

Naturheilverfahren in der Orthopädie

Im Internet: www.dr-kretzmann.de/naturheilverfahren



Was ist Naturheilkunde?

Wie wirkt Naturheilkunde?

Woher kommt Naturheilkunde?

Welche orthopädischen Krankheiten lassen sich naturheilkundlich behandeln?

Welche Naturheilverfahren werden eingesetzt?

Sehr geehrte Patientinnen und Patienten!
Das Ziel dieser Broschüre ist es, Sie über Naturheilkunde aufzuklären und Ihnen mögliche Ursachen sowie den regulären Behandlungsverlauf zu erläutern.
Falls Sie Fragen zum Inhalt oder andere Fragen haben, so wenden Sie sich bitte an die Praxis.

MVZ DR. KRETZMANN & KOLLEGEN

Als weitere Therapiealternativen bieten wir Ihnen Magnetfeld (MFT), Stoßwelle (ESWT) und zur Harmonisierung der Körperenergien TCM-Akupunktur an.

Zur allgemeinen Muskelstabilisierung und -kräftigung ist aktive Physiotherapie unumgänglich. Die aktuelle Studienlage zeigt die größte Effektivität für MTT (Medizinische Trainings Therapie) bzw. gerätgestützte Krankengymnastik, die z.B. als Rehabilitationssport/Funktionstraining angeboten wird. Körperwahrnehmung und -gefühl lassen sich hier begleitend durch fernöstliche Therapien wie Qi-Gong (Schatten-Boxen), Tai-Chi oder Ayurveda-Medizin verbessern.

Darunter versteht man psychologische Verfahren, die helfen können, eine gesunde Lebensordnung wiederherzustellen. Das Erlernen von Entspannungsverfahren (Progressive Muskelrelaxation, Autogenes Training, Hypnose) und Schmerzbewältigungsstrategien trägt zur Linderung von Beschwerden sowie besserem Umgang mit alltäglichen und weniger alltäglichen Anforderungen / Belastungen des Lebens (=Stressmanagement) bei.

MVZ DR. KRETZMANN & KOLLEGEN

Leopoldstr. 10
44147 Dortmund
info@dr-kretzmann.de

Fon (0231) 860237-0
Fax (0231) 860237-72
www.dr-kretzmann.de

ERNÄHRUNGS- THERAPIE

Ernährungsberatung, bedarfsweise Erstellen eines Diätplans und Gewichtsreduktion auf Grundlage der Regeln und des Ernährungskreises der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE).

BALNEOPHY- SIKALISCHE THERAPIE

Anwendung passiver Heilmittel wie der schmerzlindernden oder stimulierenden Elektrotherapie (=Reizstrom). Ausleitung körpereigener Giftstoffe („Schlacken“) z.B. durch klassische bzw. Schröpfkopfmassagen, (blutiges) Schröpfen, Blutegel oder Canthariden-Pflaster.



Lösung schmerzhafter Verspannungen, Durchblutungsförderung, reaktive Beeinflussung der inneren Organfunktionen und Stärkung von Selbstheilungskräften, Regenerationsfähigkeit und Immunsystem mit Kneipp'schen Therapien wie Ingwerwickeln, Senfmehlfußbädern oder Moorpackungen. Beinwell- oder Heusackauflagen, Quarkwickel, an- und absteigende Armbäder, Kniegüsse, Saunabaden o.a. können Sie auch selbstständig zuhause durchführen.

BEWEGUNGS- THERAPIE

ORDNUNGS- THERAPIE

Was ist Naturheilkunde?

DEFINITION

In Deutschland wird heute überwiegend Schulmedizin praktiziert, basierend auf der „Zellularpathologie“ nach Virchow (1821 - 1902). Krankheit wird dabei als ausschließlich organmedizinisch fassbare, pathologische Veränderung der Zelle eines Körpergewebes verstanden.

Naturheilkunde definiert sich hingegen als ganzheitliche Behandlungsmethode, in der neben den Wirkkräften von Heilpflanzen, Licht und Luft, Wasser und Erde, Wärme und Kälte, Bewegung und Ruhe, Ernährung und Nahrungsenthaltung auch seelische sowie soziokulturelle Einflüsse berücksichtigt werden.

Wie wirkt Naturheilkunde?

WIRKPRINZIP

Naturheilkunde wirkt über die fünf klassischen Naturheilverfahren

1. Phytotherapie
2. Ernährungstherapie
3. Balneophysikalische Therapie
4. Bewegungstherapie
5. Ordnungstherapie

anregend, kräftigend, regulierend, erhaltend und schützend auf die Selbstregulations-, Selbstordnungs- und Selbstheilungskräfte des menschlichen Organismus.



Woher kommt Naturheilkunde?

GESCHICHTE

Schon vor Urzeiten wurden natürliche Heilmittel eingesetzt. Wir kennen beispielsweise griechisch-römische Tempelanlagen mit Heilquellen und Bädern oder Schlafhäuser („Dormitorien“) der Asklepie. Im frühen Mittelalter beschränkten sich Naturheilverfahren überwiegend auf die Ausleitung krankhafter Körperflüssigkeiten durch Aderlass („Säftelehre“ nach Hippokrates). In den späteren Jahrhunderten war Naturheilkunde vorrangig als Kloster- und Kräutermedizin mit Namen wie Hildegard von Bingen (ca. 1098 - 1179) oder Paracelsus (1493 - 1541) verbunden. In Deutschland erlebte naturheilkundliche Medizin eine Renaissance ab dem Ende des 18. Jahrhunderts z.B. durch Samuel Hahnemann (1755 - 1843), den Begründer der Homöopathie, und vor allem durch Sebastian Kneipp (1821 - 1897).

Welche orthopädischen Krankheiten lassen sich naturheilkundlich behandeln?

DEFINITION

- Akute und chronische Erkrankungen des Bewegungsapparates, z.B. Zerrung / Stauchung, Arthrose (Gelenkverschleiß)
- Osteoporose (Knochenschwund)
- Schmerzhaftes Verspannen in allen Wirbelsäulenabschnitten
- Stress- und Schmerzzustände bei psychosomatischen Erkrankungen wie Fibromyalgie oder somatisierte Depression
- Nervenreizungen (z.B. Ischialgie) oder Pseudoradikulärsyndrome
- Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises
- Schmerzen, bei denen für schulmedizinische Therapieverfahren Kontraindikationen bestehen

Welche Naturheilverfahren werden eingesetzt?

PHYTO-THERAPIE

Phytotherapeutika sind Heilpflanzen, die in unterschiedlicher Darreichungsform zum Einsatz kommen: z.B. Teufelskralle in Tablettenform, Phyto-dolor als Tropfen, Lokalinfiltrationen mit Komplexhomöopathika, Arnikasalben, Brennesseltee, Kamillebäder, Retterspitzeinreibungen sowie Ingwer u. Weißkohl für Auflagen und Wickel.

