

Familien-Dossier

Alternative Medizin

Für viele typische Kinderkrankheiten und «Wehwehchen» gibt es alternative Heilmethoden. In diesem Dossier stellen wir einige vor und sagen, wie sie wirken. Gerade in der kalten Jahreszeit sind auch Grippe & Co. wieder im Vormarsch. Wir haben deshalb Rezepte von bewährten Hausmitteln gesammelt, die schon Generationen von Kindern beim Gesundwerden geholfen haben.

Alternativ – konstruktiv oder naiv?

In der Frage Schulmedizin oder alternative Heilungsmethoden stehen Eltern oft in einer Zwickmühle von Skepsis, Hoffnung und dem alles antreibenden Wunsch, für ihre Kinder die optimale Entscheidung zu treffen. Ein Blick auf die Alternativen zeigt vor allem: Auf die Erkrankung kommt es an!

Text: Nadine Rydzyk

Die Schulmedizin behandelt Kinderkrankheiten symptomorientiert. Ihr Ziel ist es, das Kind möglichst schnell von seiner Krankheit und den damit einhergehenden Symptomen zu heilen. Dabei kommen mehrheitlich Medikamente zum Einsatz. Die grosse Mehrheit dieser Medikamente, die ein Kinderarzt in der Praxis regelmässig einsetzt, ist auch für Kinder zu-

gelassen, d.h. Wirksamkeit und Sicherheit sind für die verschiedenen Altersstufen durch Studien belegt. Dies gilt – mit wenigen Ausnahmen – nicht für die sogenannten alternativen Heilmethoden. Doch muss man diese nicht zwangsläufig schlechter bewerten. Gerade der Medikamentengebrauch der Schulmedizin hat in Bezug auf die Behandlung von Kindern Kritiker.

«Die meisten alternativen
Heilverfahren wollen die indi-
viduelle Entwicklung und Reifung
einer Person unterstützen.»



Andauernde statt schnelle Erfolge

Im Unterschied zur Schulmedizin sucht die Alternativmedizin keine schnelle Problemlösung und rasche Symptombekämpfung, sondern strebt die nachhaltige, andauernde Heilung des Patienten an. Dies gilt für Erwachsene ebenso wie für Kinder. Aus Sicht der Eltern bedeutet es aber fast immer eine Gewissensfrage, wofür sie sich im Einzelfall entscheiden. Um hier einen Entschluss treffen zu können, muss man sich zunächst damit auseinandersetzen, was die alternativen Methoden sind, welche unterschiedlichen Möglichkeiten es gibt, was sie wollen und was sie leisten können.

Die meisten alternativen Heilverfahren wollen die individuelle Entwicklung und Reifung einer Person unterstützen. Diese Entwicklung beginnt mit der Geburt. Krankheiten werden als ein wichtiger Teil der menschlichen Entwicklung angesehen. Damit sind, zumindest in der Theorie, die alternativen Methoden grundsätzlich bereits für Kinder geeignet. Dies bestätigt auch der kantonal geprüfte Naturarzt Martin Beck aus Gelterkinden: «Generell kann man sagen, dass sich alle alternativen Heilmethoden auch für Kinder und Jugendliche sehr gut eignen. Mit Ausnahme sehr invasiver Methoden, wie zum Beispiel das blutige Schröpfen.» Wichtig sei hier, getreu dem Prinzip der individuell abgestimmten Behandlung, vor allem die Anpassung der Methode und der Intensität auf den jeweiligen Patienten und damit die Abstimmung auf das Alter und die körperlichen Bedingungen.

Zu den am weitesten verbreiteten und in ihrer Wirkung zumindest ansatzweise nachgewiesenen Gebieten der Komplementärmedizin gehören die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und die Homöopathie.

Akupunktur – auch ohne «Stechen» möglich

Als das wohl bekannteste Teilgebiet der TCM gilt die Akupunktur. Sie basiert auf der Annahme von den Lebensenergien des Körpers, dem «Qi». Sie sollten ungestört zirkulieren können, damit ein Organismus gesund funktioniert, da sie einen steuernden Einfluss auf alle Körperfunktionen haben. Ein gestörter Energiefluss wird in der TCM als ursächlich für Erkrankungen angesehen und soll durch Stiche in definierte Akupunkturpunkte, die auf den sogenannten Meridianen liegen, ausgeglichen werden. Bei der mit der Akupunktur verwandten Methode der Akupressur als sanftere Variante wird stumpfer Druck auf die Punkte ausgeübt. Werden diese erwärmt, spricht man von der Methode der Moxibustion.

Mit der Akupunktur und ihren Unterarten bietet sich eine risikoarme und nebenwirkungsfreie Behandlungsform, mit der viele Medikamente eingespart werden können. Mit kleineren und dünneren Nadeln und einer kürzeren Verweildauer im Körper von maximal fünf Minuten wird die Methode der Akupunktur auch bei Kindern eingesetzt. Bereits Säuglinge können mittels einer Laser-Akupunktur behandelt werden. Eine Alternative zu herkömmlichen Behandlungsmethoden mit nachgewiesenen Erfolgen bietet die Akupunktur vor allem bei 3-Monatskoliken des Säuglings bzw. Nabelkoliken des Kleinkindes, Allergien, Heuschnupfen, Asthma, Ekzemen (auch →



Neurodermitis), Kopfschmerzen und seelischen Stresserscheinungen wie Prüfungsangst oder Schlafstörungen, schreibt Dr. med. Gudrun Wahl, Referentin der Deutschen Akademie für Akupunktur und Aurikulomedizin, München.

Doch kann man bei der Behandlung von Kindern unter Umständen auf Widerstand stossen. Eine Angst vor den Nadeln kennt Beck aus seiner Praxis allerdings nicht. «Nadeln sind für die meisten Kinder kein Problem. Ich verwende derart feine Nadeln, dass diese kaum wahrgenommen werden. Ausserdem besteht die Möglichkeit, die Akupunktur mittels eines Lasers durchzuführen oder im schlimmsten Fall auf eine andere Methode umzusteigen wie zum Beispiel Shonishin. Dabei handelt es sich um eine sehr sanfte Form der Japanischen Akupunktur. Hierbei werden keine Nadeln durch die Haut geführt, sondern es wird lediglich mit einem spitzen Gegenstand sanft über die Hautoberfläche geklopft und massiert.»

Individuelle Mischungen

Neben der Akupunktur ist die Anwendung von Arzneimitteln das wichtigste Element der Traditionellen Chinesischen Medizin. Dabei kommen überwiegend pflanzliche, aber auch tierische und mineralische Substanzen zum Einsatz. In einer TCM-Apotheke sind bis zu 800 Arzneisubstanzen (auch Arzneidrogen genannt) zu finden, die nach klassischem Muster in Mischungen von 4 bis 20 Bestandteilen als Abkochung zusammengestellt werden. Jeder Bestandteil hat dabei eine spezifische Funktion: Ein «Kaiser» ist für die Hauptwirkung verantwortlich, ein «Adjutant» unterstützt den Kaiser oder deckt einen zweiten Indikationsbereich ab. Sogenannte «Assistenten» helfen weiter oder mildern die sekundären Symptome und die Nebenwirkungen des Hauptwirkstoffes. Schliesslich harmonisieren «Boten» die Wirkung. Eine Mischung im Sinne einer chinesischen Rezeptur soll voll auf die Belange des Patienten ausgelegt sein.

«Die Komplementärmedizin ist eine optimale Ergänzung zur Schulmedizin.»

Bei sehr vielen Erkrankungen können gute Erfolge erzielt werden. Naturarzt Martin Beck weiss, worauf besonders bei der Behandlung von Kindern und Jugendlichen zu achten ist.

Interview: Thomas Geissler.

Kidy swissfamily: Welche alternativen Heilmethoden eignen sich generell auch für Kinder und Jugendliche? Was kann speziell die TCM hier leisten?

Martin Beck: Als Faustregel gilt, je jünger das Kind, desto weniger Reiz/Stimuli sollte angewendet werden. Die TCM kann bei Kindern und Jugendlichen natürlich sehr gute Dienste leisten. Aber auch hier gilt, je kleiner der Patient, desto weniger Stimulation.

Womit (bei welchen Erkrankungen) werden hier gute Erfolge erzielt?

Bei welchen Krankheiten ist eine Naturheilmethode besonders angezeigt?

Gute Erfolge können bei sehr vielen Erkrankungen erzielt werden. Es können sämtliche akuten Leiden, wie Erkältungen, grippale Infekte, Husten, Fieber, Bauchschmerzen usw. mittels TCM erfolgreich behandelt werden, aber auch chronische Leiden, wie Hauterkrankungen, Schmerzen, Atemwegsbeschwerden usw. können therapiert werden.

Besonders wichtig ist die TCM meiner Meinung nach in der Behandlung sämtlicher Leiden, die mit schwachem oder schwächerem Immunsystem einhergehen. Diese Erkrankungen treten meist immer wiederkehrend auf, wie zum Beispiel ständige Erkältungen oder Husten. Mittels der Methoden der TCM



Zur Person: Martin Beck ist kantonal geprüfter Naturarzt der Fachrichtung TCM mit eigener Praxis in Gelterkinden. Weitere Infos unter: www.tcm-praxis-beck.ch



Entsprechend müssen auch die Arzneien für Kinder in besonderer Weise auf den kindlichen Stoffwechsel abgestimmt werden.

Die Anwendung erfolgt nach einer Medizintheorie, die sich grundsätzlich von unserem westlichen pharmakologischen Verständnis unterscheidet. Elementar ist dabei die Vorstellung der beiden gegensätzlich ausgerichteten, aber sich ergänzenden Kräftegruppen «Yin» und «Yang». Zudem wird dem Einfluss der fünf Wandlungsphasen eine grosse Bedeutung beigemessen. Hierbei werden den fünf symbolischen Elementen Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser die fünf Funktionsbereiche Leber, Herz, Milz, Lunge und Niere zugeordnet.

Homöopathie – die «geistartige Kraft»

Die Homöopathie ist eine alternativmedizinische Behandlungsmethode, die auf der Grundannahme des Ähnlichkeitsprinzips beruht: Ähnliches soll durch

Ähnliches geheilt werden. Demnach werden homöopathische Arzneimittel so ausgewählt, dass es an einem gesunden Menschen entsprechende Symptome hervorrufen könnte wie diejenigen, an denen der erkrankte Patient leidet.

Zur Herstellung der Arzneimittel werden die Grundsubstanzen einer Potenzierung unterzogen, das heisst, sie werden wiederholt (meist im Verhältnis 1:10 oder 1:100) mit Wasser oder Alkohol verdünnt (verschüttelt) oder mit Milchzucker verrieben. Bei sogenannten Hochpotenzen sind die Ausgangsstoffe so stark verdünnt, dass sie nicht mehr nachweisbar sind. Die Wirksamkeit der homöopathischen Arzneien gilt allerdings als nicht wissenschaftlich belegt. Auch der Begründer der Homöopathie selbst, der deutsche Arzt Samuel Hahnemann, sprach bereits von einer «geistartigen Kraft», die den Hochpotenzen innewohne. Andererseits belegt eine Langzeitstudie der Berliner Charité, dass bei chronischen Beschwerden wie →

wie Akupunktur, Moxibustion (das Erwärmen bestimmter Stellen am Körper mittels Abtrennen von Beifusskraut) oder der Pflanzenheilkunde kann in diesem Fall sehr effizient und erfolgreich behandelt werden.

Gibt es alternative Heilmethoden, die bei Kindern weniger geeignet sind bzw. wo bestehen Gefahren oder grössere Schwierigkeiten als bei Erwachsenen?

Sicherlich sind alternative Heilmethoden, die sehr schmerzhaft sind oder bei denen Blut abgenommen wird nicht so geeignet für Kinder. Zu den Aschner Verfahren (ausleitende Verfahren, die zur Entgiftung der Körpersäfte dienen sollen) zählen einige Methoden, die ich persönlich nicht bei Kindern anwenden würde. Zum Beispiel das Baunscheidtieren (hierfür wird die Haut oberflächlich mittels einer Rolle mit

feinen Nadeln gereizt), das Cantharidenpflaster und das blutige Schröpfen. Meiner Meinung nach wird bei diesen Verfahren ein sehr starker Reiz gesetzt, der oftmals in der Behandlung bei Kindern gar nicht nötig ist. Ebenfalls gibt es einige Heilpflanzen, die ich ebenfalls bei Kindern nicht einsetzen würde. Darunter zählen sicherlich die drastischen Mittel wie zum Beispiel Senesblätter oder sehr kühlende Pflanzen wie Rhabarberwurzel. Diese Pflanzen würden, bei unsachgemässer Anwendung, die Verdauungstätigkeit der Kinder schwächen und sie somit energetisch herunterfahren.

Sehen Sie die alternativen Methoden als Konkurrenz/Ersatz zur klassischen Medizin oder eher als Ergänzung?

Ganz klar als gegenseitige Ergänzung. Was in der klassischen Medizin Schwierig-

keiten bereitet, kann allenfalls mittels alternativer Methoden abgedeckt werden und umgekehrt.

Wo liegen die Grenzen der alternativen Methoden?

Bei lebensbedrohlichen Geschehen, wie fulminante Verläufe bei Infektionen, bei Krankheitsbildern, die aus dem Ruder zu laufen drohen, bei Verdacht auf krebsartige Geschehen, bei Unfällen oder bei massiver Auszehrung, sehe ich persönlich die Grenzen der alternativen Methoden. Unterstützt kann jedoch immer (mit der nötigen Sorgfalt) behandelt werden. Vorsicht ist aber auch immer angesagt, wenn die Therapie beim kleinen Patienten nicht anschlägt oder der behandelnde Therapeut während der Behandlung ein ungutes Gefühl entwickelt.



Migräne, Heuschnupfen und Neurodermitis nach einer zweijährigen homöopathischen Behandlung eine völlige Beschwerdefreiheit erreicht werden konnte. «Unter klassischer homöopathischer Behandlung besserten sich die Beschwerden bereits nach nur drei Monaten um 40 Prozent», hielt Professorin Claudia Witt im Zuge der Beobachtungsstudie fest. Den direkten Beweis der Wirksamkeit blieb die Methode aber bis anhin schuldig.

Schenkt man der Wirksamkeit jedoch Glauben, erscheinen die homöopathischen Mittel gerade dadurch, dass sie nur winzige Mengen des ausgewählten Wirkstoffes enthalten, als besonders für Schwangere, Babys und Kinder geeignet. Eine allergische Reaktion ist praktisch ausgeschlossen. Anwendungsgebiete bei Kindern und Jugendlichen können unter anderem Zahnschmerzen, aber auch eine Vielzahl chronischer Erkrankungen sein. Doch ist man bei der Behandlung von Kindern mit Homöopathie häufig auf eine genaue Beobachtung der Symptome und Einordnung der objektiven Krankheitsanzeichen angewiesen, da Kinder ihre Beschwerden oft nicht genau schildern können.

Alternative Methoden in der Schwangerschaft

Doch auch schon bevor die Kinder auf der Welt sind, also während der Schwangerschaft, kann dem Bedürfnis nach einer ganzheitliche Behandlung mit den alternativen Methoden nachgekommen werden. Die Akupunktur und die chinesische Arzneimitteltherapie sind beispielsweise sanfte, natürliche und effektvolle Therapieformen, mit denen eine Reihe von Schwangerschaftsbeschwerden behandelt werden können. Dazu gehören Übelkeit und Erbrechen,

Müdigkeit, Anämie, Verstopfung und Durchfall, Rückenschmerzen und Ischialgien, Ödeme, Bluthochdruck, Sodbrennen oder auch vorzeitige Wehen. Die Anwendungsgebiete ziehen sich weiter bis zur Geburtsvorbereitung, der Geburtseinleitung und der Schmerzerleichterung während der Geburt bis zur Behandlung im Wochenbett.

Fazit: Trotz der vielfältigen Anwendungsgebiete und guten Wirkungschancen, die je nach alternativer Methode mehr oder weniger gut belegt sind, stellen die Möglichkeiten der Komplementärmedizin zwar in vielen Fällen eine gute Alternative oder Ergänzung zur westlichen Schulmedizin dar, doch gilt immer das Prinzip: Bei schweren Erkrankungen oder Unsicherheiten ist in jedem Fall der Gang zum Arzt angezeigt. ❖

Buchtipps – direkt bestellen über www.swissfamily.ch:



«Die magische 11 der Homöopathie für Kinder», von Sven Sommer, Katrin Reichelt, GU Verlag, ISBN: 9783833819889, Softcover, Fr. 19.90

«Kinderkrankheiten natürlich behandeln», von Dr. med. Michael Stellmann, GU Verlag, ISBN: 9783833817298, Softcover, Fr. 19.90