

# Therapieübersicht



Praxis für funktionelle Medizin  
Astrid Neumann  
Heilpraktikerin

## Klassische Naturheilverfahren

Liebe Patientinnen und Patienten,

hier finden Sie eine Übersicht über die Therapieverfahren, die ich anwende:

### Klassische Naturheilverfahren

#### Ernährungstherapie als Basis

Einer der **Grundpfeiler meiner Therapien** ist meist eine Überprüfung der derzeitigen Ernährung des Patienten. Zu oft werden noch Lebensmittel verwendet, die zu nährstoffarm sind oder von den Patienten nicht vertragen werden. Eine **Ernährung ist immer individuell festzulegen** und sollte den jeweiligen Gegebenheiten angepasst werden.

Ich helfe mit einer Ernährungsberatung (Paläo, Autoimmunprotokoll, Low Carb, F-AS-T u.a.) und einer **Diätplanerstellung inkl. Rezepten**. Viele Erkrankungen lassen sich mit einer passenden Ernährung vermeiden oder lindern. Oft sind es kleine Schritte der Veränderung, die eine große Wirkung zeigen um z.B. abnehmen zu können, sich besser zu konzentrieren, besser schlafen oder sportlich leistungsfähiger zu sein.

Ich teste Nahrungsmittelintoleranzen wie gegen Histamin, Lactose, Fructose, Gluten, Casein u.a. aus und teste individuell Lebensmittel, die Allergien oder Unverträglichkeiten verursachen können.

#### Phytotherapie

Die Pflanzenheilkunde gehört zu den ältesten Heilverfahren überhaupt. Ihre Tradition reicht zurück bis in die Steinzeit und ist im Altertum verbunden mit so berühmten Namen wie Hippokrates (5. Jh. v. Chr.), Hildegard von Bingen (1098-1179) oder Paracelsus (1493-1541).

Heilpflanzen sind im besten Sinne des Wortes Naturprodukte, und so unterliegen die wirksamen Inhaltsstoffe natürlichen Schwankungen, abhängig z. B. von Standort, Lichtverhältnissen, Klima, Ernte oder Lagerung. Die besondere Wirksamkeit natürlicher Heilpflanzen wird unter anderem darauf zurückgeführt, dass sie eine Mischung verschiedener Wirkstoffe in sich vereinen. Somit wirkt eine Pflanze als Vielstoffgemisch immer breitbandiger als ein schulmedizinisches chemisches Einzelmittel (Monopräparat). In der Pflanzenheilkunde werden ganze Pflanzen oder Pflanzenteile (Blüten, Blätter, Früchte, Samen, Stängel, Rinden, Wurzeln) verwendet, einiges davon frisch, der überwiegende Teil getrocknet. Zur Anwendung kommen sie beispielsweise als Tee, Saft oder Tinktur, zu Tabletten gepresst, als Badezusätze, in Salben oder Cremes. Über viele Pflanzen gibt es heute Studien und wissenschaftliche Nachweise. Auf der anderen Seite sind eine Menge Phytotherapeutika noch gar nicht untersucht worden, haben sich aber über Jahrhunderte in den Praxen bewährt und werden aus diesem Grund genau so angewendet.

### Nicht klassische Naturheilverfahren

#### Homöopathie

Die Homöopathie wurde von dem Arzt Samuel Hahnemann (1755-1843) begründet. Sie basiert auf drei wesentlichen Grundlagen: dem Ähnlichkeitsprinzip, der Arzneimittelprüfung und der Potenzierung. Das Ähnlichkeitsprinzip „*Similia similibus curentur*“, Ähnliches werde durch Ähnliches geheilt, formulierte Hahnemann, nachdem er 1790 in einem spektakulären Selbstversuch beobachtete, dass Chinarinde, damals übliche

Heidelberger Str. 41  
64285 Darmstadt  
Tel.: 0178 - 971 3211  
E-Mail:

info@heilpraxisneumann.de  
www.heilpraxisneumann.de

# Therapieübersicht



Praxis für funktionelle Medizin  
Astrid Neumann  
Heilpraktikerin

Arznei gegen Malaria, bei ihm als gesundem Menschen vergleichbare Symptome hervorrief, wie er sie bei einer Malaria schon am eigenen Leibe erfahren hatte. In zahlreichen weiteren Versuchen bestätigte er dieses Prinzip. Ein Beispiel: Das Schneiden einer Küchenzwiebel (*Allium cepa*) führt beim gesunden Menschen zu Augenjucken, Brennen, Kitzeln in der Nase, Niesen etc. Dem Ähnlichkeitsgesetz folgend, wird *Allium cepa* bei einem Schnupfen mit eben diesen Erscheinungen eingesetzt. Das von Hahnemann formulierte Ähnlichkeitsprinzip ist untrennbar mit der zweiten Säule seiner Lehre, der Arzneimittelprüfung am gesunden Menschen, verbunden. Sie dient dazu, die Wirkung eines Arzneistoffes am gesunden Menschen zu erforschen und so Rückschlüsse auf dessen Wirksamkeit bei Erkrankungen zu ziehen.

Ich behandle bei akuten und mehr noch bei miasmatischen Erkrankungen als möglicher Ursprung einer Erkrankung. Weitere Informationen unter <https://www.bdh-online.de/lexikon/homoeopathie/>.

## Ohrakupunktur

Seit über 2000 Jahren ist die Ohrakupunktur bekannt. Unabhängig voneinander entwickelten zuerst die Chinesen und dann vor etwa 60 Jahren der französische Arzt Paul Nogier ein System an Akupunkturpunkten. Im Ohr „stecke“ der ganze Mensch, publizierte Nogier. Über arabische Patienten hatte er von einer traditionellen Behandlungsmethode gehört, bei der durch eine Behandlung am Ohr Rückenschmerzen verschwunden sein sollten. Er forschte und experimentierte und kam zu der persönlichen, aber nicht von der Wissenschaft bestätigten Hypothese, dass eine bestimmte Stelle am Ohr mit der Wirbelsäule verbunden sein müsse und machte sich daraufhin an die „Erforschung“ aller Körperentsprechungen am Ohr. Die gesamte Ohroberfläche stelle eine Reflexzone dar, auf die alle Organe des Körpers reagieren. Verschiedene Nervenbahnen verlaufen durch die Ohren. In der Ohrmuschel seien die Reflexzonen der Körperorgane so angeordnet, dass sie das Bild eines auf dem Kopf stehenden Embryos ergeben. Mittels Pulstastung (RAC) werden die relevanten Punkte getastet und behandelt. In der alternativmedizinischen Fachliteratur werden eine ganze Reihe von Einsatzbereichen genannt. So z.B. zur Schmerztherapie, bei Problemen am Bewegungsapparat (Schulter, Wirbelsäule, Knie, Achillessehne, Ellbogen u.a.), bei Nikotinsucht, Atemwegserkrankungen, Nasennebenhöhlenentzündungen u.v.m..

## Homöosiniatrie

Bei der Homöosiniatrie werden homöopathische Komplexmittel als Injektionspräparate in die Akupunkturpunkte gegeben und so der Reiz verstärkt, der durch die Akupunktur schon ausgelöst werden soll. Ich behandle Punkte im Ohr und führe zum einen **Rauchentwöhnungen** mit Fumarexin durch. Zum anderen lässt sich die Methode am Bewegungsapparat einsetzen (Ellbogen, Knie, Achillessehne).

Im Gegensatz zur traditionellen chinesischen Akupunktur, die von der WHO mit zahlreichen Anwendungsgebieten anerkannt wird, erfährt die Ohrakupunktur und die Homöosiniatrie keine Anerkennung durch die evidenzbasierte Medizin, landläufig Schulmedizin genannt, oder amtliche Stellen wie die WHO. Wissenschaftlich valide Beweise für Wirkung und Wirksamkeit liegen nicht vor. Ich berufe mich auf die Beobachtungen einzelner Therapeuten.

## Schädelakupunktur nach Dr. Yamamoto

In den 60er Jahren fand der japanische Arzt Dr. med. Toshikatsu Yamamoto heraus, dass bestimmte Akupunkturpunkte im Stirnbereich Hinweise auf Organbeschwerden geben können. Mit dieser Erkenntnis schuf er die eigenständige Akupunkturtherapie, die heute als "Schädelakupunktur nach Dr. Yamamoto" (YNSA) praktiziert wird. Bei folgenden Erkrankungen kann sie angewendet werden: Schmerzen und Störungen im Bewegungsapparat, Neuralgien, Erkrankungen der Sinnesorgane, Störungen innerer Organe (z.B. Galle, Niere, Leber, Dickdarm).

Weitere Informationen finden Sie unter <http://www.ynsa.info/>

Heidelberger Str. 41  
64285 Darmstadt  
Tel.: 0178 - 971 3211  
E-Mail:

[info@heilpraxisneumann.de](mailto:info@heilpraxisneumann.de)  
[www.heilpraxisneumann.de](http://www.heilpraxisneumann.de)

# Therapieübersicht



Praxis für funktionelle Medizin  
Astrid Neumann  
Heilpraktikerin

## Segmenttherapie und Injektionen

Segmenttherapie ist die Behandlung von chronischen oder akuten Erkrankungen mit unterschiedlichen homöopathischen Komplexmitteln als Injektionspräparate. Diese Therapieform nutzt die körpereigene Steuerungs- und Ausgleichsfunktion des vegetativen Nervensystems und setzt an den sogenannten Triggerpunkten an. Es ist ein komplementärmedizinisches Verfahren, Energie in gestörtes Gewebe zu geben und einen Reiz zu setzen. Der Körper kann auf diesen Reiz reagieren.

Die Fachliteratur listet viele Einsatzbereiche auf. Es ist eine Therapieform, die aus meiner Sicht vor allem bei orthopädischen, rheumatischen und neuralgischen Beschwerden helfen kann z.B. bei Tennisellbogen, Achillessehnenentzündung etc.. Störfelder wie Narben können damit ausgeglichen werden. Die evidenzbasierte Medizin, landläufig Schulmedizin genannt, kennt Störfelder allerdings nicht. Auch lokale und übergeordnete Regelkreise sollen angesprochen werden, wie die sogenannten Head'schen Zonen und ihre Beziehungen zu den Rückenmarksegmenten und den inneren Organen.

## Mikrobiologische Therapie und Darmsanierung

Die Mikrobiologische Therapie basiert auf einer Untersuchung der Darmflora (Stuhluntersuchung in einem geeigneten Labor), der Auswertung der Daten (erhöhte Entzündungswerte wie Calprotectin, Zonulin bei Leaky Gut, eine Dysbiose u.a.), der Einnahme von fehlenden Mikroorganismen (spezielle Darmbakterien) und meist auch einer **Ernährungsumstellung**, da diese erfahrungsgemäß unterstützend hilft.

Störungen des Verdauungstraktes können durch Infektionen, Fehlernährung, Medikamente, eine Abwehrschwäche, Umweltschadstoffe u.a. oder auch funktionell durch einen Mangel an Verdauungsenzymen bedingt sein. Die Symptome sind oft nicht direkt zuzuordnen wie z.B. Gewichtszunahme, Kopfschmerzen, anhaltende Müdigkeit, Erschöpfung, Depressionen, Immunschwäche, Verspannungen der Muskulatur, Verdauungsstörungen u.v.m.. Es kann z.B. eine Histamin-, Fructose- oder Lactoseintoleranz vorliegen, die eine genaue Analyse und oft eine Verhaltens- und Ernährungsumstellung notwendig macht.

Ein Schwerpunktthema ist ein zuviel an **Histamin**, das durch verschiedene Auslöser im Körper gebildet wird (z.B. Mastzellenaktivierungssyndrom). Hier gilt es die Last zu senken, den die Folgen werden oft nicht dem Histamin zugeordnet werden wie z.B. starke Hautprobleme, Kopfschmerzen, Müdigkeit am Morgen, Gelenkschmerzen.

Auch die Schulmedizin kennt die Darmsanierung, wendet sie aber im Vergleich zur Naturheilkunde nur sehr selten an. Oft, wenn praktisch das Kind bereits mit dem Bade verschüttet wurde, beispielsweise nach einer hochdosierten Antibiotikatherapie, die die natürliche Darmflora zerstört hat. Manches von dem, was die Naturheilkunde der Darmsanierung zurechnet, ist noch nicht ausreichend wissenschaftlich erforscht, da bewegen wir uns auf dem Boden der Beobachtungen und logischen Hypothesen, aber unser gefestigtes Wissen nimmt zu.

Bei Fragen rufen Sie mich einfach an.

Ich wünsche Ihnen eine gute Gesundheit!

Ihre

Astrid Neumann