

vive-Spezial-Serie „Ganzheitliche Medizin“, Teil II

Individuell und stärkend

Im Medizinbetrieb fühlen sich viele auf Krankheitsfälle reduziert. Anthroposophische Ärzte erweitern die Schulmedizin um einen ganzheitlichen Ansatz und stimmen die Therapie individuell auf jeden Patienten ab. Das tut gut!

TEXT: BARBARA ZOLLNER

Anthroposophische Medizin – das klingt für viele nach Esoterik. Dabei erweitert die „Menschenkunde“, wie Anthroposophie übersetzt heißt, die naturwissenschaftlich fundierte Medizin nur um geisteswissenschaftliche Erkenntnisse. Die Ärzte, die sie praktizieren, sind approbierte Mediziner mit umfangreicher Zusatzausbildung. Sie arbeiten mit der Schulmedizin und ergänzen diese um die Anthroposophie. Man spricht deshalb auch von „Komplementärmedizin“.

Entwickelt wurde das bald 100 Jahre alte Behandlungskonzept von Rudolf Steiner, dem Begründer der Anthroposophie, und der niederländischen Ärztin Ita Wegmann. Steiner ging es um

„eine wissenschaftliche Erforschung der geistigen Welt“, welcher der Mensch angehört. So fragt die anthroposophische Medizin neben der Quantität (z.B. Blutwerte) auch nach der Qualität – also der genauen Beschaffenheit von Beschwerden und danach, was sie über das Gesamtfinden aussagen.

Das Prinzip der vier Ebenen

„Was fehlt dir?“, ist die erste Frage der anthroposophischen Ärzte. „Ausgehend von den Beschwerden des Patienten gehen wir in der Diagnostik den schulmedizinischen Fragestellungen nach und erweitern diese um die Betrachtungsweise der vier Organisations-

ebenen des Menschen“, erläutert Dr. Renate Späth, Allgemeinärztin mit anthroposophischer Praxis in München.

Die erste Ebene ist der physische Leib mit all seinen organischen Abläufen. Seine Prozesse werden von der nächsten Organisationsebene gesteuert, dem sogenannten Ätherleib, der Vitalität. Sie bewirkt Wachstum, Erhalt und Erneuerung des Organismus. Ist diese Ebene zu stark, kann es zu unkontrollierten Zellwucherungen kommen. Ist sie schwach, stagnieren Abbauprozesse und es können sich Sklerosen bilden. Die dritte Ebene, der „Astralleib“, entspricht in etwa der Seele: Befindlichkeit und Gefühle des Men-



Hilfreiche Adressen

Krankenkassen übernehmen die Regelleistungen für Anthroposophische Medizin bei niedergelassenen Ärzten mit Kassenzulassung. Nicht verschreibungspflichtige Heilmittel meist nicht.

www.gaed.de

Die Gesellschaft Anthroposophischer Ärzte in Deutschland bietet eine Arztsuche.

damid.de

Beim Dachverband Anthroposophische Medizin in Deutschland finden Sie anthroposophische Kliniken und Infos zur Kostenübernahme.



Der Grundgedanke der Anthroposophie ist, einen Einklang zwischen Mensch und Natur herzustellen

schen, Selbstbild und Krankheits-erleben, Ängste und Hoffnungen – psychische Faktoren, die auf die Gesundheit einwirken. Die letzte Ebene bildet die Ich-Organisation, der Geist, die Persönlichkeit des Menschen, seine Ziele und Vorstellungen vom Lebenssinn, Erkenntnisfähigkeit und Gestaltungswille.

Selbstheilungskräfte und Psyche stärken

Die Anamnese, die sorgfältige Ergründung der Krankengeschichte, ist bei der Anthroposophie deshalb besonders wichtig; sie begründet eine vertrauensvolle

Arzt-Patienten-Beziehung. Das erfordert nicht unbedingt ein stundenlanges Gespräch. „Entscheidend ist eher die Art der Fragestellung. „Wenn beispielsweise ein Patient mit Darmbeschwerden kommt, sehe ich mir an: Wie verhalten sich die vier Elemente im Bauch?“, erklärt Dr. Späth. So zeigen Blähungen etwa ein Übermaß an Luft, Durchfall zu viel Wasser oder das Gegenteil Verstopfung deutet auf zu wenig Bewegung hin.

Im Unterschied zur Pathologie, dem Krankheitswissen der Schulmedizin, geht es anthroposophischen Ärzten um Salutogenese: „Was hilft dir?“, ist ihr Ansatz,

der Mensch selbst ist die entscheidende Ressource. Gesundheit wird nicht als Zustand gesehen, sondern als Fähigkeit des Menschen, in den Herausforderungen des Lebens immer wieder die Balance herzustellen. Deshalb achtet diese Medizin besonders auf Rhythmen als lebendigen Ausgleich zwischen den Polen, zwischen denen sich Leben ereignet: Tag und Nacht, Wärme und Käl-



te, Leben und Tod. Gerät die Balance nachhaltig aus dem Gleichgewicht, wird der Mensch krank. Die Therapie zielt darauf ab, über die physische Wirkung hinaus die Selbstheilungskräfte zu wecken.

Große Vielfalt an natürlichen Arzneien

Die anthroposophische Medizin verfügt über viele, seit Langem bewährte und stetig weiterentwickelte Heilmittel. Sie setzen sich ausschließlich aus natürlichen Bestandteilen zusammen, die aus Pflanzen, Tieren, Mineralien und Metallen gewonnen werden. Bei der Herstellung kommen die von Paracelsus überlieferten Verfahrensweisen der Spagyrik zum Einsatz: Substanzen werden durch Destillation, Gärung, Mazeration oder Veraschung gewonnen und zu neuen heilkräftigen Mitteln mit bestimmten Eigenschaften komponiert. Die Substanzen, die Art ihrer Gewinnung wie auch die Darreichungsform sind gemäß dem therapeutischen Ziel auf die vier Organisations-ebenen abgestimmt.

Manche Arzneien sind der Pflanzenheilkunde (Phytotherapie) zuzurechnen und arbeiten unmittelbar mit den aus Blüten, Blättern oder Wurzeln gewonnenen heilsamen Wirkstoffen. Viele andere nutzen nach Art der Homöopathie die Information der jeweiligen Substanz zur Stimulation der Selbstheilungskräfte.

Wichtige Heilpflanzen, die auch in der Hausapotheke oft eingesetzt werden, sind beispiels-

weise Arnika, Brennnessel und Calendula, Johanniskraut und Kamille. Insgesamt gibt es über 2.000 Präparate, die äußerlich, z.B. in Salben, Öleinreibungen, Bädern und Tinkturen, oder innerlich, etwa in Form von Tees, Globuli, Tropfen oder Injektionen, angewendet werden.

Eine besondere Errungenschaft der anthroposophischen Medizin ist die Misteltherapie; die begleitende Gabe von gezielt für den Einzelnen ausgewählten Mistelpräparaten verringert die Nebenwirkungen schulmedizinischer Krebsbehandlungen, wie Bestrahlung oder Chemotherapie, und stärkt und unterstützt die Patienten im Gesundungsprozess.

Wirkungsweisen von Heilmitteln

Anthroposophische Arzneien geben Impulse für die Selbstregulation: Pflanzliche Mittel sprechen die seelische Ebene an, Insektengifte oder Präparate tierischer Organe zielen auf die Lebenskraft, während mineralische Substanzen, z.B. Quarze, Kalke, Schiefer und Metallsubstanzen insbesondere auf die Ich-Organisation wirken. Für manche Präparate werden Pflanzen mit Metallen gedüngt; durch die Anreicherung entsteht eine spezifische Wirkung, etwa bei einem Präparat aus Johanniskraut mit Gold gegen Depressionen.

Da anthroposophische Heilmittel häufig nicht verschreibungspflichtig sind, sollten sie unter ärztlicher Aufsicht genom-

Wenn die Haut Unterstützung braucht

- trockene, rissige Hautstellen
- Haut im Wundrandbereich
- gerötete Haut
- Narben

Reines Naturprodukt



in Ihrer Apotheke

ARHAMA[®]
SALBE

Pflegesalbe aus Leinöl
und Bienenwachs

Bombastus

men werden. Denn manche Pflanzen wie Fingerhut oder Niedrigpotenzen von Metallen wie Quecksilber sind sogar giftig; über ihre heilende Wirkung entscheiden Indikation und Dosis.

Buchtipps

Iris Hammelmann und Dr. med. Petra Heinze führen in diesem Buch in die Grundlagen, Therapien und Anwendungen der Anthroposophischen Medizin ein und erklären die Arznei- und Hausmittel. „Anthroposophische Medizin besser verstehen“, Haug Verlag, 19,80 Euro.



Bewegung, Klang und Farbe als Heilmittel

Heileurythmie, Kunsttherapie und die rhythmische Massage sind Therapieformen, die darauf zielen, das in der Krankheit gestörte Gleichgewicht zwischen den Wesensgliedern in Balance zu bringen. Sie wirken auf der seelischen bzw. der Ich-Ebene und ermöglichen Patienten, aktiv an ihrer Gesundheit mitzuwirken.

Auch Dr. Späth arbeitet mit spezialisierten Therapeuten zusammen: „Bei der Eurythmie etwa wird Klang und Bewegung eingesetzt wie ein Medikament.“ Eurythmie wirkt damit nicht nur auf Kreislauf und Muskeln, sondern auf den ganzen Menschen.

Gleiches gilt für die anthroposophische Kunsttherapie: „Sie stärkt den Schöpfer im Menschen und damit seine Autonomie“, erläutert Dr. Späth. „Das künstlerische Tun wirkt salutogenetisch – auch direkt körperlich, etwa auf die Durchblutung.“

Diese Therapien werden angeboten, nie aufgezwungen. Die eigene Beteiligung trägt nach anthroposophischem Verständnis wesentlich zur Gesundung bei. „Patienten wollen auf allen Ebenen wahrgenommen und begleitet werden“, so Dr. Späth. Dafür bietet diese Medizin ein Konzept, das wissenschaftliche Standards und die menschliche Individualität gleichermaßen berücksichtigt. ♦



FOTO: ISTOCK / THINKSTOCK