

BfN

BERLINER HEILPRAKTIKER

NACHRICHTEN

Ausgabe 2025/2026



Apis, die Honigbiene – nicht nur akut! | Arne Krüger

Osteobalance® – manuelle Medizin in der Heilpraktikerpraxis | Winfried Abt

Blut – ein ganz besonderer Saft | Dragana Jokić

Pflanzensteckbrief Oregano | Cornelia Titzmann

Eine Therapieblockade der besonderen Art | Rita Maier

Fettstoffwechselstörungen – ein Ungleichgewicht mit

weitreichenden Folgen | Adelheid Henke



Samuel-Hahnemann-Schule

FREUDE • KOMPETENZ • MAGIE



AB- UND AUSLEITUNGSWORKSHOP

Die Traditionelle Europäische Naturheilkunde vereint verschiedene Aspekte von Diagnostik und Therapie, u.a. Irisdiagnose, Diätetik, Pflanzenheilkunde, Wasseranwendungen, Ab- und Ausleitungstherapien.

An 3 Wochenenden im Herbst widmen wir uns hauptsächlich einem der Kernelemente:

Den Ab- und Ausleitungsverfahren. Dazu gehören das theoretische Wissen über Indikationen und Anwendungen von Wickeln, blutigem und unblutigem Schröpfen und Blutegeln in Kombination mit dem praktischen Erlernen der entsprechenden Techniken. Theoretisch fundiert und praxisnah erklärt, Skript- und Arbeitsmaterialien inklusive.

Termine (jeweils 10 - 16 Uhr):

- Teil 1 – 20.09.-21.09.2025 | Kräuterwickel, Kräuterstempelmassage, Salbenküche
- Teil 2 – 01.11.-02.11.2025 | Schröpfmassage, Schröpftechniken
- Teil 3 – 06.12.-07.12.2025 | Blutegelbehandlung

Dozentin:

Anne Weiß, Heilpraktikerin

Seminarort

Fachverband Deutscher Heilpraktiker
Samuel-Hahnemann-Schule
Mohriner Allee 88, 12347 Berlin



Alle Informationen

Schulbüro: (030) 323 30 50
buero@heilpraktiker-berlin.org
www.samuel-hahnemann-schule.de

Editorial BHN 2025/2026

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

heute halten Sie die nächste Ausgabe der Berliner Heilpraktiker Nachrichten in Ihren Händen. Ich bedanke mich ganz herzlich bei den Autorinnen und Autoren und unserem Chefredakteur, Kollegen Dr. Bernhard Kraemer, für die Erstellung. Gemeinsam mit dem „Heilpraktiker“, der Ihnen als Mitglieder im Fachverband Deutscher Heilpraktiker monatlich kostenfrei zugeht, ist sie die schriftliche Plattform für Austausch und Fortbildung innerhalb unseres Landesverbandes. Wer sich darüber hinaus Informationen per Mail wünscht, ist herzlich eingeladen zu unserem Newsletter für Mitglieder, der in loser Folge versendet wird. Eine Mail an uns genügt, dann leiten wir Ihre Anmeldung für den Newsletter in die Wege.

Für die direkte Begegnung steht Ihnen als nächste große Veranstaltung die 86. Heilpraktikertage vom 11.-12. Oktober 2025 offen – die größte kostenfreie Fachmesse in unserer Nähe mit einem breiten Informationsangebot. Ich hoffe, wir sehen uns bei dieser Gelegenheit oder bei einer anderen Veranstaltung, die der Landesverband und die Samuel-Hahnemann-Schule in den kommenden Monaten an Aus-, Fort- und Weiterbildung anbieten werden. Die entsprechenden Termine können Sie in unserem Online-Angebot und –Kalender nachlesen.

Ihr Arne Krüger



Vizepräsident & stellv.
Landesvorsitzender des Fachverband
Deutscher Heilpraktiker Landesverband
Berlin-Brandenburg e.V.,
Herausgeber der Berliner Heilpraktiker
Nachrichten

Liebe Mitglieder,
liebe Leserinnen und Leser,

es ist mir eine große Freude, Ihnen eine weitere Ausgabe der Berliner Heilpraktiker Nachrichten überreichen zu dürfen. Ich hoffe, Sie werden darin wieder viele wertvolle Informationen und Anregungen aus Diagnostik und Therapie der Naturheilkunde für sich finden. Neben vielen gewohnten Aspekten greifen wir in diesem Heft das Thema der Links-Rechts-Lateralität als mögliches Heilungshindernis auf. Wenig beachtet, aber dennoch ungemein spannend und einen besonderen Blick wert. Wie immer danke ich den Autorinnen und Autoren für ihren engagierten Einsatz, denn sie schreiben ihre Artikel unentgeltlich. Ich wünsche Ihnen viel Spaß und Freude bei der Lektüre!

Mit herzlichen Grüßen
Ihr Dr. Bernhard Kraemer



Landesvorsitzender Fachverband
Deutscher Heilpraktiker Landesverband
Berlin-Brandenburg e.V.,
Chefredaktion Berliner
Heilpraktiker Nachrichten



Fachverband
Deutscher
Heilpraktiker LV Berlin-Brandenburg e.V.

POLITISCHE INTERESSENVERTRETUNG,
ARBEITSKREISE, FACHFORT- & AUSBILDUNGEN



SAMUEL-HAHNEMANN-SCHULE

FREUDE • KOMPETENZ • MAGIE



PRAXISGRÜNDUNG SEMINAR

Dr. rer. nat. Bernhard Kraemer, Heilpraktiker

Die ordnungsgemäße Abrechnung heilpraktischer Behandlungsvorgänge und die korrekte Erstellung von Behandlungsrechnungen nach dem Gebührenverzeichnis für Heilpraktiker sind für den wirtschaftlichen Erfolg der Naturheilpraxis von großer Bedeutung. Private Krankenversicherungen und Beihilfestellen unterziehen Behandlungsrechnungen zunehmend strengerer Überprüfungen. Dabei steht die Plausibilität eines Behandlungsvorganges und dessen Dokumentation durch eine nachvollziehbare Diagnostik im Vordergrund.

- **1. Modul (Sa.) Praxisgründung & Praxisführung, Werbung, Datenschutz, Praxishygieneplan**
- **2. Modul (So.) Rechnungsstellung, Gebührenverzeichnis, GebüH, Beihilfe**

Im Seminar werden die Rechnungsstellung und spezifische Fragen der Teilnehmer dazu ausführlich erläutert. Auch werden die weiteren rechtlichen und wirtschaftlichen Themen der Praxisgründung, die Möglichkeiten der Werbung in der Naturheilpraxis und die Praxishygiene beschrieben. Der Praxishygieneplan als Grundlage für die Praxishygiene und als Dokumentation bei Praxisbegehungen durch das Gesundheitsamt wird ebenfalls dargestellt.

Das Seminar beinhaltet ein Online-Skript und den Webzugang zu Seminaranlagen. Die Veranstaltung findet als Hybrid-Seminar (Präsenz & Videokonferenz) statt. Meldet Euch hierzu bitte direkt unter bernhard.kraemer@heilpraktiker-berlin.org an. Der Teilnahmelink wird ca. 60 Minuten vor Beginn per E-Mail versendet.

Termine
29.11. / 30.11.2025
(jeweils Sa. 08.00-18.00/ So. 08.00-16.00 Uhr)
Anmeldung
bernhard.kraemer@heilpraktiker-berlin.org
Büro FDH (030) 323 30 50



Seminarort
Fachverband Deutscher Heilpraktiker
LV Berlin-Brandenburg e.V.
Samuel-Hahnemann-Schule
Mohriner Allee 88
12347 Berlin

Hinweis: Im Falle einer Neumitgliedschaft innerhalb von 4 Wochen nach dem Seminar wird der Differenzbetrag mit dem jährlichen Mitgliedsbeitrag verrechnet.

INHALT

FACHARTIKEL

- 4** *Apis, die Honigbiene – nicht nur akut!*
Arne Krüger
- 8** *Osteobalance® – manuelle Medizin in der Heilpraktikerpraxis*
Winfried Abt
- 14** *Blut – ein ganz besonderer Saft*
Dragana Jokić
- 18** *Steckbrief Oregano – Origanum vulgare*
Cornelia Titzmann
- 20** *Eine Therapieblockade der besonderen Art*
Rita Maier
- 26** *Fettstoffwechselstörungen – ein Ungleichgewicht mit weitreichenden Folgen*
Adelheid Henke

INFORMATIONEN

- 1** *Editorial*
- 3** *Impressum*

Fachfortbildungstermine finden Sie unter:

<https://samuel-hahnemann-schule.de/>

<https://www.heilpraktiker.org/veranstaltungen-im-ueberblick>

IMPRESSUM

Herausgeber
Fachverband Deutscher Heilpraktiker – LV Berlin-Brandenburg e.V.*
Landesgeschäftsstelle:
Mohriner Allee 88, 12347 Berlin
Telefon: (030) 323 30 50
Fax: (030) 324 97 61
E-Mail: bueror@heilpraktiker-berlin.org
Internet: www.heilpraktiker-berlin.org
www.Samuel-Hahnemann-Schule.de
* Arthur-Lutze-Gesellschaft zur Förderung der Homöopathie und Naturheilkunde, vertreten durch Hp Arne Krüger (V.i.S.d.P. & Autor)
Mohriner Alle 88, 12347 Berlin
Tel: (030) 703 69 60
Fax: (030) 703 87 98
E-Mail: homoeovet@t-online.de

Chefredaktion:

Dr. Bernhard Kraemer
bernhard.kraemer@heilpraktiker-berlin.org

Anzeigenakquise und -verwaltung

Dr. Bernhard Kraemer
bernhard.kraemer@heilpraktiker-berlin.org

Informationen

1. Auflage: 5.000 Exemplare
Erscheinungsweise:
einmal jährlich zum Oktober

Titelbild

„Biene“
myriams-fotos – Pixabay

Gestaltung

Dipl. Julia Windt,
juliawindt@gmx.de

»Die Apispersönlichkeit kann in allen Altersgruppen ausgeprägt sein. Für das Leben, die Liebe, die Gesundheit, die Krankheit, die Arbeit, das Sterben oder den Tod ist die Biene und ihr Medikament von Bedeutung.«

Arne Krüger



Foto: Gregor Milna, pixabay.com

Apis, die Honigbiene – nicht nur akut!

– Arne Krüger –

Gedicht über Apis von E. Gardemin

*Groß und Klein die Biene liebt
Weil sie uns den Honig gibt.
Das mag man schon wen'ger leiden,
Daß sie uns auch sticht zu Zeiten.*

*Schmerzhaft ist der Bienenstich,
Brennt und schwillt gleich fürchterlich,
Nur der Imker ist gewitzt,
Weiß, daß dies vor Rheuma schützt.*

*Also: Brennen, Gliederreißen
Schon zwei Leitsymptome heißen.
Und als drittes gleich notier
Wassersücht'ge Schwellung dir,*

*Die du überall kannst finden,
Wo Gewebe sich entzünden,
So bei Rose und Nephritis,
Wassersucht und Diphtheritis.*

*Bei Entzündungen der Augen
Wird das Mittel gleichfalls taugen,
Hämorrhiden und nicht minder
Bei dem Nabelbruch der Kinder.*

*Meistens ist der Durst vermindert
Und die Harnfunktion behindert.
Schon beim leisesten Berühren
Wir vermehrte Schmerzen spüren.*

Apis mellifica, die Honigbiene, ist in der Homöopathie vor allem als Akutmittel bekannt. Und dieses Gedicht beschreibt einen Teil der typischen Akutsymptomatik sehr schön. Weniger bekannt ist, dass Apis mellifica auch ein Mittel mit einer großen konstitutionellen Wirkung ist durch alle Altersgruppen.

Geschichte und Mythologie

Die Bienen sind lange vor dem Menschen auf der Erde ansässig. Durch die Nutzung des Feuers und des Rauches kann es dem Menschen gelungen sein, an den Honig und schließlich auch an die Bienen zu kommen. Die Biene findet sich in der Mythologie vieler Kulturen. Die große Bedeutung der Biene als Honiglieferant ist sicher einer der Gründe für ihren religiösen Rang. Im Ägypten der Pharaonen ist die Biene schon ca. 3000 v. Chr. als Symbol für die Herrschaft über Unterägypten (Nildelta am Mittelmeer) zu finden. Neben der Papyrusstaude ist die Biene Herrschaftszeichen des Königreiches Unterägypten. Die Biene stellte in der ägyptischen Mythologie die Verbindung des Königtums zum Sonnengott Re dar. In der frühchristlichen Mystik hat die Biene eine besondere Bedeutung, da die scheinbar geschlechtslose Vermehrung der Bienen gut zur Jungfräulichkeit Mariens passte und z. B. vom römischen Kirchenvater Ambrosius als Symbol auf Abbildungen seiner Person benutzt wurde.

Das Thema Geschlechtslosigkeit und Sexualität sind gerade auch beim älteren Apispatienten von großer Relevanz.

Toxikologie

Das Gift der Honigbiene enthält drei Klassen von Wirkstoffen. Man kann biogene Amine (Histamin), Polypeptide und Enzyme unterscheiden. Die Wirkung des Histamins kommt durch die Einwirkung auf im Körper vorhandene Histaminrezeptoren zustande. Histamin kommt im Körper zum einen als Entzündungsmediator in der Granula von Mastzellen und basophilen Granulozyten vor, zum anderen findet sich Histamin als Neurotransmitter in Neuronen im hinteren Hypothalamus. Die Wirkung als Entzündungsmediator steht bei der toxikologischen Bedeutung als Insektengift im Vordergrund. Das Histamin wirkt danach als Entzündungsmediator, indem es zur Erweiterung der lokalen Arteriolen und Venolen kommt und zur Erhöhung der endothelialen Permeabilität. Das führt zu einer lokalen Hyperämie verbunden mit den wichtigen Entzündungszeichen Rubor, Calor und Tumor. Die Hyperämie und die gesteigerte Gefäßpermeabilität führen im Entzündungsgebiet wiederum zum Austritt von Plasmaproteinen und Leukozyten. Der Schmerz entsteht hierbei zum Teil durch den Druck der Gewebeschwellung auf sensible Dendriten, die frei im Gewebe liegen.

Falls Histamin aber nicht nur lokal im Entzündungsgebiet wirkt, sondern eine systemische Wirkung im ganzen Körper entfaltet, kommt es zu Reaktionen im Bereich Herz-Kreislauf, Muskelapparat und Gastrointestinaltrakt. Bei der Kreislaufwirkung findet man eine Blutdrucksenkung durch die Erweiterung der Arteriolen und Venolen. Als Reaktion auf diese Blutdrucksenkung reagiert das Herz positiv chronotrop und positiv inotrop. Durch eine systemische Wirkung auf die glatte Muskulatur kommt es in vielen Organen zur Kontraktion dieser. Eine besondere Empfindlichkeit findet sich bei den Bronchialmuskeln und beim Darm. Die Bronchokonstriktion und Kontraktion der Darmmuskulatur finden sich am stärksten ausgeprägt bei anaphylaktischen Situationen mit einhergehender Atemnot.

Für das homöopathische Mittel Apis mellifica werden die Arbeiterinnen von Honigbienen, Apis mellifica LINNE, verwendet. Die lebenden Tiere werden dazu in 60 %-igem Alkohol getötet und nach weiterer Zugabe von Alkohol zerkleinert. Mit 62 % Alkohol wird der Ansatz versetzt und 14 Tage stehen gelassen, wobei er dreimal täglich umgeschüttelt wird. Durch Filtrieren gewinnt man eine anfangs hellgelbe Tinktur, die sich später dunkelgelb verfärbt.

Volksheilkunde

In der Volksheilkunde wird die Honigbiene als ganzes Tier, als Bienengift (vor allem bei rheumatischen Erkrankungen), als Honig, als Blütenpollen, als Gelee royale (u. a. bei Erschöpfungszuständen, Streß, Depression, Impotenz, Frigidität, Unfruchtbarkeit, Menstruationsstörungen und Wechseljahrsbeschwerden) und als Propolis verwendet.

Die homöopathische Apis-Konstitution

Die Apispersönlichkeit kann in allen Altersgruppen ausgeprägt sein. Für das Leben, die Liebe, die Gesundheit, die Krankheit, die Arbeit, das Sterben oder den Tod ist die Biene und ihr Medikament von Bedeutung. Apis dient hier als oft geheimnisvolles, dämonenhaftes, oder als moralisches Symbol. Apis kann aber auch als Symbol dämonischen Sexualverhaltens dienen. Die Unterdrückung der geschlechtlichen Funktion, wie wir sie bei den Arbeiterinnen eines Bienenvolkes deutlich sehen können, kann sich auch bei jungen, etwas albernen und schwärmenden Teenagern, aber auch bei geschlechtsreifen Frauen in den besten Jahren auswirken. Dies kann sich z. B. als Amenorrhoe in der Folge von Schreck und Entsetzen zeigen.

Allgemein finden sich Ödeme von Haut und Schleimhäuten, man findet Schwellungen und Aufgedunsenheit. Es prägen rosigfarbene Ödeme das Apisbild, sowie stechende Schmerzen, Unverträglichkeit von Hitze, Ergüsse an Hirnhäuten, am Herzen und an der Pleura. Miasmatisch ordnet Dr. Henry C. Allen Apis der Pseudo-Psora zu.

Die Geschäftigkeit und die rege Tätigkeit dienen dem Apis-Patienten / der Apis-Patientin dazu, fehlende Selbstverwirklichung und ein unbefriedigendes emotionales Leben auszugleichen. Da er sein eigenes Wesen zu wenig entwickelt hat, empfindet er wenig wahres Selbstwertgefühl und misst deshalb den außerhalb seiner Persönlichkeit liegenden Objekten sehr viel Bedeutung bei. Er gerät in Aufruhr, sobald jene Dinge gefährdet scheinen, die seinem Leben einen scheinbaren Halt und Sinn geben und seine Lebensgrundlage ausmachen. Der Verlust all dessen, was der Patient mit Wert belegt, ist deshalb eine der häufigsten Ursachen für sein Leiden.

Da der Apis-Patient seine Emotionalität nicht oder wenig zeigt, so dass er vor Wut platzen könnte, muß er diese Erfahrung auf der körperlichen Ebene austragen. Im ganzen Körper können Flüssigkeitsansammlungen auftreten, wobei der Patient im Extremfall aufgetrieben, bis zum Platzen mit Wasser angefüllt ist und deshalb an einem unbeschreiblichen Engegefühl leidet. Seine emotionale Einengung überträgt der Patient auf die körperliche Ebene, um sich von dem seelischen Erstickungsgefühl zu befreien. Deshalb kann der Apis-Patient nun durch ödematöse Schwellungen des Kehlkopfes und der Luftwege in große Atemnot kommen.

Der Apis-Patient fühlt sich wie die Biene als Gemeinschaftswesen, weil er seine eigene Individualität noch nicht entdeckt hat. Durch sein Verlangen nach Gesellschaft und die Angst vor dem Alleinsein ist der Apis-Patient auf Beziehungen mit anderen Menschen geradezu angewiesen. Sie bedeuten für ihn eine gewisse Sicherheit, weshalb er sich in permanenter Geschäftigkeit für andere aufzuopfern bereit ist. Dies geschieht in der unbewußten Absicht, sich unabkömmlich zu machen und damit die anderen Personen oder Institutionen intensiver an sich zu binden.

Liebgewordenes betrachtet er sehr stark als seinen Besitz, weshalb er auch bei geringstem Anlass mit heftiger Eifersucht reagiert. In seinem Argwohn und seiner Eifersucht findet er sich stets bereit, kämpferisch zu reagieren. Dies gilt auch für die Bereiche, wo der Apis-Patient sich scheinbar

zum Wohle der anderen aufopfert. Er zeigt sich dann erregt, reizbar, ärgerlich und zornig. Wie die Biene den Giftstachel benützt, um ihr Gut zu schützen, bedient sich der Apis-Patient der Eifersucht als Giftwaffe. Der Patient kann sehr unter Eifersucht, Trennungsproblematiken und unter den Beschwerden unterdrückter Sexualität leiden, die mit dem realen oder vermeintlichen Partnerverlust gekoppelt sind. Apis kann ähnlich Lachesis sehr eifersüchtig auf seinen Partner sein, wenn der sich stark mit seiner Arbeit identifiziert. Willibald Gawlik berichtet von Frauen, die ihren Männern die Bücher zerreißen und in den Mülleimer werfen, die diese als besonders wertvoll empfinden.

Er ist sehr stark mit Triebkonflikten konfrontiert, sei es nun durch verdrängte Sexualität oder durch übertriebenes sexuelles Begehren. Ist ein übersteigerter Sexualdrang vorhanden, hat es den Anschein, als möchte der Patient die Urgründe seines Daseins voll und ganz durch die Sexualität erforschen und erleben. In dieser Hinsicht gibt es Parallelen zum Triebleben der Bienenvölker. Bei den Arbeitsbienen ist der Geschlechtstrieb völlig unterdrückt, während die Königin intensiv umschwärmt wird und sich einzig und allein ihrer Fortpflanzung widmet. Durch die Verlustangst des Apis-Patienten entsteht sein eifersüchtiges Verhalten und ein Festhalten wollen um jeden Preis. Je mehr er aber am anderen festhält, desto mehr verkrampft er sich, verhindert den Entwicklungsfluß, wird unbeweglich und leidet deshalb mitunter an rheumatischen Erkrankungen. Anstatt sich anderen zu öffnen und auf sie einzugehen, versucht er, sie festzuhalten. Zu Apis können auch jene alten Damen und Herren gehören, die in höherem Alter noch ein pubertäres Schwärmen in ihrem Herzen tragen, sich in junge Menschen verlieben, mitunter albern lachen. Sie sind auf das junge Wesen auch eifersüchtig und zermartern sich das Hirn mit tausend Gedanken, was diese oder dieser während der eigenen Abwesenheit wohl treibt. Die Apis-Eifersucht ist ähnlich der Eifersucht von Lachesis, doch die Lachesis-Eifersucht ist viel verrückter und unfundierter, das Mißtrauen dieser Patienten ist viel größer, sie werden ja von ihrer Eifersucht förmlich gefoltert.

Wenn der Apispatient Selbstvertrauen entwickelt und seine Individualität auf vielfältige Weise auszudrücken gelernt hat, wird er jedoch die Gelegenheit, seine Sexualität zu leben, nutzen. Er sollte seine Triebe nicht aus irgendwelchen Ängsten oder Ideologien heraus unterdrücken, sondern mit Freude leben. Schließlich ist ja der

Apis-Patient bei aller Ähnlichkeit mit einer Honigbiene kein geschlechtsloses, arbeitsames Wesen, sondern immer noch ein Mensch mit Trieben und Sehnsüchten.

Nach Willibald Gawlik sind wichtige Persönlichkeiten vor oder nach der Menopause die „grünen“ bzw. die „feurigen“ Witwen, die bis hin zur sexuellen Manie oder bis zur Nymphomanie gesteigertes Geschlechtsverhalten haben, vergleichbar mit dem der Bienenkönigin. Dies sind dann meist sehr lebhaft, äußerst sympathische, gut aussehende Frauen, die auch im Alter von 50 bis 60 Jahren noch eine sehr gute Figur haben. Sie treten auf wie ein Mannequin, das ein wenig nervös und reizbar ist. Immer sind sie sehr elegant und ordentlich angezogen, sorgfältig frisiert, sehr sauber, dabei aber etwas unruhig oder auch exaltiert. Gerne tragen sie etwas, dabei bewegen sie fortlaufend die Hände. So wandert beispielsweise die Handtasche von einer Hand in die andere. Einer der Körperteile bewegt sich immer, sei es die Schulter, sei es der Kopf, sei es die Glutealregion oder auch die Brüste. Die beschriebenen Frauen ähneln in ihrem Verhalten den Bienen, die an wunderschönen Blüten landen und sich dort dauernd bewegen, indem sie den Kopf vorstrecken, die Flügelchen und die Beinchen bewegen. Ihre meist starke erotische Ausstrahlung verfehlen sie nicht. Frustrierte Apis-Patientinnen können sich zu Nymphomaninnen entwickeln, die sich unter Umständen nur mit Mühe zurückhalten können, auch wahllos Männer anzusprechen.

Der Grundtenor von Emsigkeit, Arbeitsamkeit und „sexueller Manie“ sollte aber nicht pauschal als pathologisch angesehen werden. Ein erlöster Apis-Patient bzw. Apis-Patientin kann neben der emsigen Arbeit und dem Interesse an der menschlichen Gemeinschaft eine ausgewogene befriedigende Sexualität und Individualität empfinden und leben. Apis als homöopathische Arznei kann auf dem Weg dorthin wertvolle Unterstützung bieten wie auch bei den angesprochenen körperlichen und Allgemeinsymptomen.



Hp / Tierarzt Arne Krüger

Stellvertretender Schulleiter der
Samuel-Hahnemann-Schule Berlin
Mohriner Allee 88, 12347 Berlin
Tel.: (030) 703 69 60
www.arnekrueger.de



Fotos: Autor

»Die Osteobalance versucht über die dreidimensionale Begutachtung des Beckens und myofasziale Wirkungsketten Beschwerden zu lindern und Fehlstellungen zu korrigieren.«

Winfried Abt

Osteobalance® – manuelle Medizin in der Heilpraktikerpraxis

– Winfried Abt –

Die Statistiken wiederholen sich bei jeder Befragung: Deutschland hat Rücken oder konkreter: Knapp ein Drittel der erwachsenen Bevölkerung und rund ein Fünftel der Kinder und Jugendlichen in Deutschland leiden unter Rückenschmerzen. (Statista, April 2024)

Eine kleine, aber nicht weniger feine Methode innerhalb der Manuellen Medizin in der Heilpraktikerpraxis ist die Osteobalance®. Die Osteobalance® ist seit 2008 aus der Dynamischen Wirbelsäulenthherapie nach Popp® heraus entstanden. Das Grundprinzip, das die Osteobalance kennzeichnet und auf dem sie aufbaut, entstammt dabei den Überlegungen des Ehepaars Popp. Es sind im Laufe der Zeit dann mehrere „Griffe“ dazugekommen, die Methode hat sich erweitert. Als Beispiel mögen die Techniken am Übergang Brustwirbelsäule (BWS) / Halswirbelsäule (HWS) und die veränderte Behandlung der HWS dienen. Auch die Wirkungserklärung hat sich erweitert. Die Osteobalance® versucht über die dreidimensionale Begutachtung des Beckens und einer anschließenden dynamischen Behandlung über myofasziale Wirkungsketten auf der strukturellen Ebene Rückenbeschwerden zu lindern und Fehlstellungen zu korrigieren.

1. Die dreidimensionale Beckenstatik

In der Osteobalance® werden Beckenfehlstellungen explizit in allen drei räumlichen Ebenen begutachtet und therapiert: Abweichungen der Darmbeinschaukeln nach vorne oder hinten (Vorschritt, Rückschritt), Abweichungen in der Höhe der beiden Darmbeinkämme (vertikaler Beckenschiefstand), Abweichungen der Darmbeinschaukeln nach außen oder nach innen (Innenrotation, Außenrotation). Kernstück und Goldstückchen der Beckenbehandlung ist die Mobilisierung der Iliosakralgelenke. Der Patient mobilisiert seine Beckenregion durch eine angeleitete Beinbewegung und der Therapeut nutzt diese Vorentlastung und gibt einen sanften Impuls auf das Iliosakralgelenk (ISG) (siehe Bild 1). Dies geschieht im Bewusstsein, dass das Becken das Fundament ist, auf dem die Statik der Wirbelsäule ruht. Der Pa-

tient merkt in aller Regel sofort eine Entlastung der bekannten kritischen Stellen, etwa an den Facettengelenken des Übergangs vom Kreuzbein zur Lendenwirbelsäule und/oder am Ligamentum iliolumbale.

2. Behandlung der Wirbelsäule

Die Korrektur von Fehlstellungen der Wirbelsäule geschieht über einen Muskelzug, den der Patient selbst durchführt und der vom Therapeuten angeleitet und unterstützt wird. Der Therapeut tastet nach der härtesten Stelle in der Muskulatur („tender point“) im Sulkus neben dem Dornfortsatz des entsprechenden Wirbels. Den entscheidenden Punkt zu finden ist die Kunst, die es zu erlernen und zu trainieren gilt.

Ich nenne es den „Fühlfinger“! Nun gibt der Therapeut einen leichten bis mittelstarken und stetigen Impuls auf den gefundenen Punkt. Gleichzeitig muss der Patient die Muskeln auf der Gegenseite durch gezielte Bewegungen so aktivieren, dass durch diesen Zug ein Gleichgewicht der Muskulatur am betroffenen Wirbel wiederhergestellt wird. Entscheidend ist meiner Erfahrung nach, dass Arm oder Bein so in der Höhe eingestellt werden, dass am Fühlfinger des Therapeuten „etwas ankommt“. Wenn Höhe und Richtung stimmen, genügen oft wenige Hebelbewegungen des Patienten und der auffällige Punkt in der Muskulatur verschwindet.

In unserer Modellvorstellung können wir ruhig das Bild gebrauchen, dass sich durch diesen Zug der betroffene Wirbel wieder mittig einrichtet. Diese Vorgehensweise wiederholt sich bis zum oberen Ende der Wirbelsäule, dem Atlas. Gerade der korrekten Stellung des Atlas wird besondere Aufmerksamkeit gewidmet. Seine Position hat nachweisbar Auswirkungen auf die gesamte Wirbelsäule und steht in engem Zusammenhang mit der Funktion des Beckens und der Iliosakralgelenke.

Die Eigen-Bewegungen des Patienten zur „Wirbelkorrektur“ ändern sich dabei mit der aufsteigenden Höhe der Behandlung. Die HWS wird in liegender Position behandelt (Bild 5).



Bild 1: Behandlung des Iliosakralgelenkes ISG
Mit ihrem Spielbein (hier links) schwingt die Patientin im Halbkreis nach hinten, während der Therapeut mit seinem Handballen am Kreuzbein einen präzisen und dynamischen Druck auf das blockierte ISG (hier rechts) gibt.

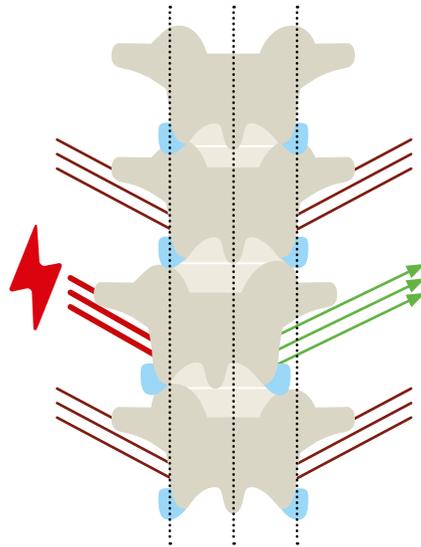


Illustration: Julia Windt

Bild 2: Behandlung der Wirbelsäule (Modell)
Der Therapeut hat seinen „Fühlfinger“ am palpieren Punkt (roter Blitz), der Patient macht eine Bewegung, die auf die Gegenseite arbeitet (grüne Pfeile).

Robert Schleip, deutet ganz stark darauf hin. (vgl. Schleip et al. 2019).

4. Selbstübungen (sogenannte Hausaufgaben)

Ich versuche dem Patienten möglichst wenige, dafür effektive und bewährte Hausaufgaben mitzugeben. Nach verschiedenen Versuchen, Fehlversuchen, Irrwegen und Erfolgen habe ich seit dem letzten Jahr eine Übung entwickelt, die die Iliosakralgelenke und die untere Lendenwirbelsäule beweglich und blockadefrei erhalten kann.

5. Fazit

Die Osteobalance® ist in der Naturheilpraxis gut mit medikamentösen oder ausleitenden Therapien kombinierbar, was gerade bei allen Erkrankungen des Bewegungssystems notwendig ist. Sie kennt auch ihre Grenzen. Die Erfahrungen der Anwender ist die, dass gerade solche Erkrankungen, die man

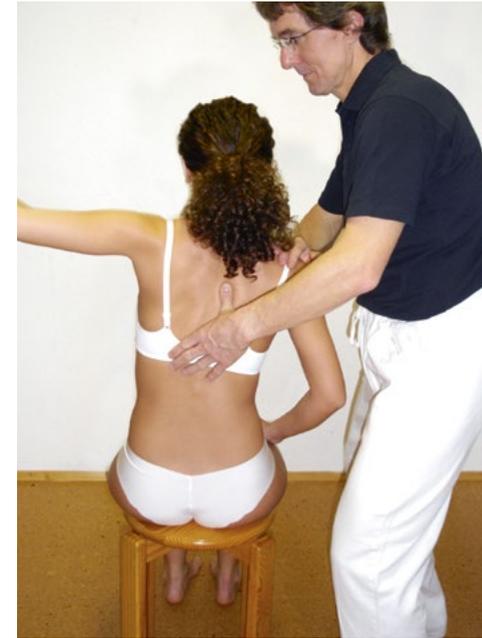


Bild 3: Brustwirbelsäule
Der Therapeut „hält“ den gefundenen Punkt mit seinem Fühlfinger, die Patientin bewegt den hier abduzierten und flektierten Arm der Gegenseite nach hinten. „Ellbogenhebel“

landläufig als LWS- oder BWS oder HWS – Syndrom bezeichnet, sehr gut auf eine Behandlung mit der Osteobalance® ansprechen. Mit nachvollziehbaren Behandlungsstrategien kann mit einer eher geringen Anzahl an Behandlungen eine oft deutliche Besserung erreicht werden. Im Sinne der Hilfe zur Selbsthilfe sollte der Patient gezielte Übungen als Hausaufgaben fortführen.

Ein Behandlungsfall

Patientin, 75 Jahre alt, agil und aktiv, kommt mit Beschwerden im Becken- und Lendenwirbelbereich. Schwierigkeiten beim Stehen, vor allem in Ruhe. Aus Vorbehandlung bekannt: Hüftgelenkbeweglichkeit rechts eingeschränkt. Befund gemäß der Terminologie der Osteobalance: Beinlängendifferenz rechts, Vertikaler Beckenschiefstand links, Blockade des ISG rechts, Innenrotation des Beckens rechts bei starker Druckdolenz des M. iliopsoas. Wirbelblockade L5/S1, Rest der LWS

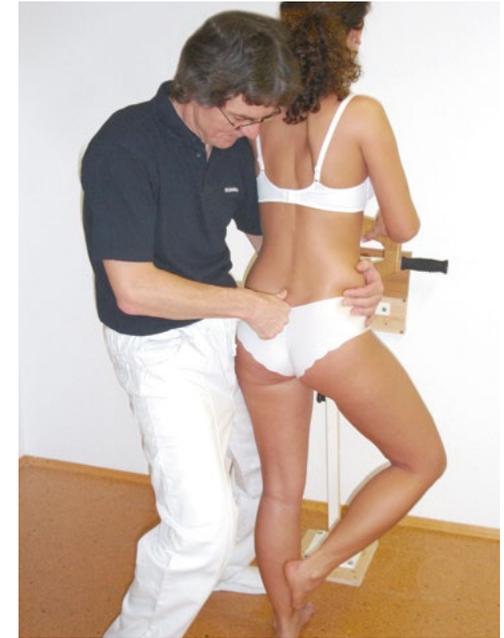


Bild 4: Lendenwirbelsäule
Der Therapeut „hält“ den gefundenen Punkt mit seinem Fühlfinger, die Patientin bewegt das leicht flektierte Bein nach hinten. „Kniehebel“.

unauffällig (Anm.: erstaunlicherweise!), Wirbelblockaden und Tender points auf Höhe Th 6 und Th 7 und Übergang Th1/C7, C4 und Atlas links.

Behandlung in der ersten Sitzung mit den Techniken der Osteobalance®: Ausgleich Beinlängendifferenz und Beckenschiefstand, Deblockierung und Mobilisierung des ISG rechts. Mobilisierung der LWS über den „Kniehebel“ und der BWS über den „Ellbogenhebel“ (wie in Bild 3 und 4), jeweils auf Höhe der Blockaden. Behandlung der HWS im Liegen, auch patientenaktiv über den „Nasennebel“.

Wiedervorstellung nach 3 Tagen. Patientin erklärt strahlend, „Ich kann wieder stehen“. Es zeigt sich erneut die Blockade im ISG, die aber schon deutlich besser lösbar ist. Daneben in der zweiten Behandlung Focus auf „Nebenschauplätze“ wie Blockaden im Kreuzbein, Mobilisierung Fußgelenke, Übergang HWS/BWS und Schulter. Als Hausaufgabe: ich habe einen ISG-Block mitgegeben, ISG- Mobilisierung mindestens 3-mal am Tag.



Bild 5: HWS. Der Therapeut „hält“ den gefundenen Punkt über dem Atlasquerfortsatz, die Patientin bewegt ihren Kopf hier im Beispiel mehrmals nach rechts („Ihre Nase steht auf zwölf Uhr, bewegen Sie Ihre Nase und den Kopf gegen meinen Arm nach 14 Uhr.“).



Bild 7: Die momentane Endversion des ISG-Blocks

Bild 6: Der Patient kniet mit einem Bein auf dem ISG-Block und hängt sein anderes Bein an der unteren Wade ein. Der Rücken soll gerade sein und ruhig bleiben! Nun bewegt er sein Knie (und damit den Oberschenkel) mehrere Male auf und ab und mobilisiert so sein ISG. Danach wird die Seite gewechselt.

Wiedervorstellung nach weiteren 4 Tagen: Beckenfehlstellungen sind deutlich reduziert und leicht korrigierbar, ISG sind beidseits frei. Patientin ist mit dem Ergebnis sehr zufrieden. Aufgrund der Hüfteinschränkung Anraten auf Vorstellung und Diagnosestellung beim Orthopäden.



Winfried Abt, Ph.D., Heilpraktiker
 Entwickler Osteobalance®.
 Oberer Kirchberg 29
 88273 Fronreute, Deutschland
 Tel.: +49 750 57 00 98 74
 win.abt@osteobalance.net

Osteobalance®

Grundkurs mit Winfried Abt

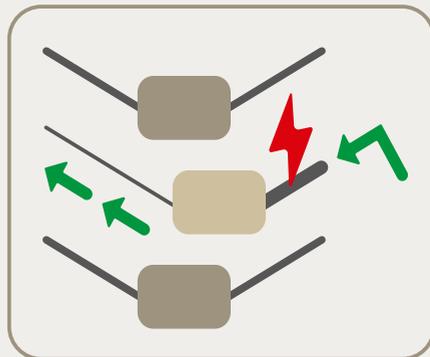
22. Nov. – 23. Nov. 2025, Berlin

Sa: 9 bis 18 Uhr, So: 9 bis 13 Uhr

Kursgebühr: 230 € | 100 € ermäßigt

Informationen und Anmeldung:

Arthur-Lutze-Gesellschaft zur Förderung der Homöopathie und Naturheilkunde e.V.
 bernhard.kraemer@heilpraktiker-berlin.org,
 Tel.: 030-323 30 50



Die Arthur-Lutze-Gesellschaft zur Förderung der Homöopathie und Naturheilkunde in den neuen Bundesländern und in Berlin e.V. fördert ausschließlich und unmittelbar Projekte der Homöopathie und der Naturheilkunde, indem sie Erfahrungen auf diesen Gebieten sammelt, erforscht, ausbaut, auswertet, dokumentiert und lehrt. Sie führt Informationsveranstaltungen und Seminare für die Allgemeinheit durch, insbesondere auch für

Laien und Patienten, und dient damit dem öffentlichen Gesundheitswesen und der Gesundheitsaufklärung. Darüber hinaus bietet sie Aus- und Fortbildungsveranstaltungen für Heilpraktiker, Ärzte, Tierärzte, Zahnärzte, Apotheker und Krankenpflegepersonal an. Sie fördert die Errichtung einer Klinik für Homöopathie und Naturheilkunde in den neuen Bundesländern und/oder Berlin, betrieben in gemeinnütziger Trägerschaft. Projekte dieser Art sind im Sinne des § 52 Nr.2 AO als gemeinnützig anerkannt.

Arthur-Lutze-Gesellschaft zur Förderung der Homöopathie und Naturheilkunde in den neuen Bundesländern und in Berlin e.V.
 Mohriner Allee 88, 12347 Berlin | Tel. (030) 703 69 60



Foto: Helen Stevens

»Schon Mephisto wusste es, Blut ist weit mehr als eine einfache Flüssigkeit: sondern ein ganz besonderer Saft.«

Dragana Jokic

Blut – ein ganz besonderer Saft

– Dragana Jokic –

Schon Mephisto wusste es – und die altherwürdigen Gelehrten der Chinesischen Medizin teilten diese Ansicht: Blut 血 xuè ist weit mehr als eine einfache Flüssigkeit, die durch unsere Adern fließt. Es ist nicht nur ein Transportmittel für Sauerstoff und Nährstoffe, sondern ein komplexes System, das eng mit unserer Gesundheit, Energie, unserem emotionalen Gleichgewicht und sogar unserer spirituellen Verankerung verbunden ist. Es ist ein „ganz besonderer Saft“, der die Essenz unseres Lebens trägt und uns mit der Welt um uns herum verbindet.

Die Essenz des Lebens: Blut 血 xuè in der chinesischen Medizin

In der chinesischen Medizin ist Blut 血 xuè eine der vitalen Substanzen, die für das Leben und die Gesundheit unerlässlich sind. Das Schriftzeichen von xuè 血 stellte in seiner frühen Form ein Opfergefäß, das mit Blut gefüllt war, dar. Es ist nicht nur ein materieller Bestandteil, sondern auch ein Träger von 氣 Qi, der uns nährt, unsere Körperfunktionen reguliert und unsere spirituelle Integrität unterstützt. Ohne ausreichend Blut fühlen wir uns kraftlos, müde und anfällig für Krankheiten. In meiner Praxis begegnen mir zunehmend Frauen, die genau das beschreiben – sie sind häufig krank, ständig müde und ohne Kraft. Warum Frauen? Frauen sind alleine durch die Tatsache, dass sie monatlich eine bestimmte Menge Blut verlieren, intimer mit dem Blut verbunden. Auch aus eigenem Interesse finde ich es interessant, Blut aus Sicht der chinesischen Medizin näher zu beleuchten.

Wie wird Blut 血 xuè gebildet?

Blutbildung aus Sicht der Chinesischen Medizin ist ein komplexer Prozess, der von mehreren Organen und Substanzen beeinflusst wird. Die Blutbildung hängt von der harmonischen Zusammenarbeit von Milz, Nieren, Herz und Lunge ab. Die Milz (Element Erde) spielt die zentrale Rolle bei der Umwandlung von Nahrung in die Bausteine des Blutes, während die Nieren (Element Wasser) die grundlegende Energie dafür bereitstellen. Das

Herz (Element Feuer) pumpt das Blut durch den Körper, und die Lunge (Element Metall) liefert das Qi für die Blutzirkulation. Das Blut wird vornehmlich in der Leber (Element Holz) gespeichert. Ein Ungleichgewicht in einem dieser Organe bzw. Elemente kann die Blutbildung beeinträchtigen und zu einem Blut-Mangel / xuè xū oder anderen Problemen führen.

Ein Blut-Mangel / xuè xū kann sich in einer Vielzahl von Symptomen äußern: Blässe, Schwindel, trockene Haut und Haare, Gedächtnisprobleme, Angstzustände, Schlaflosigkeit und natürlich auch Menstruationsbeschwerden bei Frauen. Eine weitere Folge des Blut-Mangels / xuè xū kann eine Stagnation des Blutes / yū xuè sein, die zu Schmerzen, Schwellungen und anderen Beschwerden führt.

Unterteilung des Blut-Mangels

Wir können generell einen Leber-Blut-Mangel und einen Herz-Blut-Mangel unterscheiden. Allgemeine Symptome, die wir in beiden Fällen beobachten können, sind: Blässe, besonders im Gesicht und an den Lippen; Müdigkeit und Erschöpfung, besonders nachmittags oder abends; Schwindel und Benommenheit, vor allem beim Aufstehen.

Ein Leber-Blut-Mangel drückt sich in folgenden spezifischeren Symptomen aus: verschwommenes Sehen, trockene oder juckende Augen; brüchige Nägel, trockene Haut und Haare; Kopfschmerzen, oft dumpf und chronisch; Taubheitsgefühl oder Kribbeln in den Extremitäten; Reizbarkeit, Frustration und Wut, Depressionen und Angstzustände; Durchschlafstörungen; Unregelmäßige Menstruation, oft spärlich oder ausbleibend, schmerzhafte Periode.

Ein Herz-Blut-Mangel kann folgende spezifische Symptome aufweisen: Herzklopfen (Palpitationen); Engegefühl in der Brust; Gedächtnisprobleme und Konzentrationsschwierigkeiten; Schlafstörungen; Angstzustände, Nervosität und Unruhe.

Wenn wir uns die Zunge und den Puls betrachten, begegnen uns diese Merkmale: der Zungenkörper ist blass und trocken, schmal; der Puls ist dünn (xì mài) und leer (xū mài), oft auch kurz (duǎn mài).

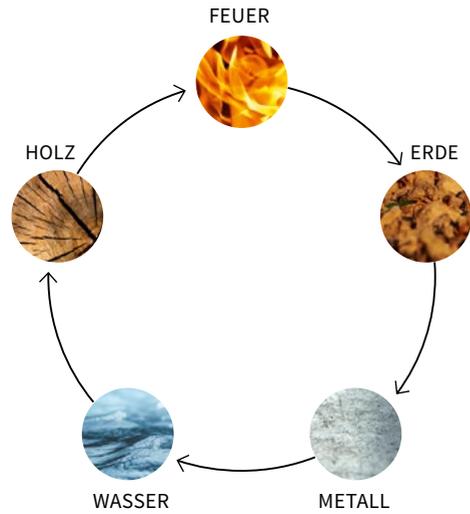


Abb. 1: Bei der Blutbildung spielen alle Elemente (Wandlungsphasen) eine Rolle.

氣 Qi und Blut 血 xuè: Eine untrennbare Verbindung

氣 Qi und Blut 血 xuè sind in der Chinesischen Medizin wie zwei Seiten derselben Medaille. Qi ist die vitale Energie, die durch den Körper fließt und die Funktionen der Organe und Gewebe antreibt. Blut ist die materielle Substanz, die Qi nährt, unterstützt und ihm eine physische Grundlage gibt.

Qi bewegt das Blut, und das Blut nährt das Qi. In den alten Klassikern steht „Blut 血 xuè ist die Mutter von 氣 Qi“. Wenn die Energie Qi schwach ist, kann sie das Blut nicht effektiv bewegen, was zu Stagnation führt. Wenn das Blut erschöpft ist, kann es das Qi nicht ausreichend nähren, was zu einem Qi-Mangel führt. Daher ist es in der Chinesischen Medizin unerlässlich, sowohl Qi als auch Blut zu stärken und ins Gleichgewicht zu bringen.

Die emotionale Landkarte des Blutes 血 xuè

Die Chinesische Medizin erkennt die tiefe Verbindung zwischen unseren Emotionen und dem Zustand unseres Blutes. Starke Emotionen wie Angst, Wut, Trauer oder Kummer können den Fluss des Qi und des Blutes stören, was zu gesundheitlichen Problemen führt. Umgekehrt kann auch ein Ungleichgewicht im Blut unsere Emotionen beeinflussen und uns anfälliger für Stress und Stimmungsschwankungen machen.

Die Leber spielt eine besonders wichtige Rolle bei der Regulierung des Blutflusses und der Emotionen. Wenn das Leber-Qi stagniert, kann dies zu Reizbarkeit, Frustration und Wut führen. Eine gesunde Leber sorgt für einen reibungslosen Fluss von Qi und Blut, was zu emotionaler Stabilität und Ausgeglichenheit beiträgt.

Diagnose und Behandlung in der Chinesischen Medizin

In der Chinesischen Medizin wird der Zustand des Blutes durch eine sorgfältige Diagnose beurteilt, die auf der Betrachtung von Symptomen unter anderem durch die Befragung der Patient*innen beruht, der Untersuchung des Pulses und der Zunge. Als Therapeutin suche ich nach Zeichen von Blut-Mangel, Blut-Stagnation, Blut-Hitze oder anderen Ungleichgewichten. Die Behandlung kann eine Kombination aus verschiedenen Methoden umfassen, darunter natürlich die Ernährung und verschiedene Kräuter.

Wenn wir das Blut nähren und stärken wollen ist eine ausgewogene Ernährung mit blutbildenden Lebensmitteln wichtig. Wer es ganz einfach haben möchte, merkt sich als Faustregel – Alles, was rot und grün ist, ist gut fürs Blut.

Detaillierter beleuchtet sind blutbildende Lebensmittel aus der Gemüseabteilung zum Beispiel Karotte, Rote Beete, Mangold und Grünkohl. Im Bereich des Getreides ist der Weizen das Wirkungsvollste, um Blut und Yin zu stärken. Eier und Fisch – Thunfisch oder Lachs – dürfen auf dem Speiseplan stehen und dann ist da natürlich auch Fleisch zu nennen, als ein schnelles Mittel um Blut zu bilden, allen voran die Leber! Aber auch Fleischbrühen (Knochenbrühen!) sind aus Sicht der Chinesischen Medizin ein wertvolles Nahrungsmittel zur Stärkung von Qi und Blut, besonders bei Blut-Mangel. Sie nähren die Essenz, unterstützen die Verdauung und wirken befeuchtend. Trockenfrüchte wie Feigen, Maulbeeren oder Gojibeeren, bei den frischen Früchten Kirschen, sind ebenfalls blutaufbauend.

Spezifische Kräuter, die wir in der Küche haben, wie die Brennnessel oder Petersilie, können verwendet werden, um das Blut zu nähren. Chinesische blutaufbauende Kräuter sind dāng guī – chinesische Engelwurz (*Angelica sinensis*), dà zǎo – Jujube (*fructus jujubae*), hé shǒu wū – vielblütige Knöterich (*Radix polygoni multiflori*). Als Zutaten für eine Brühe zum Beispiel sind diese chinesischen Kräuter recht einfach in unseren Küchenalltag integrierbar.

Illustration: Julia Windt



Foto: jackmac34 / pixabay.com



Foto: congerdesign / pixabay.com

Alles, was rot und grün ist, ist gut für's Blut – zum Beispiel Mangold und Rote Beete.

Ein moderater Lebensstil mit ausreichend Schlaf und regelmäßige Bewegung sind ebenfalls wichtig für die Aufrechterhaltung einer gesunden Blutzirkulation und eines ausgeglichenen emotionalen Zustands.

Die spirituelle Dimension des Blutes

In der chinesischen Philosophie wird das Blut als Träger des Geistes schön betrachtet. Es ist die Verbindung zwischen unserem physischen Körper und unserem spirituellen Wesen. Das Blut nährt schön und ermöglicht uns, unsere Emotionen auszudrücken, zu denken und zu fühlen.

Ein starkes und gesundes Blut unterstützt einen klaren und ausgeglichenen Geist, was zu innerem Frieden, Selbstvertrauen und spirituellem Wachstum führt. Wenn das Blut jedoch schwach ist oder stagniert, kann dies zu Unruhe, Angstzuständen und spiritueller Entfremdung führen.

Das Erbe des Blutes: Menstruation und Fruchtbarkeit

In der chinesischen Medizin wird der Beginn der Geschlechtsreife über das „himmlische Wasser“ tiān guǐ 天癸 eingeläutet, welches bei Frauen die Quelle für das Menstruationsblut jīng shuǐ 經水 ist, eine kostbare Essenz, die mit Fruchtbarkeit, Weiblichkeit und Lebenskraft verbunden ist. Tiān guǐ 天癸 wird von der Niere gespeichert und durch die Zusammenarbeit von Herz, Leber und Milz transformiert.

Auch wenn die Wurzel für das Menstruationsblut nicht das über die Milz hergestellte Blut ist, ist eine generell ausreichende Blutbildung wichtig für einen gesunden Menstruationszyklus. Vor allem bei einem Leber-Blut-Mangel wird der Uterus ungenügend mit Blut versorgt. Dann kann die Regelblutung unregelmäßig, schmerzhaft, oder zu wenig sein oder ganz ausbleiben.

Die Alchemie des Blutes: Verwandlung und Heilung

Das Blut ist keine statische Substanz, sondern ein dynamisches System, das sich ständig verändert und erneuert. Es ist ein Spiegelbild unseres Lebensstils, unserer Emotionen und unserer spirituellen Ausrichtung. Wenn wir uns bewusst um unser Blut kümmern, können wir unsere Gesundheit, unser Wohlbefinden und unsere Lebensqualität tiefgreifend verbessern.

Das Blut ist ein „ganz besonderer Saft“, der uns mit der Quelle des Lebens verbindet. Indem wir uns mit seinem Fluss und seiner Weisheit verbinden, sind wir in der Lage unser volles Potenzial zu entfalten und ein Leben in Harmonie, Gesundheit und Freude führen. Es ist ein ständiger Aufruf, in Einklang mit uns selbst und der Welt um uns herum zu leben.

In ihrem Buch „The Spirit of the Blood, Interpreting Laboratory Tests through the Lens of Chinese Medicine“ stellt die Autorin Randine Lewis die Frage, wie man einen an Blut-Mangel leidenden Patienten, kräftigen kann. „What most deeply nourishes the very substance of your life?“ („Was nährt dich auf der tiefsten Ebene deines Seins?“) und empfiehlt diese Frage im Inneren zu erforschen, sie zu fühlen, um das Wesen des Blutes zu erfassen.

Quellen: angegebene Literatur bei der Verfasserin



Hp Dragana Jokic
Berlinakupunktur
Bergmannstr. 5, 10961 Berlin
Tel.: 030-35 30 66 54
www.berlinakupunktur.com



Foto: Julia Windt

Steckbrief Oregano – *Origanum vulgare*

Heilpflanzen-Steckbrief – aus der Praxis für die Praxis, von Cornelia Titzmann



Foto: Tom Rabe / Pixabay

Origanum vulgare. Die krautige Pflanze macht von Juli bis September durch rosaviolette Kronblätter auf sich aufmerksam.

Trivialnamen

Dost, Gemeiner Dost, Wilder Majoran

Familie

Lippenblütler

Vorkommen

Ursprünglich im Mittelmeerraum beheimatet. Inzwischen in ganz Europa verbreitet.

Botanik

Wächst gerne in lichten, trockenen Wäldern und Waldrändern. Außerdem auf trockenen Wiesen und an sonnigen Hanglagen. Bevorzugt kalkhaltige Böden. Die weißen Blüten bringen zuckerreichen Nektar hervor, der gerne von Honigbienen und Schmetterlingen besucht wird.

Inhaltsstoffe

Ätherische Öle (Hauptinhaltsstoff u.a. Thymol), Gerbstoffe, Farbstoffe, Bitterstoffe.

Wirken

Antibiotisch (mindert laut Studie Wachstum mancher Bakterienstämme)
Antiviral (bei Erkältungskrankheiten)
Antimykotisch (und Antiprotozoenmittel?)

Geschichte

In der Volksmedizin seit der Antike bekannt und innerlich bei Blasenentzündung, Gallbeschwerden, Blähungen und Entzündungen im Mundraum angewendet. Äußerlich bei juckendem Ekzem besonders der Kopfhaut.

Darreichungsformen

Tee (das ganze Kraut, *Origanum vulgare* herba)

persönliche Empfehlung

Als Erkältungstee: 2 Teile Origanum-Kraut, 1 Teil Anis-Früchte, 2 Teile Eleutherococcus-Wurzel. 1 Teelöffel pro Tasse 15 min. ziehen lassen. 2–3 Tassen am Tag. Bekämpft den Infekt und die Abgeschlagenheit.

Eine umfassende pflanzenheilkundliche Ausbildung bei Cornelia Titzmann ist bei der Samuel-Hahnemann-Schule Berlin buchbar.

Weitere Steckbriefe und Heilpflanzenporträts können Sie live bei Cornelia Titzmann an jedem ersten Mittwoch im Monat verfolgen (Anmeldung: corneliatitzmann@gmail.com oder buero@heilpraktiker-berlin.org) oder sind beim Verlag Homöopathie und Symbol www.homsym.com – als download oder CD erhältlich.



HP Cornelia Titzmann
c/o Schneidewind
Güntzelstraße 54
10717 Berlin
Tel.: 0173-461 22 67
corneliatitzmann@gmail.com



»In unserer Gesellschaft ist die Rechtshändigkeit so stark manifestiert, dass sie in der Regel überhaupt nicht hinterfragt wird.« Rita Maier

Foto: Miriam Jacks/www.glowcast.de

Eine Therapieblockade der besonderen Art

Über den Einfluss der Händigkeit auf Gesundheit und Wohlergehen.

– Rita Maier –

Was wäre, wenn chronische Erschöpfung, vegetative Dystonie, Hypersensibilität, Depressionen, Angstzustände, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Rückenbeschwerden, Burnout, chronische Sinusitis, innere Unruhe, Lernschwierigkeiten, Konzentrationsstörungen, Hyperaktivität und einiges mehr eine Folge von falsch gelebter Händigkeit wären?

All das sind Symptomatiken, die wir aus unseren Praxen nur allzu gut kennen und mal mehr und mal weniger erfolgreich behandeln können. Was wäre, wenn wir bei den PatientInnen, bei denen unsere bewährten Therapiemethoden einfach nicht greifen wollen, einmal hinterfragen, ob wir es eventuell mit einer **falsch gelebten Händigkeit** zu tun haben.

Was bedeutet Händigkeit?

Als Händigkeit – sie ist ein Teil der Lateralität, d.h. Spezialisierung der Gehirnhälften auf bestimmte Funktionen – wird die Bevorzugung der linken oder rechten Hand bei motorischen Handlungen bezeichnet. Sie äußert sich in einem präferierten Handgebrauch insbesondere in Verbindung mit größerer Geschicklichkeit und Ausdauer (Vasterling et al. 2011).

Händigkeit bezieht sich auf die Verwendung der Hände bei Tätigkeiten wie Schreiben, Essen, Werfen, Schneiden etc. Die dominante Hand wird in der Regel bevorzugt, was sich in einer besseren Geschicklichkeit und größeren Ausdauer in dieser Hand zeigt. Sie ist keine freie Wahl, sondern eine neurologisch festgelegte Eigenschaft aufgrund der Hirndominanz.

»Händigkeit ist Hirnigkeit. Sie ist nicht nur eine Angewohnheit, sondern hängt mit Betonungen und Dominanzen in unserem Gehirn zusammen.«

Dr. Johanna B. Sattler

Was bedeutet falsch gelebte Händigkeit?

Wir sprechen hier von falsch gelebter Händigkeit, wenn jemand mit einer genetischen Rechtshirndominanz nicht die entsprechende dominante linke

Hand für die wesentlichen Tätigkeiten und insbesondere zum Schreiben nutzt, sondern stattdessen – gezwungenermaßen oder unbewusst angepasst – die nichtdominante rechte Hand.

LinkshänderforscherInnen gehen davon aus, dass genetisch jeder zweite Mensch rechtshirndominant ist. Davon leben in Deutschland aber nur 10–15 % die entsprechende Linkshändigkeit und schreiben mit der linken Hand. Folglich würde das bedeuten, dass 35–40 % der Bevölkerung eine falsche Händigkeit leben – die wenigsten bewusst, die meisten unbewusst.

Die meisten, die das jetzt lesen, werden wahrscheinlich sofort denken, „Was für ein Unsinn!“. Aber jede/r, der sich intensiver mit der Händigkeitsthematik beschäftigt, bekommt relativ schnell einen Blick für die Anzeichen von versteckter Linkshändigkeit und wird bestätigen: diese Welt ist voller Pseudo-RechtshänderInnen, die absolut nichts von ihrer angeborenen Linkshändigkeit ahnen.

In unserer Gesellschaft ist die Rechtshändigkeit so stark manifestiert, dass sie in der Regel überhaupt nicht hinterfragt wird. Rechtshändigkeit ist „normal“, so gut wie alles ist für RechtshänderInnen gemacht. Ab und an taucht im Umfeld mal jemand auf, der mit links schreibt. Einige wissen zwar, dass sie Linkshänder sind und machen auch vieles im Alltag mit links, doch Schreiben tun sie mit rechts, weil sie in der Schule oder auch schon Zuhause, auf die rechte Hand umgeschult wurden. Vor allem die älteren Generationen, denn bis in die 80er Jahre wurden linkshändige Kinder in den Schulen aufgrund des Linksschreib-Verbotes dazu gezwungen, mit der rechten Hand zu schreiben.

Und dann gibt es tatsächlich unzählige Pseudo-RechtshänderInnen, die sich von Kindheit an so gut an ihr rechtshändiges Umfeld angepasst haben, dass sie – nichtsahnend von ihrer angeborenen Linkshändigkeit – fest davon überzeugt sind, RechtshänderInnen zu sein. So wie es mir und vielen unserer PatientInnen ergangen ist, bis wir unsere versteckte Linkshändigkeit irgendwann wiederentdeckt haben. Unsere rechts- und linkshirn-dominierte Leistungsgesellschaft bietet

für LinkshänderInnen wenig Anreize, ihre Linkshändigkeit zu finden und zu leben. Fast alles ist nur für die Nutzung mit der rechten Hand ausgelegt, was es alleine schon zur Herausforderung für diese Menschen macht, den Haus- bzw. Berufsalltag mit all den Rechtshändergeräten zu bewältigen. Auf den ersten Blick scheint es also einfacher, sich anzupassen und alles von Anfang an mit rechts zu machen, so wie es vom Umfeld vorgelebt wird. Als Kinder tun das ganz viele alleine schon dadurch, dass es eigentlich kaum etwas gibt, das auf links-händige Kinder abgestimmt ist. Auch hier ist in der Regel alles nur für rechtshändige Kinder konzipiert: Spielzeug, Bilderbücher, Scheren, Stifte. Und wer deckt schon den Tisch so, dass ein Kind die Möglichkeit der Wahl hat? Becher, Gabel, Löffel befinden sich stets rechts vom Teller!

Die Anpassung an die Rechtshänderwelt sieht also erst einmal nach weniger Problemen im Alltag aus. Doch hat die Sache einen riesigen „Haken“, der dringend ins allgemeine Bewusstsein gehört:

Diese „Anpassung“ geht niemals spurlos an den Betroffenen vorbei, sondern hat meistens einen mehr oder weniger hohen Preis in Form von (chronischen) physischen Erkrankungen und psychischen Störungen, für die oftmals keine dauerhaften Lösungen gefunden werden, trotz größter elterlicher oder therapeutischer Bemühungen. Und er kann sogar darin gipfeln, seinen ureigenen Selbstausdruck zu opfern – das heißt, sich selbst und sein ganzes Potenzial nicht in Gänze so leben zu können, wie es eigentlich von Natur aus vorgesehen ist. Je länger diese falsch gelebte Händigkeit praktiziert wird, desto dramatischer können die Folgen sein. Vor allem das Schreiben, aber auch das Agieren im Alltag mit der nichtdominanten Hand können zu einer inneren „Verdrehung“ und diversen Dysfunktionalitäten auf allen Ebenen führen. Jede/r umgeschulte LinkshänderIn befindet sich durch die permanente Überforderung der nichtdominanten linken Hirnhälfte und die Übertragungsschwierigkeiten zwischen den beiden Hirnhemisphären im Corpus callosum in einem Dauerstress, der nicht richtig abgebaut werden kann. Das raubt dem Körper enorm viel Energie und kann – früher oder später – die verschiedensten Krankheitssymptome auf allen möglichen Ebenen hervorrufen.

Der Arzt Dr. Hanns von Rolbeck (1942–2022) war Begründer und Leiter des Süddeutschen Instituts für Linkshandforschung. Er berichtete in verschiedenen Interviews von seinen Untersuchungsergebnissen, aus denen sich ein Linkshänderanteil

von 50 % der Gesamtbevölkerung ergab. Dies war das Ergebnis von über 40 Jahren Forschung und Beobachtung bzw. Untersuchung von ca. 25.000 Menschen in verschiedenen Ländern in Europa und den USA. Im Laufe der Jahre stellte er in seiner Praxis fest, dass eine große Anzahl verschiedenster Symptome und Krankheitsbilder in der nichtgelebten Linkshändigkeit ihren Auslöser hatten und durch die Rückschulung auf die dominante linke Hand Heilung fanden.

So beispielsweise chronische Erschöpfung, Überforderungssyndrom, Burnout, Bettnässen, Stottern, Schielen, Allergien, Lese- und Rechtsschreibschwäche, Störungen im Hormonhaushalt (erhöhte Testosteronwerte bei Mädchen), ADS/ADHS, chronische Infekte durch ein reduziertes Immunsystem, häufige Kopf-, Gelenk- und Wirbelsäulenschmerzen und Koordinationsprobleme, starke Elektrosensibilität, Störungen der Selbstwahrnehmung und Orientierung bis hin zu reduzierter Belastungsfähigkeit bei Stress, ständige Unentslossenheit und Unruhe, Neigung zu Widerspruch und Verweigerung von Aufgaben und Anordnungen, Unfähigkeit komplexen Gesprächen zu folgen, Misstrauen und undiplomatischer Umgang mit anderen etc.

Aber vor allem auch der Bewegungsapparat kann nach von Rolbecks langjährigen Praxis-Erfahrungen durch die „Verdrehung“ sehr beeinträchtigt werden, was Körperhaltung und Bewegungsmuster betrifft. Als Folge davon finden wir dann u.a. Kieferfehlstellungen, HWS-Probleme, Skoliosen, Fußfehlstellungen, Knie- und Hüftgelenksschmerzen, Beckenschiefstand, Probleme mit dem Kiefergelenk, Schmerzen in der rechten Schulter etc.

Eine falsch gelebte Händigkeit kann auch die Augendominanz beeinflussen. Die Hand-Auge-Koordination ist eng mit der Händigkeitspräferenz verbunden, und die Unterdrückung der natürlichen Linkshändigkeit kann zu einem Missverhältnis zwischen der dominanten Hand und dem Leitauge führen. Dieses Ungleichgewicht kann die visuelle Wahrnehmung und die Fähigkeit zur räumlichen Orientierung beeinträchtigen. Koordinationsstörungen sowohl im Lesen, Schreiben, bei Sport und Spiel können die Folge sein. Diese Kinder sind dann oft ungeschickt, tolpatschig, stoßen sich an oder Gegenstände um, verletzen sich oder stürzen häufig (Infos aus dem Buch: Mühlhäuser / Rolbeck: „Nicht gelebte Linkshändigkeit – nicht genutzte Potentiale“).

Eine weitere Linkshandforscherin, die Psychologin Dr. Johanna B. Sattler, Gründerin und

Leiterin der „Ersten deutschen Beratungs- und Informationsstelle für Linkshänder und umgeschulte Linkshänder“ in München, schreibt in ihrem Buch „Der umgeschulte Linkshänder oder Der Knoten im Gehirn“:

„Die Umstellung der angeborenen Händigkeit ist eine der massivsten Eingriffe in das menschliche Gehirn ohne Blutvergießen. Durch den bevorzugten Gebrauch der nichtdominanten Hand, besonders zum Schreiben, kommt es im Gehirn oft zu schwersten Störungen und Irritationen, die den Menschen individuell meist sehr belasten und Auswirkungen für sein ganzes Leben haben können.“

„Durch die – gegen die menschliche Natur vorgenommene Umschulung – kommt es nicht zu einer Umstellung der Dominanz im Hirn, sondern es kommt zu einer Überbelastung der nichtdominanten Gehirnhälfte und zu einer Unterbelastung der anderen und somit zu Übertragungsschwierigkeiten im Corpus Callosum, wodurch dann wahrscheinlich erst die verschiedensten Primärfolgen entstehen.“

„Das Schreiben ist ein Vorgang höchster Komplexität und – wegen der Einbeziehung unterschiedlicher Gehirnfunktionen – eine der schwierigsten Leistungen, zu deren Bewältigung nur der Mensch sich entwickelt hat. Störung der natürlichen, zerebralen Abläufe durch die bevorzugte Benutzung der nichtdominanten Hand führen zu komplexen Funktionsstörungen, Hemmungen, Blockaden und Überlastung des gesamten Gehirns.“

„Die Umschulung der Linkshändigkeit greift in Gehirnablaufprozesse störend und behindernd ein und zwingt den Menschen andauernd weit mehr Kräfte einzusetzen, um seine Intelligenz zu mobilisieren, als jemand, der seine ureigene Händigkeit leben kann. Die Intelligenz selbst wird nicht vermindert, jedoch ihre Manifestation gestört, zum Beispiel beim Formulieren und Ausdrücken der Gedanken, beim Abrufen von Lernmaterial in Schrift und Sprache ... und so kommt es dauernd zu einem erhöhten Kräfte-Einsatz von 30 % und mehr.“

„Umgeschulte Linkshänder sind ständig gezwungen, mehr Aufwand und Energie zu investieren. Ihre psychischen und körperlichen Reserven sind also schneller verbraucht. Trotzdem müssen sie ähnliche Leistungen wie nicht umgeschulte Kinder erbringen. Diese Überbeanspruchung des Körpers kann sich in verschiedenen vegetativen Folgen äußern, wie z.B. Schweißausbrüche, Lidflattern, Muskelzuckungen und Ticks, Kopfschmer-

zen und Schlafstörungen. Zusätzlich haben sie oft emotionale Probleme und entwickeln neurotische oder psychosomatische Störungen. Natürlich gibt es keine für umgeschulte Linkshänder typische Neurose oder psychosomatische Symptome, vielmehr hängt es von der Veranlagung des Menschen ab. Der eine neigt zu Magengeschwüren, der andere zu Kreislaufstörungen, andere bekommt Kopfschmerzen und Migräne.“

„Das gefährliche an diesen neurotischen Störungen ist, dass den umgeschulten Linkshändern meist die Ursache ihrer Probleme nicht bewusst ist, oft ist die Umschulung selbst schon lange vergessen bzw. überhaupt nicht bewusst. Und es werden dann oftmals jahrelang viele andere Gründe gesucht und von einer Therapie zur nächsten gewechselt in der Hoffnung auf Hilfe.“

Aufstellung der Händigkeitsdynamik

In unserer Praxis ist es uns in den letzten Jahren ein großes Anliegen geworden, unseren PatientInnen die Tragweite dieses Themas bewusst zu machen. Bei jeder neuen Patientin, bei jedem neuen Patienten, schauen wir uns im Zuge der Erstanamnese auch immer gleich die Händigkeitsdynamik an. Dazu haben wir ein eigenes Aufstellungsformat entwickelt, mit dem die inneren Dynamiken der eigenen Händigkeit fühl- und sichtbar werden. Diese „Händigkeits-Aufstellung“ ersetzt keine Linkshänderberatung. Aber sie kann den PatientInnen erst einmal Klarheit über die Dynamiken der eigenen Händigkeit vermitteln und gegebenenfalls das aus dem Weg räumen, was eventuell einer Rückschulung auf die linke Hand im Wege stehen könnte. Zur weiteren Testung und zur Begleitung während der Rückschulung auf die dominante Hand verweisen wir auf die Linkshänderberatungsstellen.

Resumée

Sein Leben auf der Basis einer falsch gelebten Händigkeit zu leben, die der eigenen genetischen Anlage widerspricht, kann eine sehr massive Therapieblockade darstellen. Wird dieser Hintergrund nicht erkannt, sind Menschen oftmals mit körperlichen und psychischen Störungen konfrontiert, die in letzter Konsequenz nicht dauerhaft therapierbar sind und denen nicht wirklich beizukommen ist, solange die zugrundeliegende Ursache in Form der falsch gelebten Händigkeit nicht erkannt und adäquat gelöst wird. Endlich ein Augenmerk für das Thema der (unterdrückten) Linkshändigkeit als therapeutisch Tätige zu entwickeln, indem wir zukünftig auch mit diesem Fokus



die hilfeschuchenden Menschen vor uns betrachten, könnte für viele PatientInnen ein neuer Schlüssel und eine neue Tür zur Heilung sein. Besonders für all diejenigen, die trotz bester Therapien nicht weiterkommen.

Liegt der Therapieblockade tatsächlich eine bislang unerkannte und nicht gelebte Linkshändigkeit zugrunde, kann der Schritt in die Rückschulung große Befreiung bedeuten. Das Leben wird leichter und angenehmer, es stehen wieder mehr Energiereserven zur Verfügung, die Orientierung kommt aus dem eigenen Innern, Lebensfreude breitet sich aus, und mit jedem neuen Tag wissen die Betroffenen mehr, wer sie sind und was zu verwirklichen sie in dieses Leben gekommen sind – und tiefe Heilung kann geschehen.

Eine Rückschulung auf die dominante linke Hand – mit fachlicher Begleitung von geschulten LinkshänderberaterInnen – ist jederzeit möglich. Wir haben in den letzten Jahren in unserer Praxis immer wieder voller Freude miterleben dürfen, wie der Schreibhandwechsel auf die dominante linke Hand Menschen ein ganz neues Lebensgefühl geschenkt hat, wie sich für Menschen, die sich mit ihrer falsch gelebten Händigkeit auseinandersetzen, auf einmal Türen öffnen, die vorher zwar erahnt, aber nicht gefunden werden konnten... und dass Dinge in die Heilung gehen, für die vorher, trotz vieler therapeutischer Ansätze, keine Lösung möglich war.

Hier zum Abschluss teile ich noch gerne – aus verschiedenen Quellen – ein paar Statements von Menschen, die diesen Weg gegangen sind und nun mit ihrer dominanten linken Hand schreiben:

„Endlich mehr Energie ... die jahrzehntelange therapieresistente lähmende Müdigkeit und Erschöpfung ist weg ... mehr Leichtigkeit ... mehr Selbstakzeptanz, Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen ... mehr Lebensfreude ... der Knoten in meinem Kopf fängt an sich aufzulösen ... ich kann mich besser artikulieren ... das Gefühl mit angezogener Handbremse durchs Leben zu gehen, ist weg ... endlich morgens ein Gefühl von Ausgeschlafensein und Lust auf den Tag ... meine Depressionen und Angstzustände haben sich aufgelöst ... ich kann mich besser konzentrieren ... meine Panikattacken sind weg ... wenn ich mit links schreibe, bekomme ich keine Kopfschmerzen in der Schule ... mein Gedächtnis ist besser geworden ... ich kann mich emotional besser zum Ausdruck bringen ... bin toleranter geworden ... kein Bedürfnis mehr nach Alkohol und Nikotin ... hab das Gefühl, endlich in meinem Körper angekommen zu sein ... meine Versagensangst wird immer weniger

... mein Lampenfieber ist weg ... hab aufgehört mit Nägelkauen ...mein Tinnitus ist weg ... endlich kann ich meine Belastungsgrenze deutlicher spüren und gehe nicht mehr so leicht über meine Grenzen ...habe mehr Klarheit im Kopf ... bin präsenter ...kann besser bei mir bleiben und meine nicht mehr, es allen immer recht machen zu müssen ... kann endlich spüren, was ich wirklich will ... kreative Potentialtüren haben sich geöffnet, von denen ich als Rechtshänderin nichts geahnt hatte ... die Migräne hat sich vollständig aufgelöst ... habe endlich meine Berufung gefunden ... fühle mich endlich ganz mit mir Selbst connectet.



HP Rita Maier

An der Rehwiese 16
14612 Falkensee
Tel.: 03322-279 85 24
Tel.: 0172-596 20 60
www.heilpraxismaier.de



Ritaa Buch

Der magische Handschuh & die zwei Welten

Fantasy-Abenteuer für Kids,
Eye-Opener für Erwachsene,
mit 20 ganzseitigen Illustrationen
von Sebastian Vollmar
Bestellung: <https://ledragonfly.de>

Auf YouTube von Rita Maier zu finden:

- 55 Jahre falsch gelebt | Heilpraktikerin Rita Maier
GLOWCAST | Miriam Jacks | #79
- Lied vom starken Händchen
- Das Linkshänderlied



Fotos: Autorin

»Fettstoffwechselstörungen sind nicht nur biochemisch messbar, sie zeigen sich auch per Augendiagnose – oft lange bevor sie klinisch auffällig werden.«

Adelheid Henke

Fettstoffwechselstörungen – ein Ungleichgewicht mit weitreichenden Folgen

– Adelheid Henke –

Fett ist nicht gleich Fett – und doch spielt das fein abgestimmte Gleichgewicht unserer Blutfette eine zentrale Rolle im Stoffwechsel. Ist dieses Gleichgewicht gestört, sprechen wir von Fettstoffwechselstörungen, den Dyslipidämien. Sie zählen heute zu den häufigsten „stillen“ Risikofaktoren für Herzinfarkt, Schlaganfall und arterielle Durchblutungsstörungen – meist ohne, dass Betroffene es bemerken und immer häufiger schon in jüngeren Lebensjahrzehnten.

Im Zentrum stehen dabei drei Hauptparameter:

- **LDL-Cholesterin** („schlechtes“ Cholesterin), das sich in Gefäßwänden ablagern kann,
- **HDL-Cholesterin** („gutes“ Cholesterin), das überschüssiges Cholesterin aus dem Gewebe zurück zur Leber transportiert, sowie
- **Triglyzeride**, vor allem durch Zucker- und Alkoholkonsum beeinflusst.

Die Ursachen von Dyslipidämien sind vielschichtig: genetische Veranlagung, Bewegungsmangel, einseitige Ernährung, chronischer Stress, hormonelle Veränderungen, Leberfunktionsstörungen. Ebenso können Begleiterkrankungen wie Diabetes mellitus und Schilddrüsenunterfunktion das feine Zusammenspiel im Fettstoffwechsel aus dem Gleichgewicht bringen. So unterschiedlich der Hintergrund, so einheitlich sind jedoch oft die Folgen: Gefäßverengungen, chronische Entzündungen, silent inflammation und ein gesteigertes Risiko für kardiovaskuläre Komplikationen.

Doch gerade hier lohnt sich der Blick über den Tellerrand der Labordiagnostik. Denn Fettstoffwechselstörungen sind nicht nur biochemisch messbar – **sie zeigen sich auch im Auge, oft lange bevor sie klinisch auffällig werden.** In der Iris lassen sich Hinweise auf konstitutionelle Schwächen, z. B. eine Neigung zu Leberbelastungen und damit sekundäre Fettstoffwechselstörungen frühzeitig erkennen, sogar lange bevor eine klinische Symptomatik sich manifestiert. Und sie lassen sich, früh erkannt, ganzheitlich regulieren: durch

bewusste Ernährung, gezielte Bewegung, Heilpflanzen, Ordnungstherapie – und durch eine innere Haltung, die Veränderung zulässt. Genau hier setzen die augendiagnostische Betrachtung und die naturheilkundliche Therapie an, um Körper und Stoffwechsel wieder in Einklang zu bringen.

Was das Auge verrät – Augendiagnose bei gestörtem Fettstoffwechsel

Die Iris gilt in der Naturheilkunde als Spiegel innerer Funktionsabläufe und deren Zusammenspiel. Ihre Grundstruktur, Farbgebung und Zeichen bieten wertvolle Hinweise auf konstitutionelle Schwächen, Reaktionsmuster und Regulationsblockaden. Im Zusammenhang mit Fettstoffwechselstörungen lassen sich in der Iris, dem Augenweiß und der Augenumgebung typische Zeichen beobachten, die auf Belastungen im Bereich Leber, Galle, Stoffwechselregulation und Gefäßsystem hinweisen.

Typische augendiagnostische Hinweise

- Aufhellung und/oder Abdunkelung plus prägnante Zeichen im Lebersektor (re 38'–40' (Minuten); li 36' (Minuten) Leberrückwand / Zusatzzeichen)
- Hinweis auf eine genetische oder funktionelle Schwäche der Leber und Gallenwege
- Gelbliche oder bräunliche Ablagerungen im Augenweiß (Lipoidhügel / Leberschollen / Teerpigmente)
- deuten auf Fettstoffwechselstörung oder eine eingeschränkte Entgiftungsfähigkeit hin (Augenweiß als „Müllhalde“ des Stoffwechsels)
- Cholesterolring (Corneaphänomen): „Lipämische Diathese“ (konstitutionelles Grundmuster) oder phänomenologisch im Laufe der Jahre entstehend
- Hinweis auf chronisch gestörten Fettstoffwechsel und arteriosklerotische Folgeerscheinungen, wissenschaftlich anerkanntes Frühmerkmal für erhöhtes kardiovaskuläres Risiko

- Zeichen im Pankreasbereich (Strukturzeichen oder Pigmente)
- oft sichtbar bei gleichzeitiger Neigung zu Insulinresistenz oder Diabetes
- Pigmentierung der Magen-Darm-Zone (Zentrale Heterochromie oder toxische Imprägnation)
- Hinweis auf Störungen im Mikrobiom, welches ausschlaggebend am Fettstoffwechsel beteiligt ist
- Hinweis auf Vegetative Belastung als „Nervale Stresszeichen“, oxidativen Stress im Gesamtsystem begünstigend.

Augendiagnose so faszinierend wie wertvoll als Konstitutions- und Hinweisdiagnose!

Sinn und Zweck der Augendiagnose ist das Erkennen des Grundmusters („Wie der Patient/In tickt“). Augendiagnostische Zeichen sollten nie isoliert betrachtet werden, sondern stets im Kontext der gesamten Konstitution, der Anamnese und des aktuellen Beschwerdebildes. Sie ermöglichen es, schon in einem frühen Stadium individuell abgestimmte Therapieimpulse zu setzen, bevor sich manifeste Erkrankungen entwickeln. Sie bereichern unsere Anamnese und lassen uns ein schlüssiges individuelles Therapiekonzept entwickeln.

Fünf augendiagnostische Beispiele:

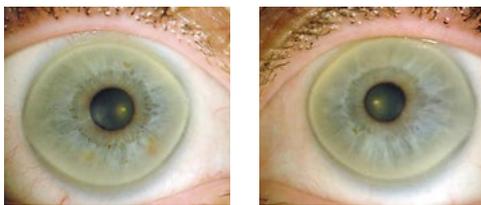


Abb. 1 + 2: Lipämische Diathese, re. Auge
Lipämische Diathese, li. Auge

Abb. 1 und 2. **Lipämische Diathese:** Patientin, 65 Jahre; Erschöpfungssyndrom; Eisenmangel (Hb-Wert, Ferritin, Transferrin und Transferrinsättigung); Zustand nach Mamma-Ca; familiär bekannte Fettstoffwechsel-entgleisungen und Gefäßkrankungen (Atherosklerose/ Venenschwäche).

Deutlich der **ausgeprägte Cholesterolling** (beschrieben auch als Arcus senilis, Sklerosering), ein Hornhautphänomen; Typisch: weißgraue Trübung der Cornea im Ziliarrandbereich. Diese kann total oder partiell auftreten, eine mehr oder weniger

starke Verdichtung der Iris zeigt sich. Besonderer Hinweis auf Lipoidstoffwechselstörungen, Sklerosen. Tritt der Arcus partiell auf, so gilt die Störung für den entsprechenden Sektor. Dieses Phänomen mahnt uns als Augendiagnostiker nach Hepatopathien, Pankreasschwäche mit Diabetesneigung, Angiopathien und Hypothyreose zu forschen.

Wissenschaftlich wird der „Arcus lipoides cornea“ bei den „Xanthomen“ eingeordnet, eine Erscheinungsform innerhalb der Xanthomatose (Fettstoffwechselstörung). Anerkannte Studien belegen, dass dieses Phänomen bei Menschen unter 45 Jahren ein Frühwarnzeichen für 50 % erhöhtes Risiko zu Gefäßkrankungen (Herzinfarkt / Schlaganfall) bedeutet. (Studie: Visible aging signs as risk markers for ischemic heart disease: Epidemiology, pathogenesis and clinical implications. Christoffersen, M. & Tybjaerg-Hansen, A., Ageing Res Rev., 2016.)

Im rechten Auge summieren sich die Zeichen: die entrundete Iris (wirkt flachliegend); orange bräunliche Pigmente in der unteren Irishälfte (Diabetesneigung); eine deutliche Lakune krausenrandständig bei 15' auf dem Schilddrüsenektor (genetische Schilddrüsenlabilität); das dunkle Defektzeichen im oberen Pankreasektor bei 5' (Bauchspeicheldrüsenbelastung) ebenfalls krausenrandständig mit anliegenden Pigmenten 4', die als Verstärkung zu verstehen sind.

Auch im linken Auge wiederholt sich die „flachliegende“ Iris, Herzschwäche, Luftnot bei Belastung und die Frage nach dem Eisenstoffwechsel drängen sich auf. Das blasse Augenweiß spricht eine eindeutige Sprache.



Abb. 3 + 4: Lipoidhügel/ Pinguecula, re. Auge
Lipoidhügel/ Pinguecula, li. Auge

Abb. 3 und 4. **Lipoidhügel/ Pinguecula:** Die sog. Pinguecula, ein „Lidspaltenreflex“, ist eine Vorwölbung der Bindehaut durch degenerative Veränderung mit Einlagerung von hyalinem Material. Sie tritt im nasalen und / oder temporalen Bereich des Augenweiß auf. Von schulmedizinischer Seite ist „keine Therapie“ erforderlich, sie wird als Al-

terserscheinung eingeordnet. In unserer augendiagnostischen Betrachtung hingegen gilt sie als Hinweis auf einen gestörten Fettstoffwechsel im Sinne der „Frühwarnzeichen“ und ruft uns, wenn auch präventiv, therapeutisch auf den Plan.

So bei dieser Patientin: mit 45 Jahren zu jung für diese, schon mit bloßem Auge, erkennbaren Ablagerungen in beiden Bereichen der Bindehaut. Ihr lymphatisch – neurogenes Grundmuster birgt natürlich die „Stressentgleisung“ Cholesterinspiegelhöhung, HDL-LDL Quotient miserabel in sich. Forschen wir dann noch im Ernährungsstil, so offenbart sich das Kompensationsmuster: bei hohem Dauerstress in der Familiensituation Pasta-Gerichte, „weil's schnell gehen muss“ und die Kinder nichts anderes akzeptieren; abends endlich dann die XXL Tafel Rittersport Vollmilch-Schokolade (250 gr.) und das mehrmals wöchentlich. Ergebnis: Galleproblematik, Säuregefühl im Magen und Lipidstoffwechsel im Laborergebnis verschoben. Nimmt uns das Wunder? Die Augendiagnose zeigt phänomenologisch deutliche Spuren.



Abb. 5 + 6: Abdunkelung des Lebersektors, re. Auge
Abdunkelung des Lebersektors, li. Auge

Abb. 5 und 6. **Abdunkelung des Lebersektors:** Auffälliges Beispiel einer angelegten sektoralen Heterochromie im rechten Auge, welche eine deutliche Abdunkelung im Lebersektor (40' am Ziliarrand) zeigt. Die Grundkonstitution ist biliär, also bicolor blau – braun mit Übersäuerungstendenzen. Erkennbar an der Trübung, die sich unter der braunen Pigmentierung im Ziliargebiet zusammenbraut. Schon allein diese Grundlagen bieten uns viel Information: Leber-Galle-Schwächling (biliär) mit möglicher Fettstoffwechselbelastung plus vermehrter Säurelast im Gewebe (Übersäuerungsdialthese).

Und der sehr schlanke Patient mit seinen 48 Jahren bestätigt in der Anamnese das konstitutionelle Grundmuster, eine hereditäre Belastung aller „Fett-Parameter“, auch Lipoprotein a hoch, kardiovaskuläre Erkrankungen und Arthrose in der Familie. Sein individuelles Beschwerdebild:

schlechter Schlaf (Erwachen zwischen 2 und 3 Uhr), Tagesmüdigkeit, Stauungen im Oberbauch und eine schlechte Wärmeregulation, immer kalte Extremitäten. Seine Compliance war exzellent, ein Experiment zur veganen Ernährung empfand er als „Einladung“ und spannenden „Reinigungsprozess“ der Gewebe, sein Bewegungsdrang trieb ihn raus an die frische Luft. Selbst der Leberwickel mit Ritterspitz fand Einzug in den Wochenrhythmus.

Im linken Auge des Patienten sticht die Lakune im Herzsektor hervor 15'. So heißt es aus diesem „Schwächestrukturzeichen“ Schlüsse zu ziehen, das Herz zu stärken und vor allem in Erkältungsphasen Achtsamkeit walten zu lassen, keine Überanstrengungen mehr. Fazit: Wir konnten mit nur wenig Interventionen an den richtigen Stell-schrauben auf die Stoffwechselregulation positiv einwirken.



Abb. 7 + 8: Phänomenologische Auffälligkeit im Lebersektor, re. Auge
Phänomenologische Auffälligkeit im Lebersektor, re. Auge – Ausschnitt

Abb. 7 und 8. Phänomenologische Auffälligkeit im Lebersektor:

Das Ausschnittbild einer Patientin zeigt die Hel-lung oberhalb des Lebersektors. Selbst ungeschul-tem Blick fällt dieser Sektor zwischen 36' und 45' besonders auf: Seht Ihr die Zusammenballung der Irisfasern auf 38'? Das Leberdreieck wird deutlich durch die Transversale markiert, wie ein Dachzie-gel umrahmt sie es keilförmig.

Bei genauerem Hinschauen erkennen wir so-gar die Vaskularisierung der Reizfasern, sie sind „blutig“ gefüllt, so mahnt dies zu noch größerer Aufmerksamkeit.

Phänomenologisch entstanden durch eine Hepatitis B, die bei wiederkehrender Stressbelastung sowohl die Leberwerte als auch den Fettstoffwech-sel exorbitant in die Höhe trieb. Braunpigmente im Ziliargebiet und ein „dickes“ Tangentialgefäß im Augenweiß dürfen wir als Leitschiene in das Geschehen rund um den sanierungsbedürftigen Leberstoffwechsel verstehen.

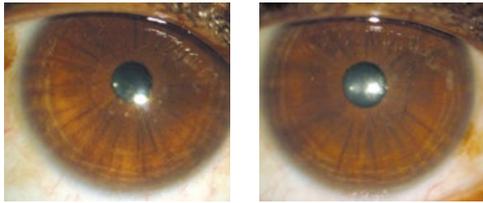


Abb. 9, 10 +11: Leberschollen im Augenweiß, re. Aug, Leberschollen im Augenweiß, li. Auge, Teerpigment, re. Auge

Abb. 9, 10 und 11. Leberschollen im Augenweiß
Zwei weitere Hinweiszeichen auf mögliche Störungen des Fettstoffwechsels: im rechten Auge nehmen wir eine hämatogene Konstitution (braun-äugig) wahr. Schon dies ein Aufruf an uns Augen-diagnostiker, den Leberstoffwechsel immer gut anzukurbeln. Nun türmen sich hier die mahnden akzessorischen Zeichen auf: das Teerpigment nasal bei 22', die beginnenden gleichen Pigmentationen temporal bei 36' und 40' und selbst auf dem Unterlid entdecken wir bräunliche Ablagerungen, all dies deutet auf Verschiebungen des Leberstoffwechsels und somit natürlich sekundär auf Veränderungen der Lipide. Trauen wir uns bei solchen Anzeichen ruhig ein genaueres Forschen nach Alkoholmissbrauch oder Intoxikation anderer Ursache. Auch die „Leberschollen“, die sich im Augenweiß dieses Patienten deutlich aufgebaut haben, lassen uns aufhorchen in Richtung Fehlfunktion des Leber- und Fettstoffwechsels durch exogene Faktoren.

Den Fettstoffwechsel ganzheitlich regulieren – Impulse aus Naturheilkunde und Lebensführung

Ein gestörter Fettstoffwechsel ist selten ein singuläres Ereignis – meist spiegelt er die Folge von Dauerbelastung, Überfluss, Bewegungsmangel und innerer Dysbalance. Ziel der ganzheitlichen Behandlung ist es daher, nicht nur Laborwerte zu verbessern, sondern die zugrunde liegenden Regu-

lationsstörungen auf körperlicher, seelischer und energetischer Ebene zu harmonisieren. Die folgenden Ansätze lassen sich individuell kombinieren:

1. Ernährung als zentrales Therapieelement

- Pflanzenbetonte Kost mit hohem Anteil an Gemüse, Bitterstoffen, Ballaststoffen und gesunden Fetten (z. B. Omega-3-reiche Öle wie Lein-, Walnuss-, Hanföle)
- Reduktion von Transfetten, Industriezucker und tierischen Fetten
- Entlastungstage oder Intervallfasten (z. B. 16:8) zur Leberentlastung
- Schrothkur oder modifizierte Fastenbegleitung bei starker Belastung

2. Heilpflanzen zur Stoffwechselregulation

- Artischocke, Mariendistel, Löwenzahn – fördern die Leberfunktion und Gallensekretion
- Brennnessel, Birke, Goldrute – unterstützen die Ausleitung
- Bitterpflanzen wie Enzian, Wermut, Tausendgüldenkraut – regen die Verdauung und Lipolyse an
- Omega-3 aus Algen oder Leinölkapseln – antientzündlich und lipidsenkend

3. Ordnungstherapie und Lebensstilveränderung

- Tägliche Bewegung (mind. 30 Min., zügiges Gehen, Radfahren etc.)
- Stressabbau durch Atemübungen, Meditation, Naturzeit
- Rhythmuspflege: regelmäßige Mahlzeiten, Schlafhygiene, Licht-Dunkel-Balance
- Innere Orientierung: Was nährt mich wirklich – jenseits des Essens?

4. Ausleitungsverfahren (je nach Konstitution)

- Baunscheidtieren, Schröpfen oder Cantharidenpflaster – fördern lokale Durchblutung und systemische Reizung
- Leberwickel, Leberölmassagen, Colon-Hydro-Therapie – zur gezielten Entlastung

5. Begleitende Mittel aus der Naturheilkunde

- Spagyrik oder Komplexhomöopathie zur Milieuumstimmung (z. B. Leber-Galle-Präparate)

- Schüssler-Salze wie Nr. 6 (Kalium sulfuricum), Nr. 10 (Natrium sulfuricum), Nr. 9 (Natrium phosphoricum)
- Orthomolekulare Unterstützung: z. B. Magnesium, Omega-3, B-Vitamine bei Bedarf

Die nicht-alkoholische Fettleber (NAFLD) – Herausforderung mit therapeutischem Potenzial

Die nicht-alkoholische Fettlebererkrankung (NAFLD) hat sich in den letzten Jahren zu einer der häufigsten chronischen Lebererkrankungen in westlichen Industrieländern entwickelt – längst auch bei Menschen ohne sichtbares Übergewicht. Für uns Heilpraktiker ist sie ein sensibles Frühwarnsystem für metabolische und emotionale Dysbalancen – und zugleich ein gut behandelbares Geschehen, wenn wir es ganzheitlich betrachten. Medizinisch wird unterschieden zwischen:

- Einfache Fettleber (Steatose hepatis): reversible Verfettung ohne Entzündung.
- Nicht-alkoholische Steatohepatitis (NASH): Fettleber mit Entzündung und möglicher Fibrose.

Im Ergebnis beider droht im Spätstadium die Leberzirrhose mit vernarbtem Lebergewebe und Funktionsverlust.

Entstehung und Risikofaktoren

- Die NAFLD ist eng mit dem metabolischen Syndrom verknüpft. Zu den Hauptursachen zählen:
- Übergewicht, v. a. viszerale Adipositas (Bauchfett)
- Insulinresistenz, Typ-2-Diabetes
- Ungünstige Ernährung (zu viel Fruktose, Zucker, Transfette)
- Bewegungsmangel
- Darmdysbiose mit erhöhter Durchlässigkeit der Darmwand (Leaky-Gut-Syndrom)
- Chronischer Stress (über Hormonachsen wie Cortisol)
- Genetische Disposition

Die Leber reagiert auf diese Faktoren mit vermehrter Fettsynthese und verminderter Fettverbrennung. Es kommt zur Speicherung von Trigly-

zeriden in den Hepatozyten, was langfristig zu oxidativem Stress, Entzündungsreaktionen und Zellschäden führen kann.

Ganzheitliche Sichtweise

Aus naturheilkundlicher Perspektive ist die Leber nicht nur ein Entgiftungsorgan, sondern ein Spiegel für innere Lebensführung, Stoffwechsellgleichgewicht und emotionale Prozesse. Die Fettleber zeigt symbolisch ein Zuviel an Nahrung, Belastung, unterdrückten Gefühlen. Ein ganzheitlicher Therapieansatz sollte daher auf Körper, Geist und Lebensstil zielen.

Augendiagnostische Hinweise

Auch wenn die Fettleber keine klassische „sichtbare“ Irisdiagnose darstellt, finden sich häufig konstitutionelle Hinweise im Auge:

- Stoffwechselkonstitutionen (z. B. lymphatisch-dyskratisch oder hämatogen mit Gallezeichen oder lymphatisch mit zentraler Heterochromie, siehe Fallbeispiel)
- Verdauungszeichen, Hinweis auf Dünndarmbelastung oder Gallenflussstörungen
- Intensive Pigmentierung z.B. hepato-/pankreatop, kombiniert mit vegetativer Belastung

Diese Zeichen dienen nicht der Diagnose per se, sondern als Hinweis auf die Disposition zu Störungen.



Abb. 12 + 13: Veränderung der Farbgebung innerhalb der Krause, re. Auge
Veränderung der Farbgebung innerhalb der Krause, li. Auge

Abb. 12 und 13. Veränderung der Farbgebung innerhalb der Krause

Eine Patientin 65 Jahre; ihr Beschwerdebild ist geprägt von immer wiederkehrenden Gastritiden, einer Refluxösophagitis und hartnäckigem



Foto: eatde, pixabay.com

Mediterrane Ernährung: Zentraler Baustein einer leberentlastenden Therapie. Und dabei auch noch entzündungshemmend und gefäßschützend.

Candidabefall im Darm. Sicher gefördert durch häufige Antibiose und Einnahme von Säureblockern. Alles verständlich bei dem Leidensdruck, der Schlaflosigkeit, dem Energiemangel und den Schmerzen, die sie durchlebt hat. Resultat: erhöhte Leberwerte, ein verschobener Fettstoffwechsel, NAFLD.

Das Irisbild spiegelt die Spuren dieser Prozesse, die Magen-Darm-Zone ist polycolor gezeichnet, im Inneren an der Pupille geradezu schwarz, im weiteren aufgehellt, mausgrau mit orangebräunlichen Pigmenten durchwebt. Im äußeren Bereich zur Krause hin reißt die Irisfaserung förmlich auf (temporale Seite 40'-50'), und wir sehen eine Aussackung dieses Anteils. Dadurch kommt es zum Eindruck einer „eckigen Krause“, Verkrampfungen und Schmerzen im Magen-Darm-Trakt sind impliziert. Verstärker dieser Zeichnung: die anliegenden blassorange Pigmente an den Pankreaspunkten (5' nasal, 17' nasal und 40' temporal). Die Belastung rührt aus dem gesamten duodenalen Verbundsystem und führt über das metabolische Syndrom zur „Entgleisung“ des Fettstoffwechsels als Symptom. Eine langsame kontinuierliche Sanierung des gesamten „Innenlebens“ war von Nöten.

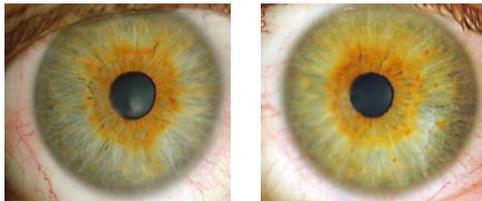


Abb. 14 + 15: Zentrale Heterochromie, re. Auge
Zentrale Heterochromie, li. Auge

Abb. 14 und 15. Zentrale Heterochromie

Das rechte Auge einer 55-jährigen Patientin. Springt uns nicht gleich die intensive orangene Pigmentierung der Magen-Darm-Zone und der Krause an, zucken wir innerlich vor der „Feurigkeit“ und der (Über-)Reizung ein wenig zurück? Und JA, hier kocht das Leberfeuer häufig über. Der nervale Aspekt ist bei der neurogenen Disposition nicht zu unterschätzen. Häufig schäumt das choleriche Temperament über. Nicht umsonst wurde früher dieses Irisphänomen dem „Nux vomica“-Typus zugeordnet, dem HB-Männchen, das schnell auf 180 ist und unter der Decke klebt, vor Ärger oder auch Begeisterung. Wir alle wissen um die Folgen: die Übererregbarkeit im zentralen Nervensystem hat Einfluss auf den Gesamtstoffwechsel und zeigt sich gerne an erhöhtem Cholesterin, Dysbalance von HDL – LDL, wenn nicht gar an Verschiebung hin zum Prädiabetes. Und das Oberbauch-Sonogramm zeigt dann eine sog. „Fettleber“ auch ohne übermäßigen Alkoholkonsum.

Ganzheitliche Behandlung der NAFLD Ernährungstherapie

Zentral ist die Umstellung auf eine leberentlastende und entzündungshemmende Kost:

- Mediterrane Ernährung (reich an Gemüse, Hülsenfrüchten, Fisch, Olivenöl)
- Fruktosearme Ernährung: Meiden von Softdrinks, Süßigkeiten, verstecktem Zucker
- Ballaststoffreiche Kost: Fördert Mikrobiom und senkt Blutzuckerspitzen
- Intervallfasten (z. B. 16:8): Fördert Autophagie und Fettabbau in der Leber
- Pflanzenstoffe wie Curcumin, Artischocke, Mariendistel (Silymarin), Löwenzahn.

Bewegung

Regelmäßige körperliche Aktivität (z. B. Walking, moderates Krafttraining) verbessert die Insulinempfindlichkeit, fördert den Fettabbau und reduziert die Leberverfettung messbar.

Mikrobiom- und Darmtherapie

Da eine gestörte Darmflora die Leber über die Pfortader belastet, sollte auch der Darm mitbehandelt werden:

- Probiotika & Präbiotika (z. B. Inulin, resistente Stärke)
- Ausleitung pathogener Keime, z. B. bei Dünndarmfehlbesiedlung
- Darmschleimhaut-Regeneration (z. B. mit L-Glutamin, Zink, Schleimstoffen)
- Leberunterstützende Ausleitungsverfahren
- Leberwickel mit ätherischen Ölen oder Bitterstoffen
- Schröpfen, Bauscheidtieren oder blutiges Schröpfen im Lebersegment
- Ausleitung nach Aschner, z. B. mit unterstützenden Heilpflanzen
- Psychoemotionale Aspekte
- Reflexion von emotionalen Belastungen (Was kann ich nicht mehr verarbeiten?)
- Unterstützung durch Körpertherapie, Gesprächstherapie, Stressreduktion
- Leber als Symbolorgan für Wut, Zorn, Lebensgestaltung – hier lohnt sich biografisches Arbeiten.

Die Leber als Spiegel moderner Belastungen – ganzheitlich behandelt

Die nicht-alkoholische Fettleber, NAFLD, ist mehr als eine stille Volkskrankheit – sie ist Ausdruck eines multifaktoriellen Ungleichgewichts, das sich gut naturheilkundlich beeinflussen lässt. Gerade weil schulmedizinisch meist nur beobachtet wird („Lebensstil ändern“), ist unsere Begleitung als Heilpraktiker so wichtig.

Wenn wir Fettstoffwechselstörungen allgemein wie auch die NAFLD nicht nur als Labordiagnose, sondern als Ausdruck eines tieferliegenden Ungleichgewichts begreifen, mehrdimensional und seelisch, eröffnet sich ein neuer Blick auf Prävention und Heilung. Die Kombination aus



Foto: Marzena7, pixabay.com

Regelmäßige körperliche Aktivitäten ohne Leistungsanspruch dienen dem Fett- und Stressabbau.

schulmedizinischer Diagnostik, irisdiagnostischer Früherkennung und naturheilkundlicher Therapie erlaubt es, individuell und ursächlich zu begleiten – und Menschen auf ihrem Weg zu mehr Leichtigkeit, Klarheit und Gesundheit zu unterstützen.



Adelheid Henke

Heilpraktikerin / Referentin ;
Dickhardtstrasse 48, 12159 Berlin
www.adelheidhenke.de

Aus- und Fortbildung in Augendiagnose finden Sie beim **Arbeitskreis Josef Angerer:**

<https://www.ak-augendiagnose.de/veranstaltungen-2/>

Samuel-Hahnemann-Schule

INJEKTIONSTECHNIKEN UND BLUTENTNAHME



Die diagnostisch bezweckte Blutentnahme, der traditionelle Aderlass und das Injizieren erlaubter Präparate und nicht verschreibungspflichtiger Medikamente gehören zum Einsatzbereich von Heilpraktikern.

An einem Wochenende lernst du die Indikationen und Kontraindikationen in der Naturheilpraxis, wichtige Vorbereitungen, den Einsatz intramuskulärer, intrakutaner und subkutaner Injektionstechniken und die intravenöse Blutentnahme. Wir besprechen juristische Aspekte, die ordnungsgemäße Abfallbeseitigung, Praxisnotfälle durch Injektionen und klären über Virusinfektionen unter dem Gesichtspunkt der Verletzungs- und Übertragungsgefahr auf.

Seminar für Heilpraktiker*innen und Heilpraktiker-Anwärter*innen
mit Hp Denis Dragendorf

Fachverband Deutscher Heilpraktiker
LV Berlin-Brandenburg e.V.
Mohriner Allee 88
12347 Berlin

Termin
22.-23.11.2025 (jeweils 08.00-16.00 Uhr)



Veranstaltungsort
Samuel-Hahnemann-Schule
Mohriner Allee 88
12347 Berlin

Anmeldung/Information
E-Mail: buero@heilpraktiker-berlin.org