

## Das komplementär- medizinische Therapiekonzept am Beispiel der Naturheilkunde



Reto Gautschi,  
kant. appr. Natur-  
arzt, Salina Reha-  
klinik im Parkresort  
Rheinfelden

Die Komplementärmedizin erfreut sich in letzter Zeit starker Beliebtheit. Doch was ist darunter überhaupt zu verstehen? Es gibt nicht einfach «die Komplementärmedizin». Komplementäre Therapien sind definitionsgemäss Therapiekonzepte und Methoden, welche die wissenschaftliche (Schul-)Medizin ergänzen. Ein komplementäres Therapiekonzept ist beispielsweise die Naturheilkunde. Durchaus dürfen sich komplementäre- und wissenschaftlich-schulmedizinische Therapien unterscheiden. Denn es sind ja genau die Gegensätze, die sich ergänzen, wie das alte taoistische Bild von Yin und Yang symbolisiert.

Die Naturheilkunde existiert seit Menschengedenken. Sie entwickelte sich empirisch, das heisst durch Beobachtung und Anwendung. Viele ihrer Leitlinien entstanden durch das aufmerksame Beobachten der Natur und

ihrer Zusammenhänge. Bereits die Höhlenmenschen, die alten Ägypter, Chinesen, Griechen und Römer verfügten über ausgeklügelte naturheilkundliche Systeme. Grundlegend beinhaltet die Naturheilkunde ein Spektrum verschiedener Methoden, welche die körpereigenen Fähigkeiten zur Selbstregulierung und Selbstheilung aktivieren sollen. Dabei werden vor allem in der Natur vorkommende Mittel verwendet. Dazu gehören: Die Sonne, Licht, Luft, Bewegung, Ruhe, Nahrung, Wasser, Wärme, Kälte, manuelle Reize, die Atmung, Gedanken und Gefühle. Weiter gehören auch «natürliche» Arzneimittel, vor allem Heilpflanzen und deren Anwendungen dazu. Die traditionelle chinesische Medizin, Akupunktur, Kräuterheilkunde und Osteopathie sind Beispiele für naturheilkundliche Verfahren, die unter anderem auch in der Salina im Parkresort Rheinfelden komplementär angewendet werden. Im naturheilkundlichen Denken gelten einzelne Krankheitssymptome als Ausdruck einer Störung der organisierenden, selbstregulierenden Kraft des Organismus. Das hat zur Folge, dass unterschiedlichste akute und chronische Beschwerden oder Schmerzen naturheilkundlich behandelt werden können. Denn es geht immer darum, den Körper zu unterstützen, den eigenen Genesungsprozess zu aktivieren. Die Naturheilkunde kann begleitend zur schul-

medizinischen Therapie oder palliativ angewendet werden. Sie eignet sich unter anderem besonders bei Rücken- oder Kopfschmerzen, rheumatischen Beschwerden, Schleudertrauma, Allergien, Schlafproblemen oder Reizdarm. Sicherlich ist nicht gegen alles ein Kraut gewachsen, aber die interdisziplinäre, komplementäre Zusammenarbeit zwischen Naturheilkunde und Schulmedizin kommt schlussendlich den Bedürfnissen der Patienten zu Gute.

**«Rheinfelden medical» ist eine Kooperation der fünf bedeutenden Rheinfelder Gesundheitsbetriebe Gesundheitszentrum Fricktal, Reha Rheinfelden, Klinik Schützen Rheinfelden, Salina im Parkresort Rheinfelden und Alta Aesthetica. In Zusammenarbeit mit der Neuen Fricktaler Zeitung publiziert ein Mitglied regelmässig Ende Monat einen Ratgeber zu aktuellen Gesundheitsthemen.**