

Ganzheitsmedizin

ist ein

1) Signal für Integration

von universitärer, naturwissenschaftlich ausgerichteter Medizin und Komplementärmedizin (Erfahrungsheilkunde) unter besonderer Berücksichtigung psychischer und geistiger Aspekte

2) Signal für die Behandlung

von Kranken und nicht von Krankheiten

3) Signal für verstärkte Wahrnehmung und Erforschung

komplexer und regulativer Prozesse des Organismus auf allen möglichen Erkenntnisebenen

Naturheilkundliche Basistherapie

Normalisierung

(Regeneratio)

z.B.

- Regulationstraining (Regularisierung) autoregulativer Prozesse
 - Kreislauf
 - Atmung
 - Bewegungsapparat
 - Wärmehaushalt
 - Stoffwechsel
 - Endokrinium
 - Sexualität
 - Bewältigungsstrategien
- Rhythmisierung von Lebensprozessen (Chronotherapie)

Schonung

(Detoxicatio)

z.B.

- Erholung
- Schlaf
- Entspannung
- Vermeidung von
 - Disstress
 - Umweltgiften
 - falsche Ernährung
 - Konflikten
 - zivilisationsbedingte Noxen (Rauchen, Alkohol, UV-Strahlung, Überernährung)
- Entgiftung
 - Ausscheidungsprozesse (Niere, Haut, Lunge)
 - Darmsanierung
 - Ausleitungsverfahren
 - Fastentherapie
 - Schwitzkuren
 - Trinkkuren

Kräftigung

(Alteratio)

z.B.

- Abwehrsteigerung durch Sauna, Eigenbluttherapie oder echinaceahaltige Immunmodulatoren
- Leistungssteigerung
- Wachstums- und Fortpflanzungsprozesse fördern
- Motivationssteigerung
- Selbstbestimmung und Zuversicht steigern

Determinanten des Reiz - Reaktionsprinzips

Reiz

- Reizqualität/Modalität
(taktil, thermisch, arzneilich)
- Reizintensität
(Größe, Reizfläche)
- Reiztopographie
(Ort, Verteilung)
- Reizdauer
(permanenter Reiz usw.)
- Reizintervall
(Reizfolge)
- Reizzeitpunkt
(Tageszeit)

Reaktion

- Reaktionsausgangslage
- Reaktionstyp
 - konstitutionelle Merkmale
 - genetische Merkmale
 - Persönlichkeitsfaktor
 - Lebenszeit (Alter)
 - Geschlecht
- Reaktionsstruktur
- Reaktionsebene

Einteilung komplementärmedizinischer Verfahren nach Wirkfaktoren

nach Melchart

- **biochemische Wirkfaktoren**
(z.B. Ernährungstherapie, Phytotherapie)
- **biomechanische Wirkfaktoren**
(z.B. Massage)
- **bioenergetische Wirkfaktoren**
(z.B. Homöopathie, Kinesiologie, Bioresonanz)
- **lebensstilbezogene Wirkfaktoren**

Bei manchen komplementärmedizinischen
Verfahren kommen mehrere Wirkfaktoren zum
Einsatz (z.B. TCM oder Ayurveda)