kraft und Wärme, der in den tieferen Körpergeweben sitzende Schleim verhartet jetzt dennoch weiter. Die durch das Schmelzen des oberflächlichen Schleims entstehende Feuchtigkeit kann sich jetzt durch Symptome und Erkrankungen wie etwa Störungen und Schwäche in der Verdauung, rheumatische Erkrankungen wie

etwa Arthritis, allergischen Störungen mit Sinusitis, Husten mit Auswurf und/oder verharrendem Mucus etc. sowie auch in Depressionen etc. zeigen. Zu dieser Jahreszeit müssen die Geschmacksrichtungen bitter, scharf und zusammenziehend bevorzugt und die Geschmacksrichtungen süß und salzig deutlich reduziert werden. Die Nahrungsmittel sollten jetzt die Wirkqualitäten leicht, rau und trocken aufweisen. Bitterstoffe (z.B. in Form entsprechender Pulver) sowie bittere Nahrungsmittel (z.B. Artischocken, Rucola, Chicorée, Endiviensalat, Radicchio) und bittere und scharfe Teekräuter (z.B. Kalmus, Wermut,

Tausendgüldenkraut, alle Anteile des Löwenzahns) sind jetzt angebracht. Der Speiseplan kann jetzt warme Suppen, Fisch, Fleisch vom Wild, Huhn oder lange gelagertes Getreide beinhalten und dies sollte mit Gewürzen wie Kurkuma, Curry, Zimt, Ingwer und Kardamom kombiniert werden. Auch Yogi-Tee classic sowie tibetische Kräutervermischungen zur Anregung der Wärme (*Sedru-5* = Granatapfel 5) sowie zum Schmelzen von Schleim (*Chongshi-6* = Kalzit 6) können angewendet werden. Die **Inhaltsstoffe von Sedru-5** sind: Granatapfelsamen, Galgantwurzel, Langer Pfeffer, Kardamom und Zimtrinde. Die **Inhaltsstoffe von Chongshi-6** sind Kalziumkarbonat, Alantwurzel, Kardamom, Färberdistelblüten, Granatapfelsamen und Langer Pfeffer. Diese beiden Rezepturen sind auch als Fertigpräparate erhältlich. Eine sehr starke und mit großer Vorsicht anzuwendende tibetische Rezeptur die zum Erbrechen aufgrund eines extrem übermäßig angesammelten Schleims im Magen sowie bei Giften angewendet wird beinhaltet Steinsalz, Ingwerwurzel, Myrobalanfrüchte und Langen Pfeffer. Therapien die über das Erbrechen stattfinden sind extrem anstrengend und nur von sehr erfahrenen Therapeuten einzusetzen.

Im eigentlichen **Frühling, also ab etwa Mitte/Ende März bis Mitte Mai** können die eben beschriebenen Maßnahmen weiter geführt und sogar verstärkt werden. Vor allem nimmt jetzt aber zusätzlich die Wind-Energie (*Lung*) sehr stark zu (siehe weiter unten). Der in den tiefen Geweben sitzende Schleim schmilzt jetzt und verursacht entsprechende Störungen. Zu den oben genannten Nahrungsmitteln gehören auch noch Lammfleisch, Hammelfleisch, gekochtes Getreide, Zwiebeln, Radieschen und Kresse. Die Ingwerwurzel kann als leichte Abkochung eingenommen werden um sowohl das Immunsystem zu stärken als auch den Schleim aus dem Magen-Darm-Bereich zu entfernen. Hierzu nimmt man ein Stück Ingwer in der Größe des Daumenendgliedes, schneidet es in kleinere Stücke und köchelt diese Stückchen

sanft mit etwa einem halben Liter Wasser für 10 Minuten. Man kann dieser leichten Abkochung auch noch etwas Honig zugeben – den Honig auf keinen Fall mit dem kochendem Wasser übergießen, sondern immer separat am Ende hinzugeben. Wenn Honig zu stark erhitzt wird, verliert er nicht nur seine heilenden Fähigkeiten, sondern gilt dann aus Sicht der Tibetischen Medizin als giftig. Auch das regelmäßige Trinken von abgekochtem, noch sehr warmem Wasser dient dazu Schleim im Magen zu lösen und auszuleiten. Hier kann man auch noch Zitronensaft dazu geben. Leichte Bewegung wie Spazierengehen oder Joggen etc. sowie eventuell eine erwärmende Massage mit einem nachfolgendem „Peeling“ (Abreibung) aus getrockneten und zerkleinerten Erbsen oder Linsen sind äußerst sinnvolle Maßnahmen. Die Abreibungen können auch ohne eine vorherige Massage erfolgen. An sehr sonnigen Tagen sollte man starke körperliche Anstrengung vermeiden.

Wie bereits erwähnt nimmt in dieser Jahreszeit auch die Wind-Energie (*Lung*) stark zu. Diesem Umstand gilt es ebenfalls mit den entsprechenden Ernährungs- und Verhaltensweisen entgegenzuwirken. Hierzu ist es ratsam süße, leichte und ölige Speisen und Qualitäten in den Speiseplan einzubauen, z.B. Schaffelfleisch, Reis, Nudeln, Äpfel, Bananen und Mangos. Um die Wind-Energie nicht ins Übermaß gleiten zu lassen empfiehlt sich zudem leichter Schwarztee mit Milch oder leichter Grüntee oder warmes Wasser mit sehr wenig Salz.

Von **etwa Mitte Mai bis Mitte Juni** herrscht die Jahreszeit des **Frühsommers**. Die süßen und kühlenden Nahrungsmittel können verstärkt eingenommen werden, allerdings immer entsprechend der im Äußeren vorherrschenden Bedingungen. Üblicherweise geht der Frühsommer relativ übergangslos in den Sommer über. Die entsprechenden Ernährungs- und Verhaltensweisen wurden im ersten Teil dieser Artikelserie besprochen.

Schlussbetrachtung

Die Jahreszeiten sind ein natürlicher Rhythmusfaktor und Taktgeber der Erde und des Menschen. Die Sommer- und die Wintersonnenwende stellen die zwei Hauptwendepunkte der Jahreszeiten dar, wobei man dann diese beiden Hälften wiederum in zwei Hälften teilen kann. Die Tibetische Medizin teilt das Jahr in sechs Jahreszeiten zu je zwei Monaten ein. Hierdurch können die Zwischenphasen besser in die Ratschläge zu Ernährungs- und Verhaltensweisen eingepasst werden. Der Sommer und der Winter haben natürlicherweise entgegengesetzte Energien und Kräfte von Hitze und von Kälte. Auch die inneren Elemente des Körpers verhalten sich entsprechend. Im Frühling erwacht das Leben aus dem tiefen Rückzug des Winters und die auftretende Wärme schmilzt den gefrorenen Schleim des Winters. Im Herbst beginnt die äußere Kälte und hierdurch beginnt sich die Wärme des Körpers mehr im Inneren zu konzentrieren. Zudem kommt im Frühling und im Herbst die Zunahme der Wind-Energie hinzu. Die Jahreszeiten werden als einer der fundamentalen Faktoren in der Ätiologie (Ursachen) und der Pathogenese (Entstehung und Entwicklung) von Erkrankungen betrachtet. Dies ist insbesondere in Bezug auf die konstitutionellen Faktoren der individuellen Verteilung der Elemente von erheblicher Bedeutung. Den diesbezüglichen Ratschlägen zu folgen, führt zur Harmonisierung der inneren Elemente mit den äußeren Elementen und somit zu einer stabilen Gesundheit. Dies verhindert vor allem die Manifestation der konstitutionellen Erkrankungen. Da die Jahreszeiten in der heutigen Zeit immer instabiler werden und sich entsprechend verändern, werden sich hier große Herausforderungen für die individuelle Anpassung der verschiedenen Konstitutionen ergeben.

Weiterführender Link

www.men-tsee-khang.org

Buchempfehlungen

Thomas Dunkenberg, Das tibetische Heilbuch, Windpferd-Verlag
 Thomas Dunkenberg, Heilsubstanzen und Rezepturen der Tibetischen Medizin, Windpferd-Verlag
 Thomas Dunkenberg, Tibetische Heilmassage und Moxabustion, Bacopa-Verlag

AUTOR

Thomas Dunkenberg
 Heilpraktiker



Jeder Mensch hat seinen eigenen Bio-Rhythmus

Leben im Einklang mit der inneren Uhr

Wie wir wissen, unterliegt alles Leben auf unserem Planeten gewissen Rhythmen. Alle Funktionen in der Natur haben somit ihre ganz bestimmte Zeit und alles muss sich harmonisch den Bedürfnissen des Ganzen unterordnen.

Schon frühzeitig fiel dem Menschen auf, dass es Wechselwirkungen gab zwischen dem Zustand der Dinge und dem jeweiligen Zeitpunkt des Beobachtens, und dass diese auch in regelmäßigen Abständen wiederkehrten.

Denken wir nur an den alles bestimmenden Rhythmus des Mondes. Schon vor Urzeiten versuchten die Menschen aus dieser Tatsache ihren Nutzen zu ziehen, weil ihr Überleben weitgehend von diesen Kräften und den davon ausgehenden Impulsen abhing. So errechneten sie Kalender – basierend auf dem Lauf von Sonne, Mond und Sternen – anhand derer sie den Zeitpunkt ihrer Aktivitäten bestimmten.

Ebbe und Flut, Springflut, der weibliche Zyklus und viele andere „Phänomene“ sind nur zu erklären durch eben diesen Mondrhythmus. Wir alle erfahren und spüren ihn auf diese oder jene Weise am eigenen Körper, es sei nur erinnert an Vollmondnächte, in denen Schlaf und Träume unruhig, wenn nicht gar gestört sind und manch einer schlafwandlerische Ambitionen hat. Laut Statistik ist die Unfallrate sowie auch die der Selbstmorde in Zeiten des vollen Mondes um ein beträchtliches höher und Hebammen müssen Nachtschicht machen um den vermehrten Geburten Rechnung zu tragen.

In den wenigen Stunden des Vollmondes spürt alles Leben auf der Erde mehr denn

je seine „geheimnisvolle“ Kraft und trotz aller wissenschaftlicher Erkenntnis empfinden wir das Geheimnis, das sich hinter all diesen Dingen verborgen hält.

Jeder Mensch hat seinen eigenen Rhythmus

Heute wissen wir ganz genau, dass alle Lebewesen, nicht nur der Mensch, Gesetz und Rhythmus unterworfen sind und nur so die Erhaltung der Art gewährleistet ist. Auch unsere gesundheitliche, selbst die geistig-seelische Verfassung unterliegt einem ganz bestimmten Rhythmus, nämlich dem ganz persönlichen, jeweils individuell für jeden anders zu errechnenden Bio-rhythmus.

Es soll Menschen geben, die vor jeder größeren Entscheidung, einer Operation oder einer Reise, zuerst eingehend ihren Bio-rhythmus-Kalender studieren um dann erst den für sie günstigsten Termin festzulegen.

Befinden sich die seelisch/geistig/körperlichen Kurven alle in einem Tief, so sind das meistens die Tage, die sich dahinschleppen, ohne spürbare Lebendigkeit. Wir haben weder Schwung noch Lust, die Dinge in Angriff zu nehmen die eigentlich erledigt werden müssten und kaum etwas kann uns begeistern. Dann ist es gut zu wissen, dass dieser Zustand nicht ewig dauern wird, denn bald werden Psyche, Geist und Körper sich wieder in einer besseren Verfassung befinden, dann, wenn die Kurve sich wieder in der Aufwärtsbewegung befindet. Das Leben des Menschen ist ein ständiges Auf und Ab – wir spüren hautnah, wenn

wir uns auf dem Kamm der Welle oder aber im Wellental befinden – unabwendbare Rhythmen, die zu unserem Dasein gehören wie Leben und Tod.

Die innere Uhr des Menschen

Es gibt viele Rhythmen, einer davon wird auch als „die innere Uhr des Menschen“ bezeichnet.

Die innere Uhr hat ihre ganz bestimmten Zeiten, Zeiten, die wir optimal nutzen können, wenn wir um sie wissen. Dieser Rhythmus beeinflusst die Phasen des täglichen Auf's und Ab's, die Leistungs- und Energiekurve unserer Organe einschließlich die des Gehirns. So ist mittlerweile bewiesen, dass wir zu ganz bestimmten Uhrzeiten ganz besonders aufnahmefähig sind. Schwierige Denkprozesse fallen dann wesentlich leichter, weil nun die Gedächtnisfunktion ganz optimal ist.

Deshalb sind für Prüfungsvorbereitung und Problemlösung die Vormittagsstunden von 10–12 Uhr besonders geeignet, denn jetzt funktioniert das Kurzzeitgedächtnis am besten.

Das Langzeitgedächtnis hat dagegen seine beste Zeit am Nachmittag. Es heißt, von 15–16 Uhr sei das Gedächtnis ganz besonders empfänglich für alle zu speichernden Fakten.

Auch Feingefühl und Geschicklichkeit sollen um diese Zeit besonders ausgeprägt sein – also die kreativen Arbeiten versuchsweise einmal auf den Nachmittag verlegen und schauen, was daraus wird.

Manche Menschen pflegen die Gewohnheit, am frühen Nachmittag ein Schläf-

Anzeige



PARACEL

- **ASTAXANTHIN**
6 mg Astaxanthin aus der Blutregenalge pro Kapsel – in Bioqualität
- **MELATONIN-5-PLUS**
5 mg Melatonin, 50 mg Hopfen-Extrakt und 50 mg Melissen-Extrakt pro Kapsel
- **WEIDENRINDE**
400 mg Weiden-Rinde-Extrakt mit 100 mg Salicin pro Kapsel



www.paracelmed.com

Vertrieb: Espara GmbH, Franz-Sauer-Straße 46 – Haus A, 5020 Salzburg, Österreich • Kontakt: office@paracelmed.com, Tel.: +43 662 43 23 62



chen zu halten. Die beste Zeit für eine Ruhepause ist laut Körperrhythmus jedoch schon um die Mittagszeit, so gegen 12–13 Uhr, denn dann, so heißt es, stellt sich das „Nach-Mittags-Tief“ ein. Deshalb sind Körper und Psyche jetzt dankbar für eine Erholungspause und ein Nickerchen ist besonders wohltuend. Interessanterweise ist auch unsere Körpertemperatur um diese Zeit am höchsten und wer krank ist und Fieber hat, fühlt sich dann besonders matt und sollte versuchen, durch erholsames Schlafen den geschwächten Körper ein wenig zu stabilisieren.

Außerdem sagt man, dass zwischen Mittag und frühem Nachmittag, so gegen 13–15 Uhr, das Schmerzempfinden des Körpers am geringsten sei. Wenn das stimmt, sollten etwaige Zahnarztbesuche am besten in diese Zeit verlegt werden.

Der langersehnte Feierabend ist die Zeit, von der wir uns zum Abschluss des Tages noch etwas Schönes erhoffen. Von 20–22 Uhr reagieren alle unsere Sinne recht sensibel und wenn wir jetzt gemütlich im Sessel sitzen, Musik hören oder ein interessantes Buch lesen, ein gutes Gespräch führen oder uns sonst etwas Gutes tun, empfinden wir das tatsächlich ganz bewusst.

Doch schon gegen 22 Uhr kommt das Sandmännchen und streut uns Schlaf in die Augen, die Produktion des Hormons Adrenalin, das uns tagsüber reaktionsfähig und wach gehalten hat, lässt nun mehr und mehr nach.

Nur die sogenannten „Nachtmenschen“ haben jetzt noch einmal ein Leistungshoch zu verzeichnen, weil die Hormonausschüttung bei ihnen, aus welchen Gründen auch immer, zeitlich verschoben ist.

Wer nun glaubt, in der Nacht würde auch der Biorhythmus schlafen, der irrt gewaltig. Zu ganz bestimmten Tag- und auch Nachtzeiten arbeiten unsere Organe optimal oder aber auf Sparflamme. In diesem Zusammenhang sind auch etwaige Beschwerden – auch regelmäßig wiederkehrendes nächtliches Aufwachen zu ganz bestimmten Zeiten – zu erklären, denn ebenso wie die gesunden Körperfunktionen bestimmten Rhythmen unterliegen tun es auch die gestörten, krankhaften.

Am frühen Morgen gegen 4–5 Uhr treten laut Statistik 80% der Asthmaanfälle auf, deshalb wird, (wenn nicht anders verordnet), geraten, die entsprechenden Medikamente schon am Abend vor dem Zubettgehen einzunehmen.

Nach dem nächtlichen Schlaf, der – einerlei, ob wir „Tag- oder Nachtmenschen“ sind – für unser Wohlbefinden von außerordentlicher Wichtigkeit ist, erhält der Körper schon zeitig in der Früh ganz bestimmte Signale zum Starten in den neuen Tag. Jetzt werden die Hormone ausgeschüttet, die den Herzschlag beschleunigen und den Blutdruck steigen lassen – alles Vorbereitung und Aufforderung zum baldigen „Aus dem Bett steigen.“ Wer Bluthochdruckmittel einnehmen muss, tut das am besten jetzt, denn Blutdruck und Herzfrequenz steigen mit dem Aufstehen schnell an.

Last but not least ein weiterer möglicher Grund, Puls- und Herzschlag schneller schlagen zu lassen: die Tatsache, dass bei Frau und Mann um diese Zeit vermehrt geschlechtsspezifische Hormone ausgeschüttet werden, lässt im günstigsten Fall die Vermutung zu, dass der Morgen nicht nur Gold im Mund hat sondern auch eine gute Zeit für die Liebe sein kann.

Schon in der Bibel steht geschrieben, dass alles seine Zeit hat, auch wenn man damals sicherlich noch nichts vom menschlichen Bio-Rhythmus wusste. Doch die Gesetzmäßigkeit allen Lebens wiederholt sich immer aufs Neue und ist so alt wie das Leben selbst.

Generell wäre noch zu sagen, dass die hier beschriebenen, allgemein gefasste Aussagen keineswegs auf Vermutung oder Glauben basieren, trotzdem müssen sie nicht unbedingt auf jedermann zutreffen. Vielmehr möchten sie Ansporn sein, Möglichkeit und Zeitpunkt unseres Tun und Lassens optimaler auszuwählen; doch erst die eigene Beobachtung wird den möglichen Nutzen dieser Informationen zeigen.

Geschärftes Wahrnehmungsvermögen sowie ein feines Gespür für die Situation, gute Beobachtungsgabe und ein natürliches körperliches und geistiges Empfinden ohne die eigene Befindlichkeit allzu wichtig zu nehmen, könnten jedem zugutekommen.

Man sagt, Leben ist Klang, Schwingung und Rhythmus! Allzu langer Stillstand kann demnach also tödlich sein!

Suchen wir immer wieder nach Möglichkeiten, unser Leben den natürlichen Rhythmen anzupassen oder unterzuordnen, dann sind wir nicht mehr weit entfernt von einer Lebensführung, die für uns und für die Umwelt gut ist. Vertrauen wir bei allem, was wir tun, auf den richtigen Zeitpunkt.

AUTORIN

Hildegard Willms-Beyárd



Phillip von Zabern Verlag, Imprint der Wissenschaftlichen Buch Gesellschaft (WBG), Darmstadt, 2017,
208 Seiten, 29,95 €, ISBN 978-3-8053-5067-9

Bernd Wedemeyer-Kolwe

Aufbruch

Die Lebensreform in Deutschland

Lange Jahrzehnte galt die Lebensreformbewegung wegen ihres Außenseitenstatus für eine wissenschaftliche Betrachtung und zu einer Einordnung ihres Einflusses auf die Gesellschaft als nicht vermittelbar. Erst in den 1960er Jahren begann die Beschäftigung mit dem „kulturellen Bodensatz“ und der dem entsprechenden Klassifizierung als einer *Rückzugsideologie gescheiterter Kleinbürger*. Diese Interpretation wurde dem Phänomen keineswegs gerecht, denn: *Lebensreform war in ihren Ursprüngen... eine sozialreformerische Bewegung des ausgehenden 19. Jahrhunderts, die im Rahmen eines weitreichenden Naturbezugs, eine Veränderung der als negativ gedeuteten Industriegesellschaft anstrebte und über eine „Selbstreform“ zu einer Gesellschaftsreform gelangen wollte ... Im Zentrum lebensreformerischer Praktiken standen Vegetarismus, Naturheilkunde, Körperkultur und Siedlungstätigkeiten.*

Inzwischen gehört die Thematik mit recht zahlreichen Veröffentlichungen zum wissenschaftlichen Kanon in Forschung und Lehre, zu deren Ergebnissen der Autor in vorliegender Arbeit, ein *Fazit und Compendium zur Lebensreformbewegung* sieht.

Aus der *gelebten Außenseiterkultur unangepasster Sonderlinge* wurden lebensreformerische Elemente Teil des modernen städtischen Lebensstils und FKK von einer ursprünglich engen Praxis, zu einem weitgefächerten Bestandteil der internationalen Touristik. Auch sind die heutigen Argumente gegen die Massentierhaltung bereits bei den Vegetariern der Epoche zu finden. Neben der „Selbstreform“ in Fragen der Ernährung, Kleidung oder der naturheilkundlichen Gesundheitsvorsorge, war die Bewegung gesell-

schaftlich auf Pazifismus, Selbstversorgung und, in weiten Teilen zumindest, auf Völkerverständigung ausgerichtet und *vom Wunsch nach Bewusstseinsveränderung geleitet*. Nach dem Kulturstreit zwischen Evolutionisten und Kreationisten in der Ära Bismarcks und im Zuge der Rezeption Nietzsches atheistischer Philosophie, war die Stellung des Menschen im Kosmos von „transzendentaler Obdachlosigkeit“ (Lukács) gekennzeichnet. Die Jugendbewegung (u.a. die Wandervögel) rebellierte gegen die monarchisch oktroyierte Subalternität und einem Leben „in grauer Städte Mauern“.

Das Motto war `der Aufbruch` in die Natur für ein Leben in Einklang mit der Natur: ein Pantheismus moderner Prägung als quasi religiöse Weltanschauung mit leicht hedonistischer Attitüde. So konnte sich die Naturheilkunde als ein zentrales Element der Lebensreformbewegung zu einem *wichtigen Standbein des mitteleuropäischen modernen medizinischen Hygienebewusstseins etablieren*. Sie war ein erheblich mitgestaltender Faktor zur Popularisierung eines gesunden Lebensstils bis hin zur heutigen Selbstoptimierung durch Body-Building.

Eine weitere Prämisse der sich ab 1860 institutionalisierenden Naturheilkunde infiltrierte in den letzten fünfzig Jahren das medizinische Denken: *Der Holismus der Naturheilkunde ging davon aus, dass jeder Teil des Körpers mit allen anderen Teilen in einem unlöslichen Zusammenhang stehe und jede lokale Krankheit unweigerlich den gesamten Organismus in Mitleidenschaft ziehe ... Aus diesem Grund ist für die Naturheilkunde immer auch die geistige und seelische Verfasstheit des Menschen von enormer Bedeutung. Danach kann sich jede seelische Störung ebenso auf den körperlichen Zustand auswirken wie auch umgekehrt, die jeweilige somatische Befindlichkeit das seelische Gleichgewicht beeinflussen kann; eine Vorstellung, die mittlerweile auch in die Schulmedizin Eingang gefunden hat.*

Das Buch bietet einen sehr lesenswerten Überblick über die wesentlichen Strömungen der Lebensreformbewegung in Zeiten des Aufbruchs zu neuen Horizonten bis zu deren Einflüssen auf die Gegenwart.

Rezensent: Alexander Willige M.A. Heilpraktiker

Anzeige

TOP-Versicherungsschutz – Maßgeschneidert für Heilpraktiker/innen

KuBuS® - Der Rundumschutz für Ihre Heilpraktikertätigkeit - präzise, passgenau und enorm preiswert

Unsere Eckpfeiler für Ihre Sicherheit z. B.

- Berufshaftpflicht-Versicherung
- Praxis-Inventar- und
- Praxis-Unterbrechungs-Versicherung
- Spezialversicherung für medizinische Geräte

Wir bieten Ihnen:

- Flexiblen Rundumschutz zu TOP-Konditionen
- Viele besondere Leistungen ohne zusätzlichen Beitrag
- Spezielle Nachlässe auf das gesamte Versicherungspaket

Inhaltsversicherung inklusive Praxisunterbrechung bis 33.000 EUR: Jahresbeitrag 65 EUR*

Glasversicherung für die gesamte Innen- und Außenverglasung: Jahresbeitrag 30 EUR*

Berufs-, Privat- und Hundehalterhaftpflichtversicherung:

Deckungssumme 3 Mio EUR pauschal, Jahresbeitrag 130 EUR*

Deckungssumme 5 Mio EUR pauschal, Jahresbeitrag 160 EUR*

* zusätzlich gesetzlicher Versicherungssteuer

HEILPRAKTIKER-SERVICE
Versicherungskontor
D. Rohwerder GmbH & Co. KG
info.rohwerder@continentale.de



Bezirksdirektion Versicherungskontor
Dipl.-Kfm. D. Rohwerder GmbH & Co. KG
Grünstr. 32 a, 40667 Meerbusch
Tel. 02132 93280



1926 als Volkswohl-
Krankenversicherung von
Heilpraktikern gegründet

Heilkräuter für unsere Kinder

Man sagt, für jede Krankheit sei ein Kraut gewachsen. Wenn dem so ist, dann sollte uns nichts davon abhalten, es als unterstützende Maßnahme im Krankheitsfall unserer Kinder einzusetzen. Moderne wissenschaftliche Untersuchungen bestätigen die jahrhundertealte Erfahrungs- und Volksheilkunde und so weiß man heute ganz genau, welche Inhaltsstoffe zur Wirkung kommen.



© Lumixera/stock.adobe.com

Pflanzliche Heilmittel stehen „hoch im Kurs“, da sie bei richtiger Anwendung und Dosierung wesentlich verträglicher sind als viele andere Arzneien. Heilkräftige Pflanzen gibt es sehr viele. Welcher Tee bei Krankheit und Unwohlsein des Kindes in Frage kommt, können Behandler, Arzt oder Apotheker beantworten. Da Kleinkinder durchaus sensibel reagieren können, sollte man grundsätzlich auch bei pflanzlichen Präparaten „auf Nummer sicher“ gehen, um etwaige Wechselwirkungen mit eventuell gleichzeitig verordneten synthetischen Medikamenten auszuschließen – auch hier den Rat der Fachleute einholen.

Antibiotische Heilpflanzen

Es gibt eine ganze Reihe Heilkräuter, die man als „pflanzliches Antibiotikum“ bezeichnet und die bei leichteren Erkrankungen durchaus zuverlässig in der Wirkung sind. Isländisches Moos, das man vor allem bei Halsentzündungen einsetzt, verfügt u.a. über eine solche natürliche antibiotische Fähigkeit. Auch die Kapuzinerkresse ist ein natürliches Antibiotikum, das in Stärke und Schlagkraft natürlich nicht mit einem chemischen Präparat zu vergleichen ist, dafür aber keine schädliche Nebenwirkung zeigt. Bei wirklich schweren Infekten und Krankheiten führt am synthetisch hergestelltem Antibiotikum jedoch kein Weg vorbei – das sollte jedem Verfechter der Naturheilkunde klar sein.

Gut zu wissen, dass Darm und Immunsystem durch „pflanzliche Antibiotika“ nicht negativ beeinträchtigt werden, vielmehr erhält der geschwächte Organismus Unter-

stützung in der Auseinandersetzung mit den Krankheitserregern – ein wichtiger Schritt zur wirklichen und echten Gesundung des Kindes.

Immunsteigerung durch Pflanzen

Immer öfter hört und liest man von der immunstärkenden Wirkung einzelner Heilpflanzen. Diese Eigenschaft machen wir uns natürlich auch für unsere Kinder zunutze. In Frage kommen zum Beispiel Präparate der Kapland-Pelargonie, die des Sonnenhutes, der Thuja und des Gelben Jasmins, wobei diese Aufzählung keineswegs Anspruch auf Vollständigkeit erhebt.

Neben dem bekannten immunsteigernden Aspekt beinhalten diese Heilpflanzen zusätzlich noch andere Substanzen, die als sog. „Reizkörper“ ganz bestimmte Immunzellen aktivieren; das macht sie besonders im Einsatzgebiet kindlicher Infekte so wertvoll. Häufigkeit und Schwere der Erkrankung werden damit deutlich reduziert oder die sie begleitenden Beschwerden deutlich gemildert.

Es versteht sich von selbst, dass solche Präparate oder Tees nicht über Wochen und Monate gegeben werden sollen, im Krank-

heitsfall jedoch geben sie dem kindlichen Organismus den Anstoß, den er zur schnelleren Gesundung braucht.

(Bei Babys unter zwei Jahren sollte man jedoch nur in Ausnahmefällen eine Immunstimulation vornehmen. Im Zweifelsfall immer den Fachmann befragen).

Nur mit Vorsicht zu genießen

Zwei Pflanzenfamilien sind es, die unter Umständen gemieden werden müssen: es sind die Korb- und Doldenblütler, auf die manche Menschen allergisch reagieren können. Zu den Korbblütlern gehören u.a. Sonnenhut, Arnika, Kamille und der Löwenzahn.

Es gibt eine ganze Reihe Heilkräuter, die man als „pflanzliches Antibiotikum“ bezeichnet und die bei leichteren Erkrankungen durchaus zuverlässig in der Wirkung sind.

Zu den möglicherweise Allergie auslösenden Doldengewächsen zählen u.a. Anis, Fenchel und Kümmel. Besonders hellblonde und rothaarige Kinder können sehr sensibel darauf reagieren. Treten nach der Einnahme von Korb- oder Doldenblütlern Hautveränderungen auf, muss man davon ausgehen, dass eine diesbezügliche Allergie besteht und das Präparat absetzen.

Auch bittere Heilkräuter sind für Kids ungeeignet, ferner alle Pflanzen, die über einen hohen Gehalt an ätherischen Ölen verfügen. Die Pfefferminze ist in zu hohen Dosen deshalb schädlich für kleine Kinder; für Schulkinder gelten maximal drei Tassen am Tag.

Die Kraft der Heilkräuter nutzen

Dr. med. Haide Wachtl benennt in ihrem Buch „Mein Kind ist krank, so hilft die Natur“ von ihr zusammen gestellte spezielle Teemischungen für verschiedene Gesundheitsstörungen. Sie empfiehlt, sich diese bei Bedarf mischen zu lassen. Selbstverständlich kann man auch im Notfall auf Teebeutel oder entsprechende Fertigtees zurückgreifen

Teemischungen

- **Teemischung gegen Grippe:**

Weidenrinde 30,0 g/Lindenblüten 40,0 g/Mädesüßblüten 10,0 g/Kamillenblüten 10,0 g/Pomeranzenschale 10,0 g

- **Teemischung gegen Husten und Katarrh der oberen Luftwege:**

Fenchel Früchte 25,0 g/Thymiankraut 20,0 g/Isländisch Moos 25,0 g/Spitzwegerichkraut 20,0 g

- **Teemischung gegen Schlafstörungen:**

Melissenblätter 30,0 g/Lavendelblüten 30,0 g/Passionsblumenkraut 30,0 g/Johanniskraut 30,0 g

- **Gegen Durchfall helfen u.a.:**

getrocknete Heidelbeerfrüchte, oder Grüner Tee, oder ganz leicht gebrauter Schwarzer Tee (seine Farbe muss ganz hell sein)

- **Hilfreich bei Blähungen von Säuglingen u. Kleinkindern:**

Kümmeltee:

1–2 Teelöffel Kümmel frisch zerquetschen und mit 150 ml siedendem Wasser übergießen, zudecken, 10–15 Minuten ziehen lassen und abseihen. Dosierung: 1 Teelöffel des Tees in die Flaschennahrung geben.

Fencheltee: 1 Teelöffel Fenchel Früchte mit 250 ml (1/4 Liter) kochendem Wasser übergießen und 5 Minuten ziehen lassen, danach abseihen. Gestillte Babys bekommen vor dem Trinken 2 Teelöffel; Flaschenkindern gibt man 5 Teelöffel Tee ins Fläschchen.

Kamillentee: 1 Esslöffel Kamillenblüten werden mit 250 ml kochendem Wasser übergossen und Gefäß abgedeckt 10 Minuten ziehen lassen, abseihen. Dosierung für Babys und Kleinkinder siehe „Fencheltee“.

Anis-Fenchel-Kümmeltee:

2 Teelöffel dieser Mischung mit 150 ml kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen, abseihen. Dosierung für Babys und Kleinkinder siehe „Fencheltee“.

Vor der Anwendung pflanzlicher Arzneimittel – dazu zählen auch die hier beschriebenen medizinischen Tees – muss immer zuerst der Grund für die Beschwerden des Kindes herausgefunden werden. Nur so kann gezielt und richtig behandelt werden. Bei unklarem oder ernstem Krankheitsbild muss immer der Kinderarzt zu Rate gezogen werden. Selten spricht etwas dagegen, die ärztliche Verordnung dahingehend zu optimieren, dass man dem erkrankten Kind durch das Verabreichen geeigneter Teesorten den Weg zur Gesundheit erleichtert.

Literatur

„Mein Kind ist krank, so hilft die Natur“ von Dr. med. H. Wachtl, erschienen im Falken-Verlag

„Naturmedizin für Kinder“, erschienen im Verlag Zabert Sandmann

„Hausmittel für Kinder“ von Prof. Dr. med. W. Dorsch u. M. Loibl, GU Ratgeber Kinder

AUTORIN

Hildegard Willms-Beyárd



Mensch und Berufung

Zum Glück helfen Sie.

Mehr erfahren:
dhu-fachkreise.de

Hilft Ihnen helfen: das neue Fachkreisportal der DHU.

Nicht jeder kann sich über das Glück guter Gesundheit freuen. Genau für diese Menschen sind Sie als Ärzte und Heilpraktiker da: mit nachhaltigen, natürlichen Therapien und individuell ausgestalteten Ansätzen. Ab sofort steht Ihnen das neue Fachkreisportal der Deutschen Homöopathie-Union zur Verfügung. Hier finden Sie unsere Informationen und Services zur Homöopathie und Schüßler-Salz-Therapie: dhu-fachkreise.de.



Gesundheit erfahren.

Deutsche Homöopathie-Union DHU-Arzneimittel GmbH & Co. KG



www.dhu.de

Kinderwunsch und TCM



© Jenny Sturm / stock.adobe.com

Mehr und mehr Paare suchen inzwischen nach professioneller Hilfe, um ihren Kinderwunsch zu erfüllen. Die Lebensläufe haben sich geändert – hatte früher die Familiengründung schon im Alter von 20–30 Jahren höchste Priorität, so verlagert sich nun – planbar geworden durch Verhütung – die „Kinderfrage“ auf die folgende Zeit bis zum 45. Lebensjahr. Leider ist dies nun häufig nicht mehr so planbar, verhindern doch Belastung in Beruf und Alltag die Fruchtbarkeit ebenso wie die natürlichen kleinen Alterungsprozesse. Der Kinderwunsch wird so immer dringender und zwingender. Irgendwann wird dann die

Unfruchtbarkeit aus Sicht der TCM

Qi bedeutet Leben und Bewegung. Neues Leben – ein Kind – ist neues *Qi*, das durch das Zusammenspiel von *Yin* und *Yang* – also von Frau und Mann gezeugt wird, so, wie durch die Bewegungen des Himmels (*Yang*) und der Erde (*Yin*) das Leben in dieser Welt überhaupt geschaffen wird. Es ist eine schöne Perspektive, die diese Vereinigung begleitet. Die Vereinigung von Mann und Frau sollte in Harmonie und Glück erfolgen. Und eigentlich auch im Sinne des „*Wu Wei*“ des Daoismus: Nicht Wollen, Nicht Erzwingen. Wenn der rich-

schiedenen Ansatzpunkten deutlich verbessern – bei der Frau wie beim Mann. Vor allem kann die chinesische Medizin wunderbar helfen das Bett zu bereiten, in dem das Kind entstehen kann.

Die Störung der Energetik

In erster Linie ist eine Beeinträchtigung der Fruchtbarkeit Ausdruck einer Erschöpfung der Nieren-Energie. Darüber hinaus sind aber Frau und Mann in ihrer Energetik verschieden. Die Frau ist *Yin*, und bei ihr stehen daher Probleme des Blutes weit-aus mehr im Vordergrund. Ein gestörter Menstruationszyklus weist bei ihr auf Blockaden oder Schwächen von *Qi* und Blut hin. Ebenso auch Endometriose oder Myome, die beide Ansammlungen von *Qi* und Blut sein können. Der Mann ist *Yang* – und so stehen bei ihm Probleme des *Qi* im Vordergrund. Beim Mann verändert sich die Samenqualität durch Blockaden und Belastungen der Leber. Eine unzureichende Zahl der Spermien sowie eine schlechte Qualität sind beim Mann Ausdruck der Nierenschwäche, eine verschlechterte Beweglichkeit deutet auf eine Disharmonie der Wandlungsphase Holz und somit der Leber hin. Bei beiden Partnern schließlich führt dann eine Störung des Stoffwechsels und der Assimilation (Milz) zu Problemen mit Feuchtigkeit und Schleim. Bei der Frau bilden sich Zysten bis hin zum polyzystischen Ovar (POS) oder Ausfluss signalisiert eine Feuchtigkeitsbelastung. Beim Mann zeigt sich dies dann durch Prostatentzündungen oder im Spermogramm durch Veränderung der Viskosität, Farbe und möglicherweise im Nachweis von Bakterien.

Ziel der Behandlung mit der chinesischen Medizin sind die Optimierung von

- Menstruationszyklus: Er sollte etwa 28 Tage lang sein, der Eisprung in der Mitte liegen und regelmäßig sein. Zur Zeit des Eisprungs sollte Zervixschleim bemerkbar werden und auch sonst sollte

„Vielerlei Ursachen können die Erfüllung des Kinderwunsches behindern. Beruflicher, gesellschaftlicher Druck, andere emotionale Belastungen, Umweltgifte, innere Erkrankungen u.a. führen zu hormonellen Störungen und somit zur Einschränkung der Fruchtbarkeit von Mann und Frau. Und selten liegt die Störung ausschließlich bei einem Partner!“

Diagnose „Unfruchtbarkeit“ gestellt. Aus Sicht der westlichen Medizin spricht man von Unfruchtbarkeit, wenn es innerhalb von 2–3 Jahren nach Beendigung von Verhütungsmaßnahmen nicht zu einer Schwangerschaft kommt. Wobei Frau und Mann etwa je zur Hälfte an der Nicht-Erfüllung des Kinderwunsches beteiligt sind.

In den letzten Jahren entstanden so immer mehr Kliniken und Praxen, die mit Hilfe der modernen Reproduktionsmedizin – also IVF, Inseminationen etc. den verzweifelten Paaren helfen. Die Erfolgsrate dort liegt bei 15–25%.

tige Zeitpunkt da ist, wenn die Bewegungen von Himmel und Erde, Mann und Frau harmonisch und frei sind, dann entsteht das Leben. Druck, Anspannung und „Wollen“ steht dem entgegen. Planung, womöglich unter Zeitdruck („die biologische Uhr“) ist in dieser Hinsicht kontraproduktiv. Häufig ist es mit dem Kinderkriegen so wie mit dem Einschlafen: Wenn man unbedingt Einschlafen will, geht es nicht, aber wenn man sich mit dem Gedanken einer schlaflosen Nacht abgefunden hat, sinkt man in Orpheus' Arme... Die Behandlung der Unfruchtbarkeit mit der chinesischen Medizin umfasst möglichst alle Aspekte dieser Disharmonie. Man kann jedoch die Fruchtbarkeit an ver-

ausreichend Feuchtigkeit in der Scheide vorhanden sein.

- Monatsblutung: Die Blutung sollte ohne starke Beschwerden (auch davor) und ohne Klumpenbildung abfließen, nicht zu lange und nicht zu kurz sowie die Intensität nicht zu stark sein.
- Spermogramm: eine ausreichende Zahl von gut ausgebildeten und beweglichen Spermien in einer guten Flüssigkeit.
- Beziehung des Paares durch Gespräche und Akupunktur – denn diese leidet nicht selten unter der enormen Belastung, die ein unerfüllter Kinderwunsch mit sich bringt.

Leitsymptome

Eine Störung von Blut und *Qi* äußert sich bei der Frau in einem gestörten Menstruationszyklus sowie bei Störungen der Monatsblutung. Die Messung der Basaltemperatur gibt dem TCM-Therapeuten wichtige Informationen über Schwächezustände und Blockaden. So ist die erste Phase des Zyklus eine Phase des Aufbaus von *Qi* und Blut. Die Temperatur ist relativ niedrig. Der Eisprung signalisiert das Erreichen einer optimalen Menge an Blut, das *Qi* der Leber bewirkt die Ovulation. Danach bereitet sich der Körper auf die Einnistung des befruchteten Eis oder auf die Menstruationsblutung vor. Die Temperatur ist angestiegen, es ist viel *Yang*, *Qi* und Blut vorhanden. Mit dem Einsetzen der Blutung sinkt die Temperatur wieder ab. Die Temperaturkurve zeigt also Störungen von *Yin* und *Yang* (Höhe der Temperatur) sowie Störungen des Zusammenspiels/des Leber-*Qi* (Wechselhaftigkeit, Blockaden, Verzögerungen z.B.).

Während bei der Frau die Beobachtung des Menstruationszyklus so schon sehr wichtige Informationen liefert, so geht die Beurteilung der energetischen Situation des Mannes von Puls- und Zungendiagnose sowie von der genauen Beurteilung des Spermogramms aus. Auch die Produktion der Samenzellen ist abhängig vom gesamten Organismus!

Was zeigt die Zunge?

Ein dicker, schmieriger und womöglich noch gelber Zungenbelag und/oder ein gedunsener Zungenkörper weisen auf Feuchtigkeit und ggf. auch auf Hitze hin. Erleichtern Sie dann Ihren Stoffwechsel und die Verdauung durch eine Kost, die wenig tierisches Eiweiß (Fleisch, Fisch, Eier, Milchprodukte) und Fett enthält. Verände-

„Eine Zusammenarbeit zwischen westlicher und chinesischer Medizin in der Kinderwunschbehandlung nützt die Vorteile beider Systeme! So ist eine Erhöhung der Erfolgsquote auf 50–60% durchaus realistisch!“

rungen des Zungenrandes sind ein Hinweis auf Disharmonien der Leber – von einer Stauung (Leitsymptom: Druck) bis hin zum aufsteigenden *Yang* der Leber (Leitsymptom: Hektik, Ungeduld, Wutausbrüche). Da ist es dann sinnvoll durch Bewegung (Ausdauersport, *Qigong*, *Taijiquan* etc.) eine Ausgewogenheit zwischen An- und Entspannung zu erreichen!

Konkret: Die Behandlung

Die Behandlung eines unerfüllten Kinderwunsches mit den Methoden der TCM erfordern besondere Erfahrungen und Kenntnisse des TCM-Therapeuten (Heilpraktiker oder Arzt). Bei anderen Krankheiten/Disharmonien geben Puls- und Zungendiagnose sowie eine ausführliche Befunderhebung im Rahmen eines therapeutischen Gesprächs die entscheidenden Informationen.

Bei Unfruchtbarkeit sind jedoch auch Spezialkenntnisse aus Gynäkologie und Andrologie notwendig. Die Temperaturkurve und das Spermogramm geben wichtige unverzichtbare Detailinformationen. Jedoch muss auch eine Beurteilung der Hormonwerte und anderer Befunde aus der westlichen Medizin in die Behandlung mit einfließen. Eine Einschätzung schulmedizinischer Maßnahmen wie Hormonbehandlung oder diagnostische Verfahren (Laparoskopie, Sonografie etc.) wird mit Recht auch vom Patienten erwartet, gerade wenn die

TCM-Behandlung parallel zu reproduktionsmedizinischen Techniken geschieht.

Der TCM-Therapeut kann dann in verschiedenen Phasen der Kinderwunsch-Behandlung tätig werden:

1. Der natürliche Weg – Wiederherstellung der Fruchtbarkeit und Empfängnis. Hier werden Monatszyklus und Spermogramm reguliert.
2. Nach erfolgloser künstlicher Befruchtung, IVF – hier gilt es die durch die intensive Hormonbehandlung ausgelöste energetische Erschöpfung wieder auszugleichen.

Anzeige

NEU!

Espara

Vegane Galactose aus Akazienharz




rein pflanzliche D-Galactose aus Gummi arabicum

inkl. Messlöffel

Besuchen Sie uns auf Facebook!

VEGAN

GLUTENFREI

LACTOSEFREI

FRUCTOSEFREI

Espara GmbH • 5020 Salzburg, Austria
 Tel.: +43 662 43 23 62 • Fax: +43 662 43 28 58
 office@espara.com • www.espara.com



©herraez / stock.adobe.com

3. Begleitung der reproduktionsmedizinischen Schritte, einschließlich der künstlichen Befruchtung v.a. durch Verbesserung der Qualität der Eizellen und der Einnistungschancen.

der künstlichen Befruchtung/Insemination etc.... Vorhandene Befunde (Labor etc.) sollten mitgebracht werden.

- Getrennte ausführliche Erstgespräche mit dem Partner, bei dem eine Behandlung am sinnvollsten erscheint

Ein gesundes Paar in einer harmonischen Beziehung ist die wichtigste Voraussetzung dafür, dass Sie beide einen im wahrsten Sinn des Wortes „fruchtbaren Boden“ bereiten. Gesundheit heißt Wohlbefinden – und so sind auch kleinere Beschwerden, die Sie vielleicht schon lange mit sich herumschleppen, für den TCM-Therapeuten ein wichtiger Hinweis auf energetische Disharmonien, die die Nieren-Energie und somit die Fruchtbarkeit beeinträchtigen.

Hier ein paar Tipps:

- Erschöpfung, Lustlosigkeit und großes Schlafbedürfnis sind ein Hinweis auf eine Schwäche der Nieren. Wichtige Akupunkturpunkte zur Behandlung mit Akupressur und/oder Moxakraut sind z.B. Renmai 4, Renmai 6, Blase 23, Dumai 4, Milz 6
- Eine große Bereitschaft zum Ärgern und ständiger innerer Druck signalisiert: Die Leber ist in Disharmonie. Hier können dann z.B. die Punkte Leber 3, Dickdarm 4 und Milz 10 gedrückt werden.
- Breiiger Stuhl oder Durchfall und Blähungen, häufig zusammen mit Mattigkeit und Schweregefühlen sind Zeichen für eine Schwäche der Milz. Das Drücken von Magen 25, Milz 15 und Milz 6 kann da schon neben einer Regulierung der Ernährung eine gewisse Erleichterung bringen. Oder Nabelmoxa: einen Moxakegel mit Salzisolation ggf. auch mit Ingwerscheibe auf dem Bauchnabel. Alternativ den Bauchnabel täglich 3–5 Minuten mit der Moxazigarre moxen.
- Wenn sich an der Zunge (Belag, Schwellung), beim Spermogramm (Farbe, Viskosität) oder an den klinischen Befunden Feuchtigkeit und Schleim offenbaren, so ist der wichtigste Ansatz die Regelung der Ernährung. Leichte Kost für Körper und Geist ist angesagt – das heißt auch, dass man sich auf das Essen konzentrieren soll. Nicht gleichzeitig Lesen, Lernen oder Fernsehen! Die Mahlzeiten sollten keine Milchprodukte und wenig Fett enthalten, vor allem leicht verdauliche Kohlenhydrate. Um die Verdauung zu erleichtern und so dem Körper insgesamt mehr Qi zur Verfügung zu stellen, sollte das Essen immer gekocht/gedünstet sein. Auf keinen Fall Rohkost, wenn Kältegefühle der ständige Begleiter sind!

*„Was heutzutage häufig vergessen wird:
Die Spermien lieben es kühl! Heiße Bäder sind
ebenso wie Sauna und zu enge Unterhosen schlecht
für die Samenqualität!“*

Angewendet wird zur Regulierung der Mensis und des Spermogramms bei (1) meist die Akupunktur. Bei (2) und (3) werden zunehmend chinesische Kräuterrezepturen eingesetzt, gerade um Qi und Blut der Frau zu regulieren und die Nieren-Energie wieder aufzubauen.

- Die Behandlung braucht Zeit – sie umfasst sowohl bei der Frau als auch beim Mann einen Zeitraum von mindestens drei Monaten, wenn nicht schon vorher eine Schwangerschaft eintritt!
- Zunächst findet ein erstes Gespräch mit beiden Partnern statt – auch wenn die Schulmedizin nur bei einem Partner Einschränkungen der Fruchtbarkeit festgestellt hat. Häufig kommt es auf die „Chemie“ zwischen Mann und Frau an...In diesem ersten sondierenden Gespräch wird festgestellt, bei wem die Behandlung in welcher Form stattfinden kann: Akupunktur, Arzneimittel, Ernährung, Lebensweise, Partnerschaft, Begleitung

- Anleitung zum Führen der Temperaturkurve
- Befolgung der „Hausaufgaben“ (Ernährung, Bewegung etc.)
- Verordnung von Arzneimitteln erfolgt meist im Abstand von 1–2 Wochen
- Akupunkturbehandlungen werden meist einmal wöchentlich durchgeführt
- Nach drei Monaten ggf. Kontrolle des Spermogramms und der Hormonwerte
- Begleitung bei reproduktionsmedizinischen Maßnahmen
- Bei Schwangerschaft energetische Optimierung durch wöchentliche Akupunkturbehandlungen (jeweils 1–2 Punkte)

Informationen und Hinweise für Ihre Patientinnen und Patienten

Sorgen Sie dafür, dass Sie und Ihr Partner gesund sind und dass Ihre Liebe und Zuneigung die Beziehung fruchtbar machen!

AUTOR

Andreas Noll

Heilpraktiker

Visiting Prof. TCM-Universität Chengdu



Die Original Kisel-10 Kombination der KiSel-10-Studie: **Bewahren Sie Ihre Gesundheit bis ins hohe Alter**

Selen und Zink Dragees wurden von Pharma Nord entwickelt und enthalten die patentierte organische Selenhefe (SelenoPrecise®). Selen und Zink – für das Immunsystem und den Zellschutz.

Q10 Bio-Qinon Gold – enthält pro Kapsel 100 mg Coenzym Q10 in Form von aktivem Ubiquinon, gelöst in Pflanzenöl. Ergänzt mit Vitamin B₂, das zu einem normalen Energiestoffwechsel beiträgt.

Das Produkt zeichnet sich durch eine hohe, wissenschaftlich dokumentierte Bioverfügbarkeit, Wirksamkeit und Sicherheit aus und wurde in mehr als 150 wissenschaftlichen Studien verwendet.

Qualitätsprodukte von
Pharma Nord
...die mit dem goldenen Mörser

Kostenlose Hotline: 0800-1122525 www.pharmanord.de



+ In allen Apotheken erhältlich:

PZN 00787833 Q10 Bio-Qinon® Gold 100 mg	60 Kps.
PZN 01541525 Q10 Bio-Qinon® Gold 100 mg	30 Kps.
PZN 13881628 Q10 Bio-Qinon® Gold 100 mg	150 Kps.
PZN 00449378 SelenoPrecise®	100 µg 60 Drg.
PZN 00449384 SelenoPrecise®	100 µg 150 Drg.
PZN 10074382 Selen+Zink*	90 Drg.
PZN 10074399 Selen+Zink*	180 Drg.

*100 µg SelenoPrecise®, 15 mg Zink, + Vitamin A, B₆, C, E



DE_Q10_Selen_Ad_WIR_Heilpraktiker_186x275_1122

Lesen Sie mehr unter: www.pharmanord.de und abonnieren Sie unseren Newsletter

Empirisches Gutachten zum Heilpraktikerwesen

1 - Leistungsbeschreibung „Empirisches Gutachten zum Heilpraktikerwesen“

Hintergrund
Gegenstand und Laufzeit

2 - Los 1 Heilpraktikererlaubnis und Sektorale Heilpraktikererlaubnisse

2.1. Heilpraktikererlaubnis

2.1.1. Berufsstand

2.1.2. Ausbildung, Berufsausübung

Block 1 - Ausbildung

Block 2 - Berufsausübung einschl. Sicherheit der Patient/innen

2.1.3. Therapiemethoden

2.1.4. Einbindung in das Gesundheitswesen einschl. wirtschaftlicher Faktoren

2.2. Sektorale Heilpraktikererlaubnisse im Bereich der Psychotherapie

2.2.1. Berufsstand

2.2.2. Ausbildung, Berufsausübung einschl. Patientensicherheit

Block 1 - Ausbildung

Block 2 - Berufsausübung einschl. Sicherheit der Patient/innen

2.2.3. Therapiemethoden

2.2.4. Einbindung in das Gesundheitswesen einschl. wirtschaftlicher Faktoren

2.3. Sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie

2.3.1. Berufsstand

2.3.2. Ausbildung, Berufsausübung einschl. Patientensicherheit

Block 1 - Ausbildung

Block 2 - Berufsausübung einschl. Sicherheit der Patient/innen

2.3.3. Therapiemethoden

2.3.4. Einbindung in das Gesundheitswesen einschl. wirtschaftlicher Faktoren

3 - Los 2 - Patientinnen und Patienten

3.1. Patientinnen und Patienten von Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern

3.2. Patientinnen und Patienten von Personen mit sektoraler Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie

3.3. Patientinnen und Patienten von Personen mit sektoraler Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie

Auszug aus den Eignungskriterien

Das Bundesgesundheitsministerium hat am 25.01.2023 die Ausschreibung eines empirischen Gutachtens bekannt gemacht. Die Angebotsfrist endete am 28.02.2023. Die Zuschlagserteilung erfolgt voraussichtlich bis zum 18.04.2023. Die Projektlaufzeit beginnt am 02.05.2023 und endet voraussichtlich am 31.10.2024.

Wir gehen davon aus, dass eine gutachterliche Institution auch die Mithilfe der Berufsverbände, der Praxen und der Patienten benötigt. Falls und wenn Anforderungen an uns kommen, sollten wir uns dem nicht verschließen sondern im Gegenteil mithelfen, dass aus dem unbekanntem Wesen Heilpraktiker ein bekanntes, transparentes und anerkanntes Wesen wird.

Wir drucken deshalb hier die sog. Leistungsbeschreibung aus der Gutachten-Anforderung ab.

1 Leistungsbeschreibung „Empirisches Gutachten zum Heilpraktikerwesen“

Hintergrund

Das Gesetz über die berufsmäßige Ausübung der Heilkunde ohne Bestallung (Heilpraktikergesetz) nimmt im Gesundheitswesen Deutschlands eine zentrale Rolle ein. Es regelt, dass nur Ärztinnen und Ärzte sowie Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker die Heilkunde ausüben dürfen. Zudem enthält es die Legaldefinition des Heilkundebegriffs. Bei dem Heilpraktikergesetz aus dem Jahre 1939 handelt es sich um sogenanntes vorkonstitutionelles Recht aus der Zeit des Nationalsozialismus, welches nur noch fragmentarisch und insoweit erhalten ist, als es dem Grundgesetz nicht widerspricht.

Die Intention des nationalsozialistischen Gesetzgebers war die Abschaffung des Heilpraktikerberufes. Eine Ausbildung oder staatliche Prüfung, die klassischerweise die Qualifikation von Heilberufen kennzeichnen, sind darin nicht geregelt. Eine Heilpraktikererlaubnis und damit die Erlaubnis zur Ausübung von Heilkunde erhält vielmehr jede Person, die in einer Überprüfung vor dem Gesundheitsamt oder der nach Landesrecht zuständigen Stelle nachweist, dass von ihr keine Gefahr für die Gesundheit der Bevölkerung oder für die sie aufsuchenden Patientinnen und Patienten ausgeht und wenn die weiteren, in § 2 Absatz 1 der Ersten Durchführungsverordnung zum Heilpraktikergesetz genannten Ausschlussgründe nicht erfüllt sind. Durch die Überprüfung ist lediglich zu klären, ob die angehende Heilpraktikerin oder der angehende Heilpraktiker seinen Patientinnen oder Patienten nicht schadet. Es wird jedoch nicht überprüft, ob und welche medizinischen Fachkenntnisse sie oder er nachweisen kann.

Die fehlende Reglementierung der Ausbildung, verbunden mit einer zugleich weitreichenden Befugnis zur Ausübung heilkundlicher Tätigkeiten, die im Wesentlichen nur durch gesetzlich geregelte Arztvorbehalte beschränkt wird, hat immer wieder Forderungen nach einer Überarbeitung des Heilpraktikerrechts laut werden lassen. Ihnen steht die Sorge der Angehörigen des Heilpraktikerberufes gegenüber, dass eine Überarbeitung des Heilpraktikerrechts zur Abschaffung des Berufs führen könnte.

Eine Weiterentwicklung der Leitlinien zur Durchführung der Heilpraktikerüberprüfung durch den Gesetzgeber unter Beteiligung der Länder und Verbände im Jahr 2016 zielte darauf ab, stärker als bisher auf eine bundesweit einheitliche Heilpraktike-

rüberprüfung hinzuwirken und dabei den Schutz der einzelnen Patientin oder des einzelnen Patienten deutlicher als bisher in den Blick zu rücken. Seitdem dienen diese Leitlinien bundesweit als Grundlage für die Überprüfung der Kenntnisse und Fähigkeiten einer Heilpraktikeranwärterin oder eines Heilpraktikeranwärters und damit als Grundlage für die Entscheidung, ob die Ausübung der Heilkunde durch die betreffende Person eine Gefährdung der Gesundheit der Bevölkerung oder der sie aufsuchenden Patientinnen und Patienten erwarten lässt. Darüber hinaus wurde das Heilpraktikergesetz sowie die Erste Durchführungsverordnung zum Heilpraktikergesetz in seinen grundlegenden Regelungen weitgehend unverändert belassen.

Trotz dieser Maßnahmen steht das Berufsbild der Heilpraktikerin und des Heilpraktikers wiederkehrend im Mittelpunkt eingehender Diskussionen in der Öffentlichkeit und im politischen Raum, wobei angesichts einer fehlenden Reglementierung der Ausbildung sowie der heilkundlichen Befugnisse regelmäßig eine Stärkung der Sicherheit der Patientinnen und Patienten gefordert wird.

Der Koalitionsvertrag der vergangenen 19. Legislaturperiode hatte vor diesem Hintergrund vorgesehen, das Spektrum der heilpraktischen Behandlung im Sinne einer verstärkten Sicherheit der Patientinnen und Patienten zu überprüfen. Das Bundesministerium für Gesundheit hatte in Erfüllung dieses Auftrags ein Rechtsgutachten erstellen lassen, in dem das Heilpraktikerrecht umfassend beleuchtet worden ist. Auf Grundlage des Rechtsgutachtens hat das Bundesministerium für Gesundheit darüber hinaus einen Diskussionsprozess mit den Bundesländern und Verbänden initiiert.

Gegenstand und Laufzeit des Auftrags

Sowohl die Ergebnisse des Rechtsgutachtens, als auch die ersten Erkenntnisse aus dem Diskussionsprozess weisen auf eine unzureichende Daten- und Faktenlage hin, die weitere Arbeiten und künftige Entscheidungen erschwert. Zur Verbesserung dieser Daten- und Faktenlage und zur Ermöglichung einer konkreten Problemanalyse soll ein ergänzendes empirisches Gutachten repräsentative Daten erheben.

Das Gutachten soll neben der Heilpraktikererlaubnis auch die sektoralen Heilpraktikererlaubnisse in der Psychotherapie und der Physiotherapie betrachten sowie die jeweilige Perspektive der Patientinnen und Patienten. Der Auftrag umfasst zwei Lose.

Los 1 betrachtet die Heilpraktikererlaubnis und die sektoralen Heilpraktikererlaubnis-

se in der Psychotherapie und in der Physiotherapie. Das Gutachten soll jeweils repräsentativ Fragestellungen in den Themenbereichen Berufsstand, Berufsausbildung und Berufsausübung inklusive Sicherheit der Patientinnen und Patienten, Therapiemethoden sowie Einbindung in das Gesundheitswesen einschließlich wirtschaftlicher Faktoren untersuchen. Die in Los 1 zu untersuchenden Themenbereiche sind nachfolgend im Abschnitt „1. Los 1 – Heilpraktikererlaubnis und Sektorale Heilpraktikererlaubnisse“ beschrieben.

Los 2 betrachtet Fragestellungen zu den Patientinnen und Patienten von Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern sowie zu den Patientinnen und Patienten von Personen mit sektoralen Heilpraktikererlaubnissen in der Psychotherapie und in der Physiotherapie. Die in Los 2 zu untersuchenden Themenbereiche sind nachfolgend im Abschnitt „2. Los 2 - Patientinnen und Patienten“ beschrieben.

Bietende können sich auf beide Lose oder nur auf eines der beiden Lose bewerben. Bei der Angebotserstellung ist darzustellen, welche Lose das Angebot umfasst. Falls Bietende zur Erfüllung des Auftrags eine Zusammenarbeit mit Dritten planen, sind die Verantwortlichkeiten für einzelne Arbeitspakete darin transparent darzustellen. Das Gutachten ist innerhalb von 18 Monaten zu erstellen. Die Arbeiten sollen im Mai 2023 beginnen.

Das Gutachten soll in Bezug auf den Heilpraktikerberuf die Datenlage zu folgenden Themenbereichen verbessern.

2 Los 1 – Heilpraktikererlaubnis und Sektorale Heilpraktikererlaubnisse

Unter Los 1 sollen die Heilpraktikererlaubnis und die sektoralen Heilpraktikererlaubnisse in den Bereichen Psychotherapie und Physiotherapie in jeweils vier Themenbereichen anhand spezifischer Fragestellungen betrachtet werden. Die zur Beantwortung der jeweiligen Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind über definierte Zeiträume bzw. für definierte Zeitpunkte zu erheben. Der Erhebungszeitraum bzw. der Erhebungszeitpunkt sind dem jeweiligen Themenbereich vorangestellt oder in den entsprechenden Fragestellungen angegeben. In die repräsentative Datenerhebung sind Personen einzubeziehen, die den (sektoralen) Heilpraktikerberuf hauptberuflich, nebenberuflich, in Vollzeit, in Teilzeit, selbstständig oder in einem Angestelltenverhältnis ausüben.

2.1 Heilpraktikererlaubnis

Das Gutachten soll in Bezug auf die Heilpraktikererlaubnis zu folgenden Themenbereichen Stellung nehmen.

2.1.1 Berufsstand der Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker

In dem Themenbereich sind die nachfolgenden Fragen zu beantworten. Die zur Beantwortung dieser Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind für den Zeitraum 2017–2022 zu erheben. Die Ergebnisse sind über die sechs Jahre des Erhebungszeitraums gemittelt und jahresbezogen darzustellen.

- Wie ist die Geschlechterverteilung von Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern (männlich, weiblich, divers)?
- Über welche schulische Vorbildung verfügen Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker?
- Wie viele Jahre praktizieren Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker insgesamt ihren Beruf?

2.1.2 Ausbildung, Berufsausübung einschließlich Sicherheit der Patientinnen und Patienten

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten.

Block 1 – Ausbildung

Die zur Beantwortung der Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind für den Zeitraum 2017–2022 zu erheben. Die Ergebnisse sind über die sechs Jahre des Erhebungszeitraums gemittelt und jahresbezogen darzustellen.

- Welches Alter haben Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker, wenn sie sich der Heilpraktikerüberprüfung unterziehen?
- Wie viele Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker verfügen über eine berufliche Vorbildung einschließlich Studium, wenn sie sich der Überprüfung stellen? Welche beruflichen Vorbildungen einschließlich Hochschulabschlüsse sind dies?
- Wie viele Heilpraktikeranwärterinnen und -anwärter haben eine Ausbildung an einer Heilpraktikerschule absolviert, wenn sie sich der Überprüfung stellen?
- Welche durchschnittlichen Kosten entstehen dadurch den Anwärtinnen und Anwärtern?
- Wie viele Heilpraktikeranwärterinnen und -anwärter haben sich im Selbststudium auf die Heilpraktikerüberprüfung vorbereitet? Gibt es Materialien für das Selbststudium und wenn ja, welche und wie hoch sind deren Kosten?
- Welchen Einfluss hat eine Ausbildung an einer Heilpraktikerschule im Vergleich zum Selbststudium auf das Bestehen der

Heilpraktikerüberprüfung? Gibt es Unterschiede? Wenn ja, welche?

- Hat die (hoch-)schulische und/oder berufliche Vorbildung Einfluss auf das Bestehen der Heilpraktikerüberprüfung? Wenn ja, welchen?
- Wie viele Heilpraktikerschulen gibt es in Deutschland?
- Gibt es Anforderungen an die Errichtung und den Betrieb einer Heilpraktikerschule? Wenn ja, welche?
- Wie hoch ist die durchschnittliche Anzahl an Schulplätzen pro Schule und pro Qualifizierungslehrgang?
- Wie ist die personelle, räumliche und technische Ausstattung der Heilpraktikerschulen?
- Wie viele Lehrkräfte sind im Schnitt an Heilpraktikerschulen tätig und über welche Berufsqualifikationen verfügen diese?
- Findet eine praktische Ausbildung außerhalb der Heilpraktikerschulen statt? Falls ja, wo findet die praktische Ausbildung statt und wie lange dauert sie?

Block 2 – Berufsausübung einschließlich Sicherheit der Patientinnen und Patienten

Für Fragestellungen, zu deren Beantwortung repräsentative Daten über einen definierten Zeitraum erhoben werden sollen, sind die Ergebnisse über den Erhebungszeitraum gemittelt und jahresbezogen darzustellen.

- Wie viele Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker üben im Erhebungszeitraum 2017–2022 den Heilpraktikerberuf in welcher Form (Vollzeit/Teilzeit/selbständig/Angestelltenverhältnis/Anbindung an andere Einrichtungen/nebenberuflich) aus?
- Wie hat sich die Anzahl der Heilpraktikerpraxen im Erhebungszeitraum 2017–2022 entwickelt?
- Wie hat sich die Zahl der Heilpraktikerzulassungen im Erhebungszeitraum 2017–2022 bundesweit und aufgeschlüsselt nach Bundesländern entwickelt?
- Gibt es im Erhebungszeitraum 2017–2022 Kooperationen zwischen Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern und weiteren Einrichtungen im Gesundheitswesen? Wenn ja, welche?
- Wie hoch ist der Anteil der Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker, die Mitglied in Berufsverbänden sind und wie hat sich deren Anteil im Erhebungszeitraum 2017–2022 verändert?
- Welche Regelungen für Fort- und Weiterbildungen, Abschluss von Berufshaftpflichtversicherungen sowie zur Berufsausübung stellen die Berufsverbände für ihre Mitglieder auf?
- In welchem Umfang wurde im Erhebungszeitraum 2017–2022 von Fort- und Weiterbildungen Gebrauch gemacht?

- Gibt es Erkenntnisse zur Höhe der Haftpflichtbeiträge für Berufshaftpflichtversicherungen für Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker im Erhebungszeitraum 2017–2022? Wenn ja, welche Beiträge wurden bzw. werden erhoben?
- In welchem Umfang sind gegen Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker seit 1949 berufsbezogene strafrechtliche Ermittlungen eingeleitet worden? Wie oft haben diese Ermittlungen zu Verurteilungen in welchen Delikten geführt?
- In welchem Umfang fanden seit 1949 berufsbezogene zivilrechtliche Verfahren insbesondere im Rahmen des Behandlungsvertragsrechts gegen Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker statt? Wie oft kommt es zu Entscheidungen zuungunsten der Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker und mit welchen Schadenersatzfolgen?
- Wie viele Heilpraktikererlaubnisse wurden im Erhebungszeitraum 2017–2022 widerrufen und mit welcher Begründung?
- Wie, in welcher Form und mit welchen Inhalten werben Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker? Erfolgt im Erhebungszeitraum 2017–2022 Verstöße gegen das Heilmittelwerbegesetz und wenn ja, welche?
- Wie oft und in welchen Fällen lehnten Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker im Erhebungszeitraum 2017–2022 eine heilpraktische Behandlung ab und verwiesen die Patientinnen und Patienten in eine ärztliche Behandlung?
- Sind die Kontakte von Patientinnen und Patienten zu Heilpraktikerinnen oder Heilpraktikern über den Erhebungszeitraum 2017–2022 in der Regel einmalig oder dauerhaft? In welchem Verhältnis stehen Einzel- zu Dauerkontakten?

2.1.3 Therapiemethoden

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten. Die zur Beantwortung der Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind für den Stichtag 31.12.2022 zu erheben. Stehen für den vorgegebenen Stichtag nur unzureichende Datenmengen zur Verfügung, ist der früheste zurückliegende Zeitpunkt zu wählen, zu dem aussagekräftige Daten verfügbar sind.

- Welche Behandlungsmethoden wenden Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker an?
- In welchem Umfang sind diese Behandlungsmethoden der wissenschaftlich orientierten Medizin, der Komplementärmedizin oder der Alternativmedizin zuzuordnen?
- Sind die angewendeten Behandlungsmethoden typischerweise Gegenstand der Ausbildung an Heilpraktikerschulen oder im Selbststudium oder werden die erforderlichen Kenntnisse und Fähigkeiten

ten auch im Rahmen von Fort- oder Weiterbildungen erworben?

- Welche Erkenntnisse gibt es zu den Erfolgen und Risiken der heilpraktischen Behandlungen, insbesondere bei komplementärmedizinischen oder alternativmedizinischen Methoden?

2.1.4 Einbindung in das Gesundheitswesen einschließlich wirtschaftlicher Faktoren

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten. Die zur Beantwortung der Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind für den Zeitraum 2017–2022 zu erheben. Die Ergebnisse sind über die sechs Jahre des Erhebungszeitraums gemittelt und jahresbezogen darzustellen.

- Welchen Teil der Behandlungskosten für heilpraktische Behandlungen durch Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker übernehmen private Krankenversicherungen oder die gesetzliche Krankenversicherung, etwa im Rahmen von Satzungsleistungen?
- Wie hoch sind die Kosten für die Behandlungen? Werden den Kostenberechnungen in der Regel freiwillige Gebührenordnungen zugrunde gelegt oder wird die Vergütung für die heilpraktische Behandlung eher individuell über den Behandlungsvertrag vereinbart? In welchem Verhältnis stehen die beiden Kostenmodelle? Gibt es weitere Kostenmodelle und wenn ja, welche?
- Wie hoch ist der Umsatz von Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern oder heilpraktischen Praxen im Schnitt jährlich? Die Ergebnisse sind differenziert nach Beschäftigungsverhältnis darzustellen.
- Wie hoch war die Zahl der im Schnitt in einer Heilpraktikerpraxis jährlich behandelten Patientinnen und Patienten?

2.2 Sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie

Das Gutachten soll in Bezug auf die sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie zu folgenden Themenbereichen Stellung nehmen.

2.2.1 Berufsstand

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten. Die zur Beantwortung dieser Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind für den Zeitraum 2017–2022 zu erheben. Die Ergebnisse sind über die sechs Jahre des Erhebungszeitraums gemittelt und jahresbezogen darzustellen.

- Wie ist die Geschlechterverteilung von Personen mit sektoraler Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie (männlich, weiblich, divers)?
- Über welche schulische Vorbildung verfügen Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie?
- Wie viele Jahre praktizieren Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie insgesamt?

2.2.2 Ausbildung, Berufsausübung einschließlich Patientensicherheit

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten.

Block 1 – Ausbildung

Die zur Beantwortung der Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind für den Zeitraum 2017–2022 zu erheben. Die Ergebnisse sind über die sechs Jahre des Erhebungszeitraums gemittelt und jahresbezogen darzustellen.

- Welches Alter haben Personen, die eine sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie anstreben, wenn sie sich der sektoralen Heilpraktikerüberprüfung unterziehen?
- Wie viele Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie verfügen über eine berufliche Vorbildung einschließlich Studium, wenn sie sich der Überprüfung stellen? Welche beruflichen Vorbildungen einschließlich hochschulischer Abschlüsse sind dies?
- Wie viele Personen, die eine sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie anstreben, haben eine Ausbildung an einer Heilpraktikerschule absolviert, wenn sie sich der Überprüfung stellen?
- Welche durchschnittlichen Kosten entstehen dadurch den Personen, die eine sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie anstreben?
- Wie viele Personen, die eine sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie anstreben, haben sich im Selbststudium auf die Heilpraktikerüberprüfung vorbereitet? Gibt es Materialien für das Selbststudium und wenn ja, welche und wie hoch sind deren Kosten?
- Welchen Einfluss hat eine Ausbildung an einer Heilpraktikerschule im Vergleich zum Selbststudium auf das Bestehen der sektoralen Heilpraktikerüberprüfung im Bereich der Psychotherapie? Gibt es Unterschiede? Wenn ja, welche?
- Hat die (hoch-)schulische und/oder berufliche Vorbildung Einfluss auf das Bestehen der sektoralen Heilpraktikerüber-

prüfung im Bereich der Psychotherapie? Wenn ja, welchen?

- Findet in diesem Bereich eine praktische Ausbildung außerhalb der Heilpraktikerschulen statt? Falls ja, wo findet die praktische Ausbildung statt und wie lange dauert sie?

Block 2 – Berufsausübung einschließlich Sicherheit der Patientinnen und Patienten

Für Fragestellungen, zu deren Beantwortung repräsentative Daten über einen definierten Zeitraum erhoben werden sollen, sind die Ergebnisse über den Erhebungszeitraum gemittelt und jahresbezogen darzustellen.

- Wie viele Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie üben im Erhebungszeitraum 2017–2022 den sektoralen Heilpraktikerberuf im Bereich der Psychotherapie in welcher Form (Vollzeit/Teilzeit/selbstständig/Angestelltenverhältnis/Anbindung an andere Einrichtungen/nebenberuflich) aus?
- Wie hat sich die Anzahl der niedergelassenen Praxen von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie im Erhebungszeitraum 2017–2022 entwickelt?
- Wie hat sich die Zahl der erteilten sektoralen Heilpraktikererlaubnisse im Bereich der Psychotherapie im Erhebungszeitraum 2017–2022 bundesweit und aufgeschlüsselt nach Bundesländern entwickelt?
- Gibt es im Erhebungszeitraum 2017–2022 Kooperationen zwischen Personen mit sektoraler Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie und weiteren Einrichtungen im Gesundheitswesen? Wenn ja, welche?
- Wie hoch ist der Anteil der Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie, die Mitglied in Berufsverbänden sind und wie hat sich deren Anteil im Erhebungszeitraum 2017–2022 verändert?
- Welche Regelungen für Fort- und Weiterbildungen, Abschluss von Berufshaftpflichtversicherungen sowie zur Berufsausübung stellen die Berufsverbände für ihre Mitglieder mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie auf?
- In welchem Umfang wurde im Erhebungszeitraum 2017–2022 von Fort- und Weiterbildungen Gebrauch gemacht?
- Gibt es Erkenntnisse zur Höhe der Haftpflichtbeiträge für Berufshaftpflichtversicherungen für Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie im Erhebungszeitraum 2017–2022? Wenn ja, welche Beiträge wurden bzw. werden erhoben?

- In welchem Umfang sind gegen Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie seit 1993 berufsbezogene strafrechtliche Ermittlungen eingeleitet worden? Wie oft haben diese Ermittlungen zu Verurteilungen in welchen Delikten geführt?
- In welchem Umfang fanden seit 1993 berufsbezogene zivilrechtliche Verfahren insbesondere im Rahmen des Behandlungsvertragsrechts gegen Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie statt? Wie oft kommt es zu Entscheidungen zuungunsten der Personen mit sektoraler Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie und mit welchen Schadensersatzfolgen?
- Wie viele sektorale Heilpraktikererlaubnisse im Bereich der Psychotherapie wurden im Erhebungszeitraum 2017–2022 widerrufen und mit welcher Begründung?
- Wie, in welcher Form und mit welchen Inhalten werben Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie? Erfolgt im Erhebungszeitraum 2017–2022 Verstöße gegen das Heilmittelwerbegesetz und wenn ja, welche?
- Wie oft und in welchen Fällen lehnten Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie im Erhebungszeitraum 2017–2022 eine heilpraktische Behandlung ab und verwiesen die Patientinnen und Patienten in eine (fach-) ärztliche bzw. psychotherapeutische Behandlung?
- Sind die Kontakte von Patientinnen und Patienten zu Personen mit sektoraler Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie über den Erhebungszeitraum 2017–2022 in der Regel einmalig oder dauerhaft? In welchem Verhältnis stehen Einzel- zu Dauerkontakten?

2.2.3 Therapiemethoden

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten. Die zur Beantwortung der Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind für den Stichtag 31.12.2022 zu erheben. Stehen für den vorgegebenen Stichtag nur unzureichende Datenmengen zur Verfügung, ist der früheste zurückliegende Zeitpunkt zu wählen, zu dem aussagekräftige Daten verfügbar sind.

- Welche Therapieverfahren wenden Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie an?
- In welchem Umfang sind diese Behandlungsmethoden der wissenschaftlich orientierten Medizin, der Komplementärmedizin oder der Alternativmedizin zuzuordnen?

- Sind die angewendeten Therapieverfahren typischerweise Gegenstand der Ausbildung an Heilpraktikerschulen oder im Selbststudium oder werden die erforderlichen Kenntnisse und Fähigkeiten auch im Rahmen von Fort- oder Weiterbildungen erworben?
- Welche Erkenntnisse gibt es zu den Erfolgen und Risiken der Behandlungen, insbesondere zu solchen Behandlungen, die nicht mittels wissenschaftlich geprüfter und anerkannter psychotherapeutischer Verfahren oder Methoden durchgeführt werden?

2.2.4 Einbindung in das Gesundheitswesen einschließlich wirtschaftlicher Faktoren

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten. Die zur Beantwortung der Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind für den Zeitraum 2017–2022 zu erheben. Die Ergebnisse sind über die sechs Jahre des Erhebungszeitraums gemittelt und jahresbezogen darzustellen.

- Welchen Teil der Behandlungskosten für heilpraktische Behandlungen durch Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie übernehmen private Krankenversicherungen oder die gesetzliche Krankenversicherung, etwa im Rahmen von Satzungsleistungen?
- Wie hoch sind die Kosten für die Behandlungen? Werden den Kostenberechnungen in der Regel freiwillige Gebührenordnungen zugrunde gelegt oder wird die Vergütung für die jeweilige Behandlung eher individuell über den Behandlungsvertrag vereinbart? In welchem Verhältnis stehen die beiden Kostenmodelle? Gibt es weitere Kostenmodelle und wenn ja, welche?
- Wie hoch ist der Umsatz von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie oder Praxen im Schnitt jährlich? Die Ergebnisse sind differenziert nach Beschäftigungsverhältnis darzustellen.
- Wie hoch ist die Zahl der Patientinnen und Patienten im Schnitt, die Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie jährlich aufsuchen?

2.3 Sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie

Das Gutachten soll in Bezug auf die sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie zu folgenden Themenbereichen Stellung nehmen.

2.3.1 Berufsstand

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten. Die zur Beantwortung dieser Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind für den Zeitraum 2017–2022 zu erheben. Die Ergebnisse sind über die sechs Jahre des Erhebungszeitraums gemittelt und jahresbezogen darzustellen.

- Wie ist die Geschlechterverteilung von Personen mit sektoraler Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie (männlich, weiblich, divers)?
- Über welche schulische Vorbildung verfügen Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie?
- Wie viele Jahre praktizieren Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie insgesamt?

2.3.2 Ausbildung, Berufsausübung einschließlich Patientensicherheit

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten.

Block 1 – Ausbildung

Die zur Beantwortung der Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind für den Zeitraum 2017–2022 zu erheben. Die Ergebnisse sind über die sechs Jahre des Erhebungszeitraums gemittelt und jahresbezogen darzustellen.

- Welches Alter haben Personen, die eine sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie anstreben, wenn sie sich der sektoralen Heilpraktikerüberprüfung unterziehen?
- Wie viele Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie verfügen über eine berufliche Vorbildung einschließlich Studium, wenn sie sich der Überprüfung stellen? Welche beruflichen Vorbildungen einschließlich Hochschulischer Abschlüsse sind dies?
- Wie viele Personen, die eine sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie anstreben, haben eine Ausbildung an einer Heilpraktikerschule absolviert, wenn sie sich der Überprüfung stellen?
- Welche durchschnittlichen Kosten entstehen dadurch den Personen, die eine sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie anstreben?
- Wie viele Personen, die eine sektorale Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie anstreben, haben sich im Selbststudium auf die Heilpraktikerüberprüfung vorbereitet? Gibt es Materialien für das Selbststudium und wenn ja, welche und wie hoch sind deren Kosten?

- Welchen Einfluss hat eine Ausbildung an einer Heilpraktikerschule im Vergleich zum Selbststudium auf das Bestehen der sektoralen Heilpraktikerüberprüfung im Bereich der Physiotherapie? Gibt es Unterschiede? Wenn ja, welche?
- Hat die (hoch-)schulische und/oder berufliche Vorbildung Einfluss auf das Bestehen der sektoralen Heilpraktikerüberprüfung im Bereich der Physiotherapie? Wenn ja, welchen?
- Findet in diesem Bereich eine praktische Ausbildung außerhalb der Heilpraktikerschulen statt? Falls ja, wo findet die praktische Ausbildung statt und wie lange dauert sie?
- In welchem Umfang wurde im Erhebungszeitraum 2017–2022 von Fort- und Weiterbildungen Gebrauch gemacht?
- Gibt es Erkenntnisse zur Höhe der Haftpflichtbeiträge für Berufshaftpflichtversicherungen für Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie im Erhebungszeitraum 2017–2022? Wenn ja, welche Beiträge wurden bzw. werden erhoben?
- In welchem Umfang sind gegen Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie seit 2009 berufsbezogene strafrechtliche Ermittlungen eingeleitet worden? Wie oft haben diese Ermittlungen zu Verurteilungen in welchen Delikten geführt?
- In welchem Umfang fanden seit 2009 berufsbezogene zivilrechtliche Verfahren insbesondere im Rahmen des Behandlungsvertragsrechts gegen Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie? Wie oft kommt es zu Entscheidungen zuungunsten der Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie und mit welchen Schadensersatzfolgen?
- Wie viele sektorale Heilpraktikererlaubnisse im Bereich der Physiotherapie wurden im Erhebungszeitraum 2017–2022 widerrufen und mit welcher Begründung?
- Wie, in welcher Form und mit welchen Inhalten werben Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie? Erfolgt im Erhebungszeitraum 2017–2022 Verstöße gegen das Heilmittelwerbe-gesetz und wenn ja, welche?
- Wie oft und in welchen Fällen lehnten Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie im Erhebungszeitraum 2017–2022 eine heilpraktische Behandlung ab und verwiesen die Patientinnen und Patienten in eine (fach-) ärztliche Behandlung?
- Sind die Kontakte von Patientinnen und Patienten zu Personen mit sektoraler Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie über den Erhebungszeitraum 2017–2022 in der Regel einmalig oder dauerhaft? In welchem Verhältnis stehen Einzel- zu Dauerkontakten?
- Welche Behandlungsmethoden wenden Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie an?
- In welchem Umfang sind diese Behandlungsmethoden der wissenschaftlich orientierten Medizin, der Komplementärmedizin oder der Alternativmedizin zuzuordnen?
- Sind die angewendeten Behandlungsmethoden typischerweise Gegenstand der Ausbildung an Heilpraktikerschulen oder im Selbststudium oder werden die erforderlichen Kenntnisse und Fähigkeiten auch im Rahmen von Fort- oder Weiterbildungen erworben?
- Welche Erkenntnisse gibt es zu den Erfolgen und Risiken der Behandlungen, insbesondere bei Anwendung von komplementärmedizinischen oder alternativmedizinischen Methoden im Bereich der Physiotherapie?

Block 2 – Berufsausübung einschließlich Sicherheit der Patientinnen und Patienten

Für Fragestellungen, zu deren Beantwortung repräsentative Daten über einen definierten Zeitraum erhoben werden sollen, sind die Ergebnisse über den Erhebungszeitraum gemittelt und jahresbezogen darzustellen.

- Wie viele Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie üben im Erhebungszeitraum 2017–2022 den sektoralen Heilpraktikerberuf im Bereich der Physiotherapie in welcher Form (Vollzeit/Teilzeit/selbständig/Angestelltenverhältnis/Anbindung an andere Einrichtungen/ nebenberuflich) aus?
- Wie hat sich die Anzahl der niedergelassenen Praxen von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie im Erhebungszeitraum 2017–2022 entwickelt?
- Wie hat sich die Zahl der erteilten sektoralen Heilpraktikererlaubnisse im Bereich der Physiotherapie im Erhebungszeitraum 2017–2022 bundesweit und aufgeschlüsselt nach Bundesländern entwickelt?
- Gibt es im Erhebungszeitraum 2017–2022 Kooperationen zwischen Personen mit sektoraler Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie und weiteren Einrichtungen im Gesundheitswesen? Wenn ja, welche?
- Wie hoch ist der Anteil der Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie, die Mitglied in Berufsverbänden sind und wie hat sich deren Anteil im Erhebungszeitraum 2017–2022 verändert?
- Welche Regelungen für Fort- und Weiterbildungen, Abschluss von Berufshaftpflichtversicherungen sowie zur Berufsausübung stellen die Berufsverbände für ihre Mitglieder mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie auf?

2.3.4 Einbindung in das Gesundheitswesen einschließlich wirtschaftlicher Faktoren

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten. Die zur Beantwortung der Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind für den Zeitraum 2017–2022 zu erheben. Die Ergebnisse sind über die sechs Jahre des Erhebungszeitraums gemittelt und jahresbezogen darzustellen.

- Welchen Teil der Behandlungskosten für heilpraktische Behandlungen durch Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie übernehmen private Krankenversicherungen oder die gesetzliche Krankenversicherung, etwa im Rahmen von Satzungsleistungen?
- Wie hoch sind die Kosten für die Behandlung? Werden den Kostenberechnungen in der Regel freiwillige Gebührenordnungen zugrunde gelegt oder wird die Vergütung für die jeweilige Behandlung eher individuell über den Behandlungsvertrag vereinbart? In welchem Verhältnis stehen die beiden Kostenmodelle? Gibt es weitere Kostenmodelle und wenn ja, welche?
- Wie hoch ist der Umsatz von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie oder Praxen im Schnitt jährlich? Die Ergebnisse sind differenziert nach Beschäftigungsverhältnis darzustellen.
- Wie hoch ist die Zahl der Patientinnen und Patienten im Schnitt, die Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie jährlich aufsuchen?

2.3.3 Therapiemethoden

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten. Die zur Beantwortung der Fragestellungen erforderlichen repräsentativen Daten sind für den Stichtag 31.12.2022 zu erheben. Stehen für den vorgegebenen Stichtag nur unzureichende Datenmengen zur Verfügung, ist der früheste zurückliegende Zeitpunkt zu wählen, zu dem aussagekräftige Daten verfügbar sind.

3 Los 2 – Patientinnen und Patienten

Los 2 umfasst Fragestellungen, die die Nutzerinnen und Nutzer von (sektoralen) heilpraktischen Behandlungsangeboten aktuell („Ist-Zustand“) und repräsentativ charakterisieren sollen. Die zur Beantwortung der Fragestellungen unter Los 2 erforderlichen repräsentativen Daten sind mittels Befragungen von Patientinnen und Patienten von Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern und von Personen mit sektoralen Heilpraktikererlaubnissen in den Bereichen der Physiotherapie und der Psychotherapie zu erheben.

3.1 Patientinnen und Patienten von Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten.

- Welches Alter und Geschlecht (männlich, weiblich, divers) sowie welchen Bildungsgrad haben Patientinnen und Patienten von Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern?
- Welche Krankheitsbilder liegen bei den Patientinnen und Patienten von Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern in der Regel vor?
- Wie hoch ist der Anteil von Patientinnen und Patienten von Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern, die
 - gleichzeitig in ärztlicher Behandlung sind,
 - in ärztlicher Behandlung waren und bei denen die kurativen Behandlungsmethoden erschöpft sind,
 - eine ärztliche Behandlung grundsätzlich ablehnen?
- Unterscheidet sich dies nach Krankheitsbildern?
- Welche Erkenntnisse gibt es zu den Gründen, aus denen Patientinnen und Patienten sich in eine heilpraktische Behandlung begeben?
- Über welche Kenntnisse verfügen Patientinnen und Patienten zu den Befugnissen, dem Ausbildungsgrad und den Berufsvoraussetzungen von Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern?
- Wie bewerten die Patientinnen und Patienten die heilpraktische Behandlung als solche und wie den Behandlungserfolg?
- Wie gehen Patientinnen und Patienten mit erfolglosen Behandlungsversuchen um?

3.2 Patientinnen und Patienten von Personen mit sektoraler Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten.

- Welches Alter und Geschlecht (männlich, weiblich, divers) sowie welchen Bildungsgrad haben Patientinnen und Patienten von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie?
- Welche Krankheitsbilder liegen bei den Patientinnen und Patienten von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie in der Regel vor?
- Wie hoch ist der Anteil von Patientinnen und Patienten von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie, die
 - gleichzeitig in ärztlicher/psychotherapeutischer Behandlung sind,
 - in ärztlicher/psychotherapeutischer Behandlung waren,
 - eine ärztliche/psychotherapeutische Behandlung grundsätzlich ablehnen?
- Unterscheidet sich dies nach Krankheitsbildern?
- Welche Erkenntnisse gibt es zu den Gründen, aus denen Patientinnen und Patienten sich in die Behandlung von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie begeben?
- Über welche Kenntnisse verfügen Patientinnen und Patienten zu den Befugnissen, dem Ausbildungsgrad und den Berufsvoraussetzungen von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie?
- Wie bewerten die Patientinnen und Patienten die Behandlung durch Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Psychotherapie als solche und wie den Behandlungserfolg?
- Wie gehen Patientinnen und Patienten mit erfolglosen Behandlungsversuchen um?

3.3 Patientinnen und Patienten von Personen mit sektoraler Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie

In dem Themenbereich sind folgende Fragen zu beantworten.


- Welches Alter und Geschlecht (männlich, weiblich, divers) sowie welchen Bildungsgrad haben Patientinnen und Patienten von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie?
- Welche Krankheitsbilder liegen bei den Patientinnen und Patienten von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie in der Regel vor?

- Wie hoch ist der Anteil von Patientinnen und Patienten von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie, die
 - gleichzeitig in ärztlicher/physiotherapeutischer Behandlung sind,
 - in ärztlicher/physiotherapeutischer Behandlung waren und bei denen die kurativen Behandlungsmethoden erschöpft sind,
 - eine ärztliche/physiotherapeutische Behandlung grundsätzlich ablehnen?
- Unterscheidet sich dies nach Krankheitsbildern?
- Welche Erkenntnisse gibt es zu den Gründen, aus denen Patientinnen und Patienten sich in die Behandlung von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie begeben?
- Über welche Kenntnisse verfügen Patientinnen und Patienten zu den Befugnissen, dem Ausbildungsgrad und den Berufsvoraussetzungen von Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie?
- Wie bewerten die Patientinnen und Patienten die Behandlung durch Personen mit einer sektoralen Heilpraktikererlaubnis im Bereich der Physiotherapie als solche und wie den Behandlungserfolg?
- Wie gehen Patientinnen und Patienten mit erfolglosen Behandlungsversuchen um?

Auszug aus den Eignungskriterien (Anlage C der Angebotsunterlagen)

Durch die Referenzen sollen folgende Gesichtspunkte nachgewiesen sein:

- Fundiertes Fachwissen zum deutschen Gesundheitssystem und/oder zum deutschen Heilpraktikerwesen und den jeweiligen Rechtsgrundlagen,
- Angewandte methodische Kenntnisse der Empirie und Statistik mit Bezug zu Fragestellungen des deutschen Gesundheitswesens,
- Erfahrungen in der Organisation von gesundheitswissenschaftlichen/-politischen Befragungen auf nationaler Ebene,
- Kompetenzen in der Planung, Durchführung und Auswertung von Befragungen,
- Expertise in der Erstellung und Analyse von Befragungsinstrumenten.



Abmahnung erhalten – Was nun?

Sie sind Heilpraktikerin oder Heilpraktiker, haben eine Abmahnung eines Wettbewerbsverbandes erhalten und fragen sich, wie Sie hierauf reagieren können? In diesem Artikel werden die rechtlichen Hintergründe einer Abmahnung erklärt und Ihnen wichtige Hinweise für den richtigen Umgang mit einer Abmahnung gegeben. **Wichtig: Dieser Artikel beruht auf der Annahme, dass die Abmahnung – wie in der Praxis oft der Fall – berechtigt ist. Gegen unberechtigte Abmahnungen sollten Sie sich anwaltlich zur Wehr setzen. Um dies zu beurteilen, sollten Sie auch nach der Lektüre dieses Artikels im Falle einer Abmahnung stets eine anwaltliche Beratung in Anspruch nehmen und den Fall nicht „auf eigene Faust“ lösen.**

Was ist eine Abmahnung?

Das Gesetz gegen den unlauteren Wettbewerb (UWG) sieht vor, dass eine Person (z.B. ein Heilpraktiker), die eine unzulässige geschäftliche Handlung vornimmt (z.B. in unzulässiger Weise wirbt), vor der Einleitung eines wettbewerbsrechtlichen Gerichtsverfahrens abgemahnt werden soll. Hierdurch soll der Betroffene die Möglichkeit erhalten, durch die Abgabe einer strafbewehrten Unterlassungserklärung einen Gerichtsprozess und die hiermit verbundenen Kosten zu vermeiden. Diese Systematik entspricht dem gesamten Wettbewerbsrecht und ist nicht auf die Heilmittelwerbung oder Heilpraktiker*innen beschränkt.

Der einschlägige § 13 Abs. 1 UWG lautet:

„Die zur Geltendmachung eines Unterlassungsanspruchs Berechtigten sollen den Schuldner vor der Einleitung eines gerichtlichen Verfahrens abmahnen und ihm Gelegenheit geben, den Streit durch Abgabe einer mit einer angemessenen Vertragsstrafe bewehrten Unterlassungsverpflichtung beizulegen.“

Wer darf eine Abmahnung aussprechen?

Wichtig ist: Nicht jede Person darf eine Abmahnung aussprechen. Die betreffenden Ansprüche dürfen gemäß § 8 Abs. 3 UWG von konkreten Mitbewerbern und den Industrie- und Handelskammern oder den Handwerkskammern geltend gemacht werden. Ein konkreter Mitbewerber ist, wer gleiche oder ähnliche Waren oder Dienstleistungen in nicht unerheblichem Maße und nicht nur gelegentlich vertreibt oder nachfragt wie der Abgemahnte. Hier wäre vorrangig an andere Heilpraktiker*innen oder andere Gesundheitsberufe zu denken. Diese Art der Abmahnung ist in Bezug auf Heilpraktiker*innen jedoch selten.

Wesentlich praxisrelevanter sind für Heilpraktiker*innen Abmahnungen durch Wettbewerbsvereine, Verbraucherverbände oder auch Ärzte- und Psychotherapeutenkammern. Formal ist zwischen Verbänden zur Förderung gewerblicher oder selbstständiger beruflicher Interessen (sog. Wettbewerbsvereine, § 8 Abs. 3 Nr. 2 UWG) und Verbänden für Verbraucheraufklärung und -beratung (Verbraucherschutzverbän-

de, § 8 Abs. 3 Nr. 3 UWG) zu unterscheiden. Die Vereine müssen jeweils gewisse gesetzliche Voraussetzungen erfüllen, um eine Abmahnung aussprechen zu dürfen. Bei den „bekanntem“ Verbänden ist dies in der Regel der Fall.

Bekannt sind beispielsweise folgende Vereinigungen:

- Verband Sozialer Wettbewerb, e.V., Berlin
- Zentrale zur Bekämpfung unlauteren Wettbewerbs, Frankfurt am Main e.V. (Wettbewerbszentrale),
- Arbeitsgemeinschaft Wettbewerb für den selbstständigen Mittelstand e.V. (AGW),
- Deutscher Konsumentenbund e.V. (wird Teil des Netzwerks EuroConsum).

Bei Abmahnungen dieser Verbände gilt: Sie sollten deren Abmahnungen nicht als Abzocke, Betrug oder unberechtigte Massenabmahnung ignorieren. Es handelt sich um professionelle Wettbewerbsverbände, die die Ansprüche konsequent (ggfs. auch gerichtlich) weiterverfolgen. Es ist eine aktive Auseinandersetzung mit der Abmah-

prüft werden. Die Kosten einer – in Bezug auf Heilpraktiker eher selten zu beobachtenden – anwaltlichen Abmahnung können wesentlich höher ausfallen. Der Abmahner kann Ersatz seiner Anwaltskosten beanspruchen. (ca. bis zu 2.000 €)

Soweit die Abmahnung jedoch unberechtigt war oder nicht den gesetzlichen Anforderungen entsprach, ist der Abgemahnte nicht verpflichtet diese Kosten zu bezahlen; er hat dann sogar selbst gegen den Abmahnenden einen Anspruch auf Ersatz der für seine eigene Rechtsverteidigung erforderlichen Aufwendungen. Dieser ist allerdings beschränkt auf die Höhe des Aufwendungsersatzanspruchs, den der Abmahnende geltend gemacht hat.

Welche Art von Verstößen wird abgemahnt?

Im Bereich der gesundheitsbezogenen Werbung werden oftmals Verstöße von Heilpraktikern und Heilpraktikerinnen gegen das sogenannte heilmittelwerbrechtliche

sehr hohe Erfolgsaussichten für eine erfolgreiche Abmahnung bestehen. Bei grundsätzlichen Verstößen, wie z.B. einer rechtswidrigen Berufsbezeichnung, können die Verbände durch eine Vielzahl von gleichlautenden bzw. ähnlichen Abmahnungen Synergieeffekte erzielen. In Einzelfällen kann es einem der Verbände auch um die Klärung von Grundsatzfragen gehen.

Ist die Abgabe einer Unterlassungserklärung bei einer berechtigten Abmahnung sinnvoll?

Abmahnungen von Verbänden sind inhaltlich oftmals berechtigt. Nach der gesetzlichen Logik müsste der Abgemahnte deshalb eine Unterlassungserklärung abgeben, um einen Rechtsstreit zu vermeiden. Hierzu kann er die vom Abmahner geforderte Unterlassungserklärung abgeben oder diese zuvor noch – in engen Grenzen – zu seinen Gunsten ändern. Im zweiten Fall spricht man von einer „modifizierten“ Unterlassungserklärung. Dies ist rechtlich äußerst

ABMAHNU

nung sowie deren sorgfältige Prüfung erforderlich.

Wie „teuer“ ist eine berechtigte Abmahnung?

Im Bereich des Heilmittelwerblichkeits kommt es zu einer Vielzahl von Abmahnungen. Unter anderem auch deshalb, weil der Abgemahnte dem Abmahner grundsätzlich die Kosten einer berechtigten und den gesetzlichen Anforderungen aus § 13 Abs. 2 UWG entsprechenden Abmahnung zu erstatten hat. Das Gesetz sieht in § 13 Abs. 4 UWG gewisse Ausnahmen vor, die hier nicht vertieft werden können. Wettbewerbsverbände beanspruchen eine Kostenpauschale von ca. 250 € bis 500 €; deren Angemessenheit kann gerichtlich über-

Irreführungsverbot, die Health-Claim-Verordnung oder die absoluten Werbeverbote des § 12 HWG ausgesprochen (insbesondere im Falle einer Werbung für die Behandlung von Sucht-/Krebserkrankungen). Zudem sind unzulässige berufliche Bezeichnungen, wie z.B. „Psychotherapeut HeilprG“ oft Gegenstand einer Abmahnung.

Sie sollten sich mit diesen rechtlichen Vorgaben und deren Umsetzung auf Ihrer Internetpräsenz intensiv befassen, um Abmahnungen zu vermeiden. Weitere Informationen zu diesen rechtlichen Vorgaben erhalten Sie unter anderem auf heilpraktikerrecht.com.

Verbände mahnen meist offensichtliche – evidente – Verstöße ab, bei denen für sie

anspruchsvoll, oft werden Einschränkungen von den Verbänden zurückgewiesen.

Die Unterlassungserklärung ist grundsätzlich die einzige Möglichkeit, ein prozessuales Verfahren sicher zu vermeiden. Ihr Vorteil liegt in der Vermeidung von Prozesskosten und der schnellen Beilegung der Angelegenheit. Es fallen neben der Kosten erstattung nur die eigenen Beratungskosten an. Verbände legen ihren Abmahnschreiben in der Regel bereits eine vorformulierte Unterlassungserklärung bei. Es ist deshalb für den Betroffenen verlockend, die Angelegenheit scheinbar „günstig“ und „schnell“ beizulegen. Die Erklärung wird aufgrund der von den Verbänden sehr kurz gesetzten Fristen teilweise vorschnell unterzeichnet und unbedacht zurückge-

schickt. Dies erzeugt jedoch ein hohes Risiko und kann einen gravierenden Nachteil mit sich bringen.

Eine Unterlassungserklärung räumt die Wiederholungsgefahr nur dann aus, sofern sie mit einem angemessenen Vertragsstrafenversprechen **zugunsten des Abmahners** verknüpft ist (strafbewehrte Unterlassungserklärung). Verstößt der Heilpraktiker gegen die Pflichten aus der Unterlassungserklärung kann der Abmahner eine Vertragsstrafe von ihm beanspruchen. Deren Höhe richtet sich nach den Angaben in der Unterlassungserklärung. Oftmals ist dort von einer „angemessenen“ Vertragsstrafe die Rede. Dies sollte keinesfalls unterschätzt werden, je nach Art und Ausmaß eines Verstoßes können auch Beträge von 3.000 € bis 5.000 € „angemessen“ sein. Zudem ist die Vertragsstrafe oftmals pro Verstoß zu zahlen, z.B. bei drei schuldhaften Folgeverstößen in dreifacher Höhe.

Eine strafbewehrte Unterlassungserklärung sollte deshalb nur dann abgegeben werden, wenn der Abgemahnte sich **absolut** sicher



sein kann, dass er nicht gegen deren Vorgaben verstößt. Genau dies führt zu großen Herausforderungen.

In der Abmahnung werden grundsätzlich kurze Fristen gesetzt. Die Unterlassungserklärung soll oftmals innerhalb weniger Tage abgegeben werden. Bis zum Zeitpunkt der Abgabe muss der Abgemahnte seinen Verstoß vollumfänglich beseitigen, um keine Vertragsstrafe zu riskieren. Dies ist in Zeiten von Internetwerbung, Einträgen in Online-Portalen oder Archiven von Suchmaschinenbetreibern (z.B. Google-Cache) ein äußerst anspruchsvolles Vorhaben.

Es reicht oft nicht aus, lediglich die in der Abmahnung genannten Stellen zu ändern oder die Homepage zu deaktivieren. Denn

dem Abgemahnten können auch fremde Veröffentlichungen/Einträge zugerechnet werden, wenn ihm diese wirtschaftlich zugutekommen. Leider sind die Grenzen sehr unscharf. Der Abgemahnte sollte deshalb die einschlägigen Online-Portale und Printverzeichnisse daraufhin überprüfen, ob diese möglicherweise die rechtswidrigen Ausführungen übernommen haben. Sofern er hiermit rechnen musste, können ihm diese Veröffentlichungen im Rahmen des Zumutbaren zugerechnet werden. In jedem Fall sollte der Abgemahnte Tätigkeiten entfalten, um solche Drittverstöße zu unterbinden und diese Maßnahmen dokumentieren. Zudem sollte auch ein Antrag auf Löschung des Google-Caches gestellt werden; möglicherweise gilt diese Pflicht auch für weitere Suchmaschinen, wie Bing. Auch in Google-Vorschautexten darf eine rechtswidrige Bezeichnung möglichst nicht mehr angezeigt werden.

Der Abgemahnte kann ferner verpflichtet sein, bereits verteilte Werbemittel (wie z.B. Werbeflyer oder Visitenkarten) mit rechtswidrigen Inhalten zurückzurufen.

In der Praxis bereiten diese Anforderungen oftmals erhebliche Probleme, sie stellen unter dem enormen Zeitdruck ein erhebliches Risiko dar. Abmahner sind meist technisch gut beraten und können auch solche Verstöße ausfindig machen, die der Abgemahnte als technischer Laie möglicherweise übersehen hat. Dieser Punkt kann beispielsweise bei einer Unterlassungserklärung in Bezug auf die Nicht-Verwendung eines Lichtbilds/Fotos zu sehr unangenehmen Überraschungen führen.

Ein Vertragsstrafenversprechen bildet für den Abmahner einen finanziellen Anreiz, die Aktivitäten des Abgemahnten zukünftig zu beobachten. Insbesondere bei Wettbewerbsverstößen im Internet ist es äußerst aufwändig, Verstöße mit absoluter Gewissheit auszuschließen und zu garantieren, dass der aktuelle Verstoß vollständig beseitigt wurde.

Hinzu kommt: Ein Verstoß gegen eine Unterlassungserklärung löst sowohl Ansprüche auf eine Vertragsstrafe zugunsten des Abmahners als auch erneute gesetzliche Unterlassungsansprüche aus. Bei einem weiteren Verstoß kann nochmals eine Abmahnung ausgesprochen und eine zweite strafbewehrte Unterlassungserklärung gefordert werden. Die Kosten der zweiten berechtigten Abmahnung sind ebenfalls vom Abgemahnten zu tragen. Dieses „worst case Szenario“ sollte zwingend vermieden werden.

Welche Inhalte Ihnen in Bezug auf die Vorgaben einer Unterlassungserklärung genau zugerechnet werden können, ist pauschal schwer zu bestimmen. Während Gerichte bereits entschieden haben, dass Abgemahnte für verbleibende Verstöße im Cache einer Suchmaschine haften können, sind diesbezüglichen Entscheidungen für sogenannte Internetarchive (z.B. Wayback Machine) eher unwahrscheinlich, jedoch auch nicht ausgeschlossen. Selbst bei simplen Rechtsverstößen wie einer unzulässigen Berufsbezeichnung kann aufgrund der Verbreitung dieser Inhalte ein hohes Risiko bestehen.

Die Abgabe einer strafbewehrten Unterlassungserklärung kann somit einerseits eine kurzfristig kostengünstige Lösung sein, sie ruft andererseits jedoch erhebliche Risiken hervor. Sie kann zu erheblichen wirtschaftlichen Nachteilen führen. Eine strafbewehrte Unterlassungserklärung sollte nur dann in Betracht gezogen werden, wenn die Beseitigung des Rechtsverstößes sichergestellt ist und Folgeverstöße mit Gewissheit ausgeschlossen werden können. Hinsichtlich der problematischen Zurechnung von Fremdinhalten kann eine Einigung mit dem Abmahner angestrebt werden. Während einige Verbände entsprechende Einschränkungen von Unterlassungserklärungen akzeptieren, lehnen andere diese kategorisch ab. Es bedarf deshalb stets einer individuellen anwaltlichen Abstimmung mit dem Abmahner, um die jeweiligen Chancen und Risiken der Vorgehensweise abzuwägen.

Bestehen Alternativen zur Unterlassungserklärung? – Die prozessuale Vorgehensweise

Lässt sich ein Folgeverstoß nicht gänzlich ausschließen und ist der Abmahner weder zu Einschränkungen der Unterlassungserklärung noch zu einer Fristverlängerung bereit, ist eine Alternative in Betracht zu ziehen. Die Verbände verfolgen ihrer Ansprüche konsequent und werden die Abmahnung nicht „auf sich beruhen lassen“, auch nicht dann, wenn der Abgemahnte die Kosten erstattet und den Verstoß beseitigt.

Vielmehr wird der Verband seine Ansprüche gerichtlich geltend machen. Teils erfolgt dies zeitnah im Wege einer einstweiligen Verfügung, teils wird ein reguläres „Hauptsacheverfahren“ eingeleitet. Dies verursacht sowohl Gerichts- als auch höhere Anwaltskosten.

Diese Lösung hat allerdings einen wichtigen Vorteil: Der gerichtlich gegen den Abgemahnten erwirkte Titel (Urteil/Be-

schluss) enthält kein Vertragsstrafenversprechen zugunsten des Abmahners. Er wird zwar – wie bei einer Unterlassungserklärung – dazu verurteilt, den Verstoß zu unterlassen, ihm droht jedoch bei weiteren Verstößen keine Vertragsstrafe zugunsten des Abmahners. Sofern er gegen die Entscheidung verstößt, kann als Sanktion ein Ordnungsgeld **zugunsten der Staatskasse** festgesetzt werden. Hierzu ist ein Antrag des Abmahners bei Gericht und ein entsprechendes Gerichtsverfahren erforderlich. Eine weitere Abmahnung aufgrund des erneuten Verstoßes droht nicht.

Ein weiterer Vorteil dieser Lösung liegt im Zeitfaktor. Während der Abgemahnte die Unterlassungserklärung innerhalb weniger Tage abgeben muss, beansprucht ein gerichtlicher Titel in der Regel mindestens ca. 2 Wochen im Falle einer einstweiligen Verfügung und mehrere Monate im Falle eines regulären Hauptsacheverfahrens. Der Abgemahnte kann diese gewonnene Zeit nutzen, um weitere Verstöße ausfindig zu machen und diese zu beseitigen. Das Ordnungsgeld kann erst nach Zustellung des Titels festgesetzt werden. Eine Vertragsstrafe droht grundsätzlich bereits ab dem Zeitpunkt der Annahme der Unterlassungserklärung durch den Abmahner.

Das drohende Ordnungsgeld zugunsten der Staatskasse bildet für den Abmahnenenden – im Gegensatz zur Vertragsstrafe – nur einen geringen finanziellen Anreiz, das Handeln des Abgemahnten weiterhin zu beobachten. Das Verfolgungsinteresse wird reduziert. Wichtig ist jedoch auch hier: Der Abgemahnte muss die gerichtliche Entscheidung sehr ernstnehmen und die untersagten Aussagen umfassend entfernen. Auch hier können – wie oben aufgezeigt – fremde Inhalte zugerechnet werden. Deshalb ist auch bei diesem Vorgehen eine rechtliche und technische Beratung erforderlich. Wichtig: Der Vorteil der prozessualen Vorgehensweise liegt in der Reduzie-

rung des Verfolgungsinteresses und der gewonnenen Zeit zur Behebung des Verstoßes. Die Anforderungen an die Beseitigung des Verstoßes sind hingegen grundsätzlich gleich. Die prozessuale Vorgehensweise ist mit deutlichen Mehrkosten verbunden; dieser Nachteil kann nur durch die aufgezeigten Vorteile aufgewogen werden. Es bedarf hier stets einer individuellen rechtlichen Beratung durch einen wettbewerbsrechtlich erfahrenen Rechtsanwalt.

Sofern dieser prozessuale Weg gewählt wird, steht eine möglichst kostengünstige und zeitnahe Beendigung des Klageverfahrens im Vordergrund. Gegebenenfalls kann mit dem Abmahner das prozessuale Vorgehen (z.B. die Beantragung einer einstweiligen Verfügung) abgestimmt werden. Sofern dieser eine einstweilige Verfügung erwirkt, ist dies in der Regel die günstigste prozessuale Konstellation. Aufgrund der fehlenden Erfolgsaussichten sind kosten-

auslösende Maßnahmen (wie z.B. ein Gerichtstermin) möglichst zu vermeiden. Zudem muss sichergestellt sein, dass man das Verfahren nicht „versehentlich“ in der ersten Instanz gewinnt und durch ein berechtigtes Berufungsverfahren hohe Kosten hervorruft.

Darüber hinaus bestehen weitere Strategien zur Reaktion auf eine Abmahnung. Wichtig ist eine intensive Erörterung der (außer)gerichtlichen Vergleichsmöglichkeiten mit dem Abmahner. Hier können der Umfang der beanspruchten Unterlassung und mögliche Alternativen besprochen werden. Welches Vorgehen im Einzelfall sinnvoll ist, kann nur nach einer eingehenden Überprüfung der einzelnen Abmahnung individuell beurteilt werden.

*Dr. René Sasse
Rechtsanwalt*



Abmahnung erhalten – Was sollte ich als erstes tun?

Abmahnungen können zu schweren finanziellen Nachteilen führen. Dennoch sollten Sie Ruhe bewahren. Eine vorschnell und unbedacht abgegebene Unterlassungserklärung kann Vertragsstrafenforderungen in fünfstelliger Höhe nach sich ziehen. Wenden Sie sich deshalb für eine Erstberatung an einen wettbewerbsrechtlich erfahrenen Anwalt. Dieser wird Sie über die hier aufgezeigten Möglichkeiten eingehend informieren und prüfen, wie in Ihrem Einzelfall am besten vorzugehen ist.

Was sollte ich noch beachten?

Zumeist ist es sinnvoll, begleitend eine umfassende rechtliche Kontrolle Ihrer Internetauftrittspräsenz vorzunehmen. Dies gilt insbesondere vor Abgabe einer modifizierten Unterlassungserklärung oder der Zustellung eines Unterlassungstitels. Durch eine solche Überprüfung wird sichergestellt, dass Verstöße gegen die Unterlassungsverpflichtung ausgeschlossen sind. Hierdurch können Ordnungsgelder, Vertragsstrafen und weitere Abmahnungen aus anderen Gründen vermieden werden.

Drohen weitere Sanktionen?

Die abgemahnten Verstöße können auch strafrechtlich oder berufsrechtlich relevant sein. Es steht den abmahnenden Verbänden frei, Strafanzeige zu stellen oder die Gesundheitsämter zu informieren. Es sind zwar strafrechtliche und berufsrechtliche Sanktionen möglich, deren Bedeutung ist bislang in der Praxis jedoch gering. Zudem haben Betroffene keine Möglichkeit, auf die Entscheidung des Verbandes einzuwirken. Selbst wenn unverzüglich sämtliche Forderungen erfüllt werden, kann der Verband diese Maßnahmen einleiten.

Heilpraktikergesetz: Sprachliche Bereinigung geplant

Bundesjustizminister Marco Buschmann (FDP) hat in einem Schreiben an verschiedene Ministerien dazu aufgefordert, zehn Gesetze und zwölf Rechtsverordnungen auf etwaige Bereinigungserfordernisse hin zu prüfen und gegebenenfalls in Rechtsbereinigungsgesetzen zu bereinigen. Insbesondere geht es um sog. „reichsrechtliche Begriffe“.

Auf der Liste des Justizministeriums stehen u.a. das Gesetz des Deutschen Sparkassen- und Giroverbandes von 1933, die Verordnung über öffentliche Spielbanken von 1938, die „Verordnung über die Steuerbegünstigung von Stiftungen“ und das Gesetz zur Ausübung der Heilkunde (Heilpraktikergesetz) von 1939.

(Quelle: FAZ)

Bereits in der letzten Legislaturperiode wurde dies vom damaligen Antisemitismusbeauftragten der CDU/SPD-Bundesregierung Felix Klein eingefordert und teilweise umgesetzt.

Unser Kommentar: Wenn es um eine reine Namensbereinigung geht, ist absolut nichts dagegen einzuwenden. Einiges wurde ja auch in unserem Interesse bereits 2016 angepasst, z.B. in der Durchführungsverordnung zum Heilpraktikergesetz: Der Begriff Volksgesundheit wurde ersetzt durch „Gesundheit der Bevölkerung oder für die ihn aufsuchenden Patientinnen und Patienten“. Da das Bundesgesundheitsministerium gerade erst ein empirisches Gutachten zum Heilpraktikerwesen auf den Weg gebracht hat, sind grundlegende Änderungen derzeit nicht wahrscheinlich.

Wir werden wachsam bleiben und das Vorhaben einer sprachlichen Anpassung in jedem Fall konstruktiv begleiten.

Am 26.06.2022 verstarb unser Mitglied und langjähriger Regionalgruppenleiter für Dresden

Bernd Steffin, Heilpraktiker

im Alter von 81 Jahren.

Im Jahre 1941 geboren, gehörte Bernd Steffin zu der Generation, die im 2. Weltkrieg geboren wurde und aufwuchs in einer Zeit des Krieges und der unmittelbaren Nachkriegszeit. Er erlebte die Zeit in der DDR und den Mauerfall 1989.

Im wiedervereinigten Deutschland erhielt er am 20.07.1993 vom Ordnungsamt der Landeshauptstadt Dresden seine Heilpraktiker-Erlaubnis. Unserem Verband trat er 1998 bei. Er betreute bis zur Schließung das Schulungszentrum in Dresden und leitete die Regionalgruppe Dresden. Neben seiner Praxis in der Gustav-Adolf-Str. war er als Dozent an einer Heilpraktikerschule tätig und hat viele Kolleginnen und Kollegen zur Überprüfung geführt.

Bernd Steffin wird uns in freundschaftlicher und ehrentvoller Erinnerung bleiben.

Am 22.01.2023 verstarb unser Mitglied und langjähriger Kassenprüfer unseres Vereins

Hans-Jürgen Breyer, Heilpraktiker

im Alter von 83 Jahren.

1940 geboren, wurde er 1994 zunächst als HPA Mitglied unseres Verbandes. Die Heilpraktiker-Erlaubnis erhielt er am 23.01.2004 vom Oberbürgermeister, Fachbereich Ordnung der Stadt Krefeld, seine Praxis führte er bis 2020 in Bochum. Bis 2015 begleitete er unseren Verband als Kassenprüfer und stand auch danach als Ratgeber zur Verfügung.

Hans-Jürgen Breyer wird uns in kollegialer und ehrentvoller Erinnerung bleiben.

Wir müssen an dieser Stelle die traurige Mitteilung machen, dass unsere sehr geschätzte Mitarbeiterin und Kollegin

Elisabeth Sarembe

am 11.03.2023 vollkommen unerwartet verstorben ist. Zu Lebzeiten hat Sie den Wunsch geäußert, einstmals im Schutze eines Baumes zur ewigen Ruhe zu kommen. Diesem Wunsch wurde entsprochen.

Vorstand Freie Heilpraktiker e.V. und die Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle in Düsseldorf

UNSERE VERANSTALTUNGEN VON MAI BIS JUNI 2023

03.05.2023	„Gegen jegliche Erkrankung ist ein Kräutlein gewachsen“ – Phytotherapie in der Naturheilpraxis	Manfred Haferanke, Heilpraktiker	Online Seminar	Web405323
06.05.2023	GebüH – Vermeidung und Lösung von Abrechnungsproblemen	Cynthia Roosen, Heilpraktikerin	Online Seminar	Web366123
06.05.2023	Notfallmedizin – Auffrischung	Bernd Fritz, Heilpraktiker	FH Präsenz-Seminar	392523
06.05.2023	Ortho-Bionomy® – Kurs 7 Phase 4 und 5 (Aufbaukurs)	Dr. med. Hans-Ulrich Wegner, Arzt	FH Präsenz-Seminar	337923
13.05.2023	Die Zunge als Gradmesser der Gesundheit – Spiegel von Intestinum und Mikrobiom (Hybridveranstaltung)	Claudia Sinclair, Heilpraktikerin	FH Präsenz-Seminar oder Online Hybrid-Seminar	Web406023
13.05.2023	Gua Sha Fa	Cynthia Roosen, Heilpraktikerin Qigong-Lehrerin	FH Präsenz-Seminar	401923
13.05.2023	Blutegeltherapie in Theorie und Praxis	Claudia Dalhaus, Heilpraktikerin	FH Präsenz-Seminar	395723
24.05.2023	Naturheilkundliche Möglichkeiten zur Senkung erhöhter Cholesterinwerte	Ploss, Oliver Dr. rer. nat., Heilpraktiker und Apotheker	Online Seminar	Web05/23
01.06.2023	Schilddrüsenerkrankungen mit Knospen behandeln	Claudia Sinclair, Heilpraktikerin	Online Seminar	Web24/23
03.06.2023	Phytotherapie Intensivausbildung Teil 3 – Präsenzveranstaltung	Claudia Sinclair, Heilpraktikerin	FH Präsenz-Seminar in Berlin	405723
03.06.2023	Nieren Qi Gong – aus dem System des Daoyin Yangshang Gong	Manfred Büchner, Qigong- und Taiji-Lehrer	FH Präsenz-Seminar	380723
14.06.2023	Die nichtalkoholische Fettleber (NAFL)	Wulf Hufen-Kemper, Heilpraktiker	Online Seminar	Web/AK-SAU06/23
17.06.2023	Psyche und Soma der großen Organsysteme – Herz (Teil 2)	Markus Engel, Heilpraktiker	Online Seminar	Web404823
17.06.2023	Ohrakupunktur Ergänzung mit den 8 außergewöhnlichen Meridianen „Ling gui ba Fa“	Rainer Guck, Heilpraktiker	FH Präsenz-Seminar	395323
17.06.2023	Exkursion zu den Wirkungsstätten der heiligen Hildegard von Bingen – Tagesausflug nach Bingen und zum Disibodenberg	Bernd Fritz, Heilpraktiker	FH Exkursion	390323
17.06.2023	TRAGER® – Die Ganzheitliche Körpertherapie zum Kennenlernen/Tanzende Wirbelsäule, lebendiger Brustkorb	Petra Feldbinder, Heilpraktikerin	FH Präsenz-Seminar	404523
25.06.2023	Ortho-Bionomy® – Kurs 3 Phase 4	Sada Hilde Bist, Heilpraktikerin, Dagmar Müsch, Heilpraktikerin	FH Präsenz-Seminar	398323
23.06.2023	Beginn der Sommerferien NRW			

UNSERE VERANSTALTUNGEN IM AUGUST 2023

12.08.2023	Ohrakupunktur	Rainer Guck, Heilpraktiker	FH Präsenz-Seminar	P 261023
12.08.2023	Grundlagen des Hormonsystems	Juliane Miorin-Bellermann, Heilpraktikerin	Online Seminar	Web406223
16.08.2023	Naturheilkundliche Therapiekonzepte bei Augenerkrankungen!	Dr. rer. nat. Oliver Ploss, Heilpraktiker und Apotheker	Online Seminar	Web/ AKHN08/23
19.08.2023	Ortho-Bionomy® – Workshop	Sada Hilde Bist, Heilpraktikerin, Dagmar Müsch, Heilpraktikerin	FH Präsenz-Seminar	386923
19.08.2023	Psyche und Soma der großen Organsysteme – Niere (Teil 3)	Markus Engel, Heilpraktiker	Online Seminar	Web404923
22.08.2023	Herz-Kreislaufbeschwerden	Matthias Mertler, Heilpraktiker	Online Seminar	Web11/23
26.08.2023	TRAGER® – Die Ganzheitliche Körpertherapie zum Kennenlernen/Entspannte Schultern, gelöster Nacken	Petra Feldbinder, Heilpraktikerin	FH Präsenz-Seminar	404623
30.08.2023	Die Schilddrüse homöopathisch behandeln	Manfred Haferanke, Heilpraktiker	Online-Seminar	Web400423

Hamburg, Dresden, Köln, München, Freiburg:

In vielen Bundesländern und Städten bieten wir über unsere Regionalgruppen und Kooperationspartner Fortbildungsveranstaltungen und Seminare an. Um einen Überblick für Ihre Region zu bekommen, empfehlen wir Ihnen unsere Homepage. Dort können Sie unter folgenden Adressen erfahren wo, wann und zu welchem Thema, eine Regionalgruppenveranstaltung stattfindet und welche Kooperationspartner vor Ort sind: Bitte nutzen Sie den vorgegebenen Link, oder scannen Sie den entsprechenden QR Code.

Es ist möglich über die jeweiligen Seiten zu sehen ob für die gewünschte Fortbildung Plätze zur Verfügung stehen.

Aus aktuellen Gründen werden wir bei der möglichen Durchführung der Veranstaltung auf die aktuellen Vorgaben/Regelungen je Bundesland im Umgang mit der Corona Pandemie achten. Mit der Teilnahme erklären Sie sich bereit diese einzuhalten.

REGIONAL-GRUPPEN:

<https://freieheilpraktiker.com/fortbildung/regionalgruppen>



KOOPERATIONS-PARTNER:

<https://freieheilpraktiker.com/fortbildung/kooperationspartner>



VERANSTALTUNGS-KALENDER:

<https://freieheilpraktiker.com/fortbildung/veranstaltungskalender>



Anmeldebogen

Bitte tragen Sie Ihre Mitgliedsnummer ein, falls vorhanden:

Name Vorname

Straße Nr.

PLZ Ort

Buchung

Anzahl	Seminarnummer	Beschreibung

Ich melde mich an:

QR Seminarbedingungen



.....
Datum/Unterschrift

Freie Heilpraktiker e.V
Benrather Schloßallee 49-53
40597 Düsseldorf

Wasser heilt

Seit Tausenden von Jahren wenden Menschen das Element Wasser für ihre Gesundheit an. Innen wie außen – Wasser wirkt: beruhigend, anregend, ausleitend. Ganz nach Anwendung können Trinkkuren, Bäder, Güsse oder Dauerbrausen auch bei den gesundheitlichen Themen unserer Zeit unterstützen. Herzprobleme, chronisches Müdigkeitssyndrom, Reizdarm, Nasennebenhöhlen-Entzündung oder Wechseljahresbeschwerden – sie alle lassen sich gut in den Griff bekommen. Im Folgenden lesen Sie einen kurzen Abriss aus dem neuen Buch „Heilung durch Wasser – von der Prießnitz-Kur zur einfachen Selbstbehandlung“ des Deutschen Naturheilbunds.

„Unser Körper besteht zu 75 Prozent aus Wasser – deshalb kann es – warm oder kalt – heilende Reize setzen“, sagt Gert Dorschner, ärztlicher Leiter der Akademie für Ganzheitsmedizin in Heidelberg (AfG). „Je nach Anwendung wirkt es wie eine Massage, wie Schröpfen, Reflexzonentherapie, Akupressur, Hyperthermie, Elektrophotherapie, Lymphdrainage, als eine tiefenwirksame Durchblutungsförderung oder über Anregung des Stoffwechsels.“ Dorschner, der aus einer traditionsreichen Naturmediziner-Familie stammt, ist überzeugt, dass Wasser durch die einzigartig variable Cluster-Struktur der H₂O-Moleküle Krankheitsinformationen aufnehmen und ableiten kann wie ein homöopathisches Medikament. Und er weiß, dass Heilung und Regeneration immer im parasympathischen Tonus passiert – also beim Entspannen oder im Schlaf. „Halts Maul, sonst ist die Wirkung faul“, soll deshalb schon Pfarrer Kneipp zu seinen Patienten gesagt haben. Vor oder kurz nach einer Wasseranwendung darf deshalb auch nichts gegessen oder gar Kaffee getrunken werden.

Wie Wasser heilt

Wasseranwendungen wirken über Reize auf das vegetative Nervensystem, das heißt auf die Atmung, das Herz-Kreislauf-System, die Durchblutung, die Tonisierung der Gefäße, auf die Verdauung und damit auf das Immunsystem sowie auf das Hormonsystem und damit auch auf die Psyche. Das Grundprinzip ist das Auslösen einer Gegenregulation im Körper durch physikalische und thermische Reize. Zudem übernimmt Wasser Aufgaben im Stoffwechsel: Es leitet gelöste Gifte im Körper zur Ausscheidung, lässt alle Körperbereiche miteinander kommunizieren, reguliert den Säure-Basen-Haushalt, die Körpertemperatur und stärkt die Immunabwehr.

Bei welchen Krankheiten hilft Wasser?

Die Naturheilkunde setzt die Hydrotherapie vor allem bei Problemen des Herz-Kreislauf-Systems wie niedrigem Blutdruck und anfallsartigem Herzrasen, bei Leiden der Drüsen und Organe des endo-

krinen Systems (z.B. Schilddrüse, Nebennieren, Hoden, Eierstöcke) und zur Stärkung des kompletten körpereigenen Abwehrsystems ein. Auch um die allgemeine Aufmerksamkeit, Wachheit und Stimmung zu fördern oder depressive Verstimmungen zu bessern, sind Wasseranwendungen passend. Man weiß, dass Kältereize die Muskelspannung beeinflussen, bei Muskelspastik und gesteigerten Reflexen helfen, Entzündungen und entzündungsbedingte Schmerzen z.B. an Gelenken mindern, auch Ödeme reduzieren, die Darmspannung und Darmmobilität anregen oder zur Blutstillung bei Verletzungen durch eine Verengung der Blutgefäße beitragen.

Wasser vorbeugend einsetzen

Der menschliche Organismus muss lebensnotwendige Stoffwechselprozesse zwingend aufrechterhalten und die optimale Temperatur dafür liegt bei 37 Grad Celsius. Wärme oder Kälte reizen deshalb die menschlichen Thermorezeptoren (Nerven in der Haut und in den Schleimhäuten),

Buchtitel „Heilung durch Wasser“, herausgegeben vom Deutschen Naturheilbund zu „200 Jahre Kaltwasser-Anwendungen“



deren Anzahl je nach Körperregion unterschiedlich ist. Die Kälterezeptoren (der Mensch hat etwa 25.000 kälteempfindliche Stellen) liegen in der oberen Lederhaut, die Wärmerezeptoren (man kennt etwa 30.000 Wärmepunkte) in tieferen Hautschichten. Die meisten Thermorezeptoren befinden sich im Bauchbereich bis unter die Brust und im Gesicht. Finger übrigens, haben die wenigsten Kälterezeptoren.

Wie geht es dann weiter? Gereizte Thermorezeptoren in der Haut leiten Signale an den Hypothalamus – die Schaltzentrale im Zwischenhirn, die etwa auch Wasser-, Salzhalt und Blutdruck koordiniert – weiter. Je nach Reizstärke wird ein Vorgang (Thermogenese) in inneren Organen und der Skelettmuskulatur aktiviert. Das führt dazu, dass Hautgefäße ihren Durchmesser ändern oder Schweißdrüsen ihre Produktion steigern. Man hat herausgefunden, dass vor allem kürzere Kaltreize (ca. 12 bis 16 Grad Celsius) signifikant auf das Thermoregulationssystem wirken. Zwar wird Wasser schon zwischen 28 bis 30 Grad Celsius als kalt empfunden – die Reaktionen des Körpers erreichen hier meist aber noch kein therapeutisches Niveau.

Zwecks Aufwärmung nach einer Kaltanwendung appliziert man Warmreize mit einer Temperatur zwischen 37 und 39 Grad Celsius. Heißanwendungen nutzt man in den allermeisten Fällen während Anwendung mit ansteigenden Temperaturen von 35 auf 45 Grad Celsius (z.B. bei Teilbädern bzw. Blitzguss). Um sich besser an Kaltreize zu gewöhnen und die Gefäße zu trainieren, sind wechselwarme Reize (z.B. bei Güssen, Teilbädern oder Wechseluschen bei der normalen Duschroutine) sehr zu empfehlen.

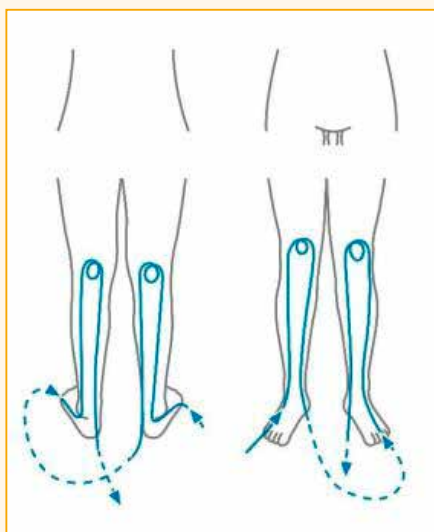
Im Folgenden sehen wir uns ein paar äußerliche Anwendungen genauer an:

• Gesichtsguss

Wegen der vielen Kaltrezeptoren im Gesicht wirken Reize hier besonders gut. Der besondere Abhärtungseffekt ist zudem durch die reflektorische Verbindung von der Haut des Gesichts mit der Schleimhaut des Nasen-Rachen-Raumes zu erklären.

Wer sich also vor kommenden Infekten abhärten möchte, erschöpft ist, mit Kopfschmerzen und Kreislaufproblemen kämpft, ist mit dem kalten Gesichtsguss gut beraten. Seit Jahren erforscht wird er auch bei klimakterischen Beschwerden.

Der Guss beginnt unterhalb der rechten Schläfe. Dann zieht man den Strahl zum Kinn nach unten, steigt zur linken Schläfe hoch und lässt hier das Wasser dreimal von der Stirn rinnen (also Ab- und erneut Ansetzen). Dann geht es von der Nasenwurzel über die rechte Gesichtshälfte bis zum Kinn und zurück. Dieselben Gießbewegungen auch auf der linken Gesichtshälfte durchführen. Wieder am Kinn angekommen, lässt man sich genügend Zeit zum Durchatmen. Zum Abschluss umrundet der Strahl das Gesicht. Ein- bis zweimal wiederholen. Dann das Gesicht abtrocknen, wobei leichtes Abtupfen den Reiz durch die Verdunstungskälte intensiviert.



Wasserführung beim Knie- und Unterschenkelguss

• Knie- und Unterschenkelguss

Blutdrucksenkend, durchblutungsfördernd, venenstauend, schlaffördernd und atmervertiefend, bei Kindern auch bei ADS/ADHS, ebenso bei koronarer Herzkrankheit, der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit (auch als wechselwarme Teilgüsse, allerdings nicht im Stadium III und IV), beim Bronchialkarzinom, bei Tuberkulose und HIV (jeweils morgens, 3-mal wöchentlich für 5 Minuten) oder bei der Nikotinentwöhnung.

Der Patient steht mit dem Rücken und mit leicht gespreizten Beinen zum Behandler. Begonnen wird an der Kleinzehenseite des rechten Fußes, wandert am Fuß entlang über die Wade bis eine Handbreit unter die Kniekehle, hier fünf Sekunden verweilen, um dann an der Innenseite des Unterschenkels nach unten und danach dasselbe am linken Fuß. Dann weiter mit der Vorderseite: am rechten Bein außen über die Kniescheibe (auch hier fünf Sekunden verweilen). Dann innen am Fuß zurück und auf das andere Bein wechseln. Zuletzt werden beide Fußsohlen begossen.

• Bürstenbad

Das Bürstenbad unterstützt bei funktionellen, arteriellen Durchblutungsstörungen, chronischer Bronchitis, Asthma bronchiale, chronischem Müdigkeitssyndrom oder Fibromyalgie.

Der Patient liegt in einer gut gefüllten Wanne mit etwa 36 Grad Wassertemperatur. Bei reizempfindlichen Patienten werden weiche, bei unempfindlicheren Patienten Bürsten mit harten Borsten verwendet. Mit zwei Bürsten gleichzeitig beginnt man rechtsseitig: Fußrücken und Fußsohle, allseitig erst Unter-, dann Oberschenkel rhythmisch unter leichtem Druck hin- und herbürstend, bis die Haut sich rötet (es folgt die andere Körperseite). Dann setzt sich der Patient, beugt sich zum Bürsten von Nacken- und Schulterpartie leicht nach vorn. Anschließend den Rücken mit langen Strichen bis zum Gesäß bürsten. Wieder zurückgelehnt, gibt es unter Auslassung der Brustwarzen die Behandlung an Brust, Bauch und Flanken. Danach bleibt der Patient noch einige Minuten ruhig in der Wanne und das Wasser durch Zufluss von kälterem Wasser auf etwa 28 Grad abgekühlt. Zum Schluss gibt es Rückengüsse mit dem Eimer (leitungskalt). Wasser abstreifen, abtrocknen, anziehen.

• Wechselfußbad

Sie trainieren die Gefäßregulation, härten ab, stabilisieren das vegetative Nervensystem und den Kreislauf, zudem eignen sie sich zur Infektionsprophylaxe mittels reflektorischer Wirkung auf die Durchblutung von Schleimhäuten im Nasen-Rachen-Raum oder bei ADH/ADHS.



Einfach durchführbare Wechselfußbäder

Die Füße bleiben – je bis zur Wade – fünf bis acht Minuten im warmen, 10 bis 20 Sekunden im kalten Wasser – zweimal wechseln!

Spannend sind neben den vorgestellten Anwendungen ebenfalls:

- „Kneippscher Espresso“, ein kaltes Unterarmbad: stärkt das Herz-Kreislauf-System
- Halswickel bei Nasennebenhöhlen-Entzündungen
- Wadenwickel bei Schlafstörungen
- feuchtkalte Leib-Umschläge bei chronischer Verstopfung
- Herzkompresen im Akutfall: Sie senken die Herzfrequenz oder lindern das Reizdarmsyndrom



Halswickel helfen bei Nebenhöhlen-Entzündungen

**Begründer der modernen Hydrotherapie:
Vincenz Prießnitz**

Dass die Naturheilbewegung im 19. Jahrhundert breite Bevölkerungskreise zu begeistern begann (z.B. Lebensreform-Bewegung), verdankt sie neben anderen dem „Kaltwasser-Messias“ und schlesischem Bauern Vincenz Prießnitz (1799–1851) aus Gräfenberg (Ostsudeten) im heutigen Tschechien (Lázne Jeseník). Er kombinierte in der Neuzeit als erster verschiedene hydrotherapeutische Methoden mit allen naturgemäßen Heilmitteln wie Luft, Sonnenlicht, Wärme, naturgemäßer Nahrung, Bewegung und Ruhe sowie Hautreibung. „Nicht im Rezept liegt das Heil, es liegt in der Summe der täglichen Lebensführung“, war er überzeugt.

Intuitiv hat Prießnitz schon damals mit Kältereizen auf den Körper gearbeitet – für deren Erklärung erst 2021 zwei amerikanische Forscher den Nobelpreis für Medizin und Physiologie („Charakterisierung der Kälterezeptoren“) verliehen bekamen. Er wusste ganz genau, was er tat „Es ist nicht die Kälte, die heilt, sondern die Wärme, die durch das kalte Wasser im Körper erzeugt wird.“ Dabei war eine individuelle Anamnese anhand seiner Erfahrung, Intuition und Patientenbeobachtung (Wärme-Organismus, Konstitution, Kräftehaushalt, seelischer Zustand, Sprache und Bewegungsfluss) entscheidend für die Ausrichtung der Therapie, mit der er versuchte, die Gesundheitspotenziale des Patienten zu aktivieren und zu stärken. „Sie müssen Geduld haben – der wahre Arzt wohnt im Menschen selbst.“ Instinkt bewies Prießnitz auch mit dem Beweis, dass man den Körper problemlos sofort nach der Schwitzpackung ins kalte Bad bringen und damit Abwehr wie Heilkraft noch um ein Vielfaches steigern kann. Die Erkenntnis, dass chronische Krankheiten mit kaltem Wasser wieder in einen akuten Zustand zu überführend sind, um sie dann heilen zu können, war ebenfalls einzigartig.

Dabei stand bei ihm nicht die Krankheit im Mittelpunkt, sondern die Reaktionen, die Reizantworten des Organismus. Seine Untersuchung war deshalb keine Krank-



© Jürgen Helfricht, Staatsarchiv Jeseník

Der schlesische Bauer Vincenz Prießnitz (1799 bis 1851) gilt als Begründer, Pfarrer Sebastian Kneipp als Vollender, der modernen Hydrotherapie.

heitsdiagnostik, sondern eine Reaktionsdiagnostik. Im Laufe seines Lebens behandelte er rund 40.000 Menschen. 1999 würdigte ihn die UNESCO für sein Naturheilverfahren. Der rote Faden bei Prießnitz war das Reinigen und Stärken. Er darf als Begründer der modernen Hydrotherapie gelten und der heute viel bekanntere Pfarrer Sebastian Kneipp (1821–1896) – mit den fünf Säulen der Naturheilkunde: Ordnungstherapie, Wasseranwendungen, Pflanzenheilkunde, Ernährungs- und Bewegungstherapie – dagegen als deren Voller.

AUTORIN

Claudia Scheiderer

Bestellen Sie Ihr Exemplar: „Jürgen Helfricht: Heilung durch Wasser – von Vincenz Prießnitz zur modernen Selbstbehandlung“ gerne direkt bei der Bundesgeschäftsstelle des Deutschen Naturheilbundes e.V. per Mail an info@naturheilbund.de, telefonisch unter: 07237- 48 48 799 oder Online über www.naturheilbund.de/www.naturheilbund.de/dnb-shop; UVP: 19,95 EUR, ISBN-Nummer: 978-3-96717-096-2

Kleinanzeigen Freie Heilpraktiker e.V.

Stressbewältigung, Elektrosmog, Wasseradern

Stressbewältigung, Elektrosmog, Wasseradern. Hamoni® Harmonisierer. Hochwirksame Lebensraum Harmonisierung. Von Baubiologen u. Anwendern bestätigt.

www.elektrosmoghilfe.com www.erdstrahlenhilfe.com.
Tel.: 0043/6765267640

Praxis in Fürstenwalde zu verkaufen

Für meine seit 14 Jahren bestehende HP-Praxis suche ich einen HP o. PT (m/w/d) mit HP-Zulassung und Abschluss in MT bzw. Chiropraktik zum 1.10.23 zur Praxisübernahme aus Altersgründen. Es handelt sich um eine gut ausbaufähige Alleinpraxis. Einarbeitung in der Neustartphase wird angeboten.

Thomas Gruhn, Tel.: 03361 377761, Tränkeweg 13, 15517 Fürstenwalde, www.naturheilpraxis-gruhn.de

Praxisraum im Bereich Niederrhein gesucht

Suche Praxisraum ab Anfang 2024 für freitags und samstags (2 Tage pro Woche) im Bereich Willich, Viersen, Meerbusch, Kaarst, Krefeld, Kempen, Tönisvorst, Straelen, Walbeck, Geldern ... (wegen privatem Umzug). Mein Fachgebiet ist die Ästhetische Medizin und Hypnose. Der Raum darf auch gerne in einer Kosmetikpraxis sein. Kontakt: yvonne.herbst.weidenfeld@gmail.com oder 0178/7138580

Aus gesundheitl. Gründen zu verkaufen

Heilsteinsammlung mit Fachbücher NP 3.194,50 €, 2.236,50 €, Ying-Yang Schwingungsneutralisator nach Dr. Alfred Schneider NP 3.839,60 €, 2.688,00 €, Testsätze NP 3.033,40 €, 2.123,10 €, Kirlianfotografie (Gerät, Fachbuch) 1.500,00 €, Zapper 200,00 €, Synchrometer 90,00 €, Reisetensor m. Lederetui 60,00 €, Irmiskroskop SL85 NP 5.533,00 €, 4.149,75 €, Hubtisch 580,00 €. Kontakt: dr.hans-christoph.kampe@t-online.de

Lichtdurchfluteter Praxisraum langfristig zur Untermiete in Düsseldorf Pempelfort

Du bist Therapeut*in/Heilpraktiker*in; dein Arbeitsschwerpunkt liegt bei Körperarbeit und Beratung. Der Behandlungsraum (ca. 20 qm) in Düsseldorf (Pempelfort) in zentraler Lage ist stunden- oder tageweise ab Mai 2023 zu vermieten. Er ist lichtdurchflutet & ruhig zum Innenhof (mit Terrasse) gelegen und mit einer Therapieliege sowie einem kleinen Schreibtisch ausgestattet. Die restlichen Behandlungsräume werden von mir – mit kleinem Therapiehund/Pudel – in Vollzeit genutzt. Miete: VB 35 € pro Stunde inkl. Nebenkosten und wöchentlicher Reinigung oder bei tageweiser Nutzung Miete nach Vereinbarung. Bei Interesse bitte ich um schriftliche Nachricht mit kurzer Info zu deiner Person und Tätigkeit unter: kontakt@heilpraktikerin-mehlan.de Ich melde mich schnellstmöglich.

2-jähriger Akupunkturkurs in Köln

2-jähriger Akupunkturkurs bis zur Praxisreife in Köln. Die Dozenten sind hochqualifiziert. Kosten 200,- € im Monat. Weitere Informationen unter www.akupunktur-ausbildung-koeln.de oder Infoline: 0177-7416159

Haus mit Naturheilpraxis zu verkaufen – auf dem Lande, Großraum Bremen

Wohnen und arbeiten unter einem Dach, großes, gepflegtes Anwesen mit vollmodernisiertem Haus: HeilpraktikerIn mit Schwerpunkt Akupunktur zur Praxisübernahme gesucht! Zuschriften bitte an: npraxis1996@gmail.com

Anzeige



**EUROPÄISCHE
PENZEL-AKADEMIE**

Jetzt
einen Platz
sichern!

Die nächsten APM-A-Kurse

vom 10. bis 14.06.2022 in Heyen und
vom 06. bis 10.09.2023 in Düsseldorf-Benrath (FHP).

UNSERE NEUEN KURSTERMINE SIND DA!



Abb.: Spannungs-Ausgleich-Massage, SAM-dorsal.
Die APM-Behandlung mit dem Massagestäbchen ist einfach und effektiv. Sie ist bereits nach dem A-Kurs in der Praxis anwendbar.

Nur wir lehren das Original!

Kursorte in Deutschland + Österreich 2023

DE: Düsseldorf, Heyen, Hagen, Leipzig
AT: Linz, Reichersberg

EUROPÄISCHE PENZEL-AKADEMIE®
Willy-Penzel-Platz 1-8, 37619 Heyen bei Bodenwerder
Tel. +49 (0) 55 33/97 37-0 • Fax + 49 (0) 55 33/97 37-67
www.apm-penzel.de • info@apm-penzel.de




Unser Qualitätsmanagement ist nach AZAV seit 2009 CERTQUA - zertifiziert.

Anzeige

Schröpfgerät HeVaTech PRV02 zu verkaufen

HeVaTech PRV02 sehr gut erhalten und gepflegt, wenig benutzt, mit großer und kleinen Saugglocken, sowie Saugmatte zu verkaufen. Preis 600€ VB. Versand ist möglich. Kontakt: 0177 2527443

Patientenbroschüre kostenlos

Für Sprechstunde und Wartezimmer. Themen: Fructoseintoleranz, Histaminintoleranz, Gluten-/ATI-Sensitivität, Laktoseintoleranz, Reizdarmsyndrom, Morbus Crohn/Colitis ulcerosa, Mikrobielle Darmbesiedelung, Antibiotika richtig einnehmen. Jetzt kostenlos anfordern: kontakt@laktanova.de, www.patientenmerkblatt.de oder Telefon 030-27589363.

Intensiv-Unterricht zur Vorbereitung auf die Überprüfung

Seit 2016 unterrichte ich an einer Heilpraktikerschule in Köln. Ich biete ab sofort meinen eigenen „Intensiv-Unterricht“ an. Und vielleicht kennt Ihr jemanden, der gerade die Schule beendet hat, sich nun auf die Prüfung vorbereitet und Interesse hat an einer intensiven Wiederholung der Themen? Ich freue mich auf eine Kontaktaufnahme: www.hartlieb-naturheilpraxis.de, E-Mail: info@kvhartlieb.de



Man-Koso stärkt vor
und nach Operationen.
Mehrjährig fermentierte
Enzyme + Aminosäuren





M-K Europa GmbH & Co. KG | Siedlungsweg 2 | 36148 Kalbach | T 0049(0)9742/9300272 | www.man-koso.de

Heilpraktiker- Symposien 2023

gehen wir wieder
an den Start

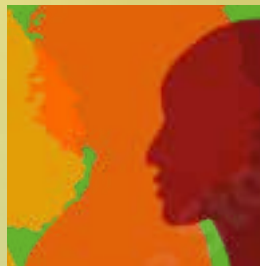
Düsseldorf

23.
Sept.
2023

Dresden

18.
Nov.
2023

Sich begegnen, zuhören, sprechen.
In Präsenz und präsent sein.
Wir freuen uns auf Sie!



Westdeutsches Heilpraktiker-Symposium Düsseldorf
Mitteldeutsches Heilpraktiker-Symposium Dresden