

Inhaltsverzeichnis

Widmung	5
Vorwort zur 2. Auflage	6
Vorwort zur 1. Auflage	7
Autor und Autorin	14

Teil 1 Theoretische Grundlagen

1	Was ist Anthroposophische Medizin?	16
1.1	Einleitung	16
1.2	Historische Einordnung und Entwicklung	16
1.3	Die von Rudolf Steiner begründete Geisteswissenschaft „Anthroposophie“	17
1.4	Anthroposophische Medizin	17
2	Anthroposophisches Menschen- und Naturverständnis als Grundlage der Anthroposophischen Medizin	19
2.1	Analogien der Entwicklung des Menschen und der Natur	19
2.2	4 Organisationsebenen	19
2.2.1	Physische Organisation und das Mineralreich	20
2.2.2	Lebensorganisation und das Pflanzenreich	21
2.2.3	Seelenorganisation und das Tierreich	23
2.2.4	Ich-Organisation	24
2.3	Dreigliederung des Organismus	25
2.3.1	Sinnes-Nerven-System	26
2.3.2	Bewegungs-Stoffwechsel-System	26
2.3.3	Rhythmisches System	26
2.4	Die Dreigliederung in ihrem Bezug zu den 4 Organisationsebenen	27
2.5	Konstitutionstypen	29
2.5.1	Männliche und weibliche Konstitution	29
2.5.2	Konstitutionstypen des dreigliedrigen Organismus	30
2.5.3	Konstitutionstypen der 4 Organisationsebenen – Temperamente	32
2.5.4	Konstitutionen der 7 Planeten	33
2.5.5	Zwölf Sinne	36
2.6	Die 4 Organe	38
2.6.1	Lungenorganisation, Erdorganismus und Physische Organisation	38
2.6.2	Leberorganisation, Flüssigkeitsorganismus und Lebensorganisation	41
2.6.3	Nierenorganisation, Luftorganismus und Seelenorganisation	43
2.6.4	Herzorganisation, Wärmeorganismus und Ich-Organisation	45
2.7	Die Gesetzmäßigkeiten des menschlichen Lebenslaufs als Schlüssel zum Verständnis von Gesundheit und Krankheit	47
2.7.1	Der Weg ins Erdenleben	47
2.7.2	Das erste Jahrsiebt (Geburt bis 7 Jahre)	48
2.7.3	Das zweite Jahrsiebt (7–14 Jahre)	51
2.7.4	Das dritte Jahrsiebt (14–21 Jahre)	52
2.7.5	Das vierte Jahrsiebt (21–28 Jahre)	54

2.7.6	Das fünfte Jahrsiebt (28–35 Jahre)	54
2.7.7	Das sechste Jahrsiebt (35–42 Jahre).	54
2.7.8	Das siebte Jahrsiebt (42–49 Jahre)	56
2.7.9	Das achte Jahrsiebt (49–56 Jahre).	56
2.7.10	Das neunte Jahrsiebt (56–63 Jahre).	56
2.7.11	Die Zeit nach dem 63. Lebensjahr	57
2.7.12	Spiegelungsgeheimnisse und erweiterte Anamnese	57
2.8	Gesundheits- und Krankheitsverständnis	62
2.8.1	Krankheitsdisposition und ihr Bezug zu den vier Organisationsebenen.	63
2.8.2	Krankheitsdisposition und ihr Bezug zum dreigliedrigen Organismus	64
2.9	Die Bedeutung der Rhythmen für die Gesunderhaltung	64

Teil 2 Allgemeine Grundlagen der Therapie

3	Anthroposophische Arzneimitteltherapie	68
3.1	Anthroposophisches Arzneimittelverständnis	68
3.1.1	Gesichtspunkte zur Arzneimittelwahl	68
3.1.2	Pharmazeutische Wärmeverfahren	71
3.1.3	Darreichungsformen und ihr Bezug zum menschlichen Organismus	75
3.1.4	Potenzen und ihr Bezug zur menschlichen Organisation	75
3.1.5	Weitere ganzheitliche Arzneimittel – Ceres-Verfahren	76
3.2	Anthroposophische Metalltherapie.	77
3.2.1	Besondere Herstellungsverfahren der Weleda-Metallpräparate	81
3.2.2	Metallpräparate von Wala	81
3.3	Wirkungsebenen von Arzneimitteln	82
3.4	Typenmittel der Anthroposophischen Medizin	82
3.4.1	Gencydo und Heuschnupfen	83
3.4.2	Digestodoron und Verdauungsfunktion.	83
3.4.3	Arzneimittelkomposition Neurodoron	84
3.5	Wala-Kompositionsarzneimittel	86
3.5.1	Aurum/Apis regina comp.	86
3.5.2	Solum	87
3.6	Ceres-Kompositionsarzneimittel	87
3.6.1	Taraxacum comp. Leber-Galle-Tropfen	88
3.6.2	Echinacea purpurea comp.	88
3.7	Arzneimittelwahl im Rahmen des individuellen Therapiekonzepts	88
4	Nicht medikamentöse anthroposophische Therapien.	90
4.1	Einführung	90
4.2	Äußere Anwendungen	90
4.3	Kunsttherapien	91
4.4	Gesprächstherapie	91
4.5	Biografie-Arbeit	92
5	Erstellung eines individuellen Therapiekonzepts	93
5.1	Erstkontakt und Anamnese	93
5.2	Diagnose und Befunderhebung.	93
5.2.1	Wesensgliederdiagnostik	93

5.2.2	Konstitutionsdiagnostik – Abbild der Wesensgliederwirksamkeit	94
5.2.3	Diagnostik des dreigliedrigen Organismus.	94
5.3	Therapieplanung	95

Teil 3 Bewährte Therapiekonzepte

6	Erkrankungen des Bewegungsapparats	98
6.1	Einleitung	98
6.2	Erkrankungen des Knochensystems.	99
6.2.1	Knochenbrüche (Nachversorgung)	99
6.2.2	Osteoporose	101
6.3	Erkrankungen des Gelenksystems.	103
6.3.1	Arthrosen.	103
6.3.2	Chondropathia patellae	106
6.3.3	Meniskusläsionen	106
6.3.4	Rheumatoide Arthritis	107
6.4	Erkrankungen der Wirbelsäule.	110
6.4.1	Lumbago	110
6.4.2	Morbus Bechterew	112
6.4.3	Morbus Scheuermann	113
6.5	Erkrankungen des Muskelsystems.	114
6.5.1	Fibromyalgie	114
6.5.2	Karpaltunnelsyndrom.	116
6.5.3	Komplexes regionales Schmerzsyndrom (CRPS, Morbus Sudeck)	117
6.5.4	Weichteilrheumatismus	118
6.6	Traumata – Verletzungen des Bewegungsapparats	120
6.6.1	Bänder- oder Sehnenriss (adjuvante bzw. Nachversorgung).	120
6.6.2	Muskelzerrung	121
6.6.3	Schulter-Arm-Syndrom	121
6.6.4	Tendopathien/Epikondylitis	122
7	Erkrankungen des Verdauungstrakts	125
7.1	Erkrankungen des oberen Verdauungstrakts	125
7.1.1	Refluxkrankheit/Ösophagitis.	125
7.2	Erkrankungen des Magens	126
7.2.1	Akute Gastritis	126
7.2.2	Chronische Gastritis.	127
7.3	Erkrankungen des Darmes	129
7.3.1	Colitis ulcerosa.	129
7.3.2	Colon irritabile/Reizdarmsyndrom	130
7.3.3	Darmdysbiose	132
7.3.4	Diarrhö	136
7.3.5	Dickdarmdivertikulose und Divertikulitis.	138
7.3.6	Hämorrhoiden	139
7.3.7	Morbus Crohn	140
7.3.8	Obstipation	142
7.3.9	Roemheld-Syndrom.	143
7.3.10	Ulcus pepticum	145

8	Stoffwechselerkrankungen	147
8.1	Fettstoffwechselstörungen	147
8.1.1	Hyperlipidämie	147
8.2	Eiweißstoffwechselstörungen	148
8.2.1	Gicht	148
8.3	Zuckerstoffwechselstörung	150
8.3.1	Diabetes mellitus	150
9	Erkrankungen der Leber, Galle und Bauchspeicheldrüse	153
9.1	Erkrankungen der Leber	153
9.1.1	Fettleber	153
9.1.2	Leberzirrhose	154
9.2	Erkrankungen der Galle und Bauchspeicheldrüse	156
9.2.1	Gallendyskinesie	156
9.2.2	Gallensteine und Postcholezystektomiesyndrom	158
9.2.3	Chronische Pankreatitis/Pankreasinsuffizienz	159
10	Erkrankungen der oberen Atemwege und des Mittelohres	161
10.1	Erkrankungen der Nase und Nasennebenhöhlen	161
10.1.1	Rhinitis	161
10.1.2	Sinusitis	162
10.2	Erkrankungen des Mittelohres	164
10.2.1	Otitis media	164
11	Erkrankungen des Atemtrakts	167
11.1	Erkrankungen der Lunge	167
11.1.1	Asthma bronchiale	167
11.1.2	Akute Bronchitis	169
11.1.3	Chronische Bronchitis	170
11.1.4	Chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD)	171
11.1.5	Lungenemphysem	172
11.1.6	Pneumonie	173
11.2	Erkrankungen des Rachens	176
11.2.1	Pharyngitis/Laryngitis	176
11.2.2	Stenosierende Laryngitis/Pseudokrapp	177
12	Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems	179
12.1	Erkrankungen des Herzens	179
12.1.1	Funktionelle Herzbeschwerden	179
12.1.2	Herzinsuffizienz	181
12.1.3	Koronare Herzkrankheit (KHK)	182
12.1.4	Nachbehandlung Herzinfarkt	184
12.2	Herzrhythmusstörungen	185
12.2.1	Bradykardie	185
12.2.2	Extrasystolie	186
12.2.3	Tachykardie	187
12.3	Erkrankungen des Kreislaufsystems	188
12.3.1	Arterielle Hypertonie	188
12.3.2	Arterielle Hypotonie	190

12.4	Erkrankungen der Gefäße	191
12.4.1	Arteriosklerose/Periphere arterielle Verschlusskrankheit	191
12.4.2	Chronisch venöse Insuffizienz/Varikosis	193
12.4.3	Thrombophlebitis	194
12.4.4	Ulcus cruris	195
13	Erkrankungen des Urogenitaltrakts	197
13.1	Erkrankungen der Blase	197
13.1.1	Akute unkomplizierte Zystitis	197
13.1.2	Rezidivierende Zystitiden/Reizblase	198
13.2	Erkrankungen der Niere	200
13.2.1	Glomerulonephritis	200
13.2.2	Pyelonephritis	201
13.2.3	Urolithiasis	202
14	Erkrankungen der Schilddrüse	204
14.1	Einleitung	204
14.2	Schilddrüsenvergrößerung	204
14.2.1	Euthyreote Struma	204
14.3	Stoffwechselstörungen der Schilddrüse	205
14.3.1	Hyperthyreose	205
14.3.2	Hypothyreose	206
14.4	Autoimmunerkrankungen der Schilddrüse	207
14.4.1	Hashimoto-Thyreoiditis	207
14.4.2	Morbus Basedow	208
15	Erkrankungen des Nervensystems	210
15.1	Einleitung	210
15.2	Neuralgien und degenerative Nervenerkrankungen	210
15.2.1	Demenz/Morbus Alzheimer	210
15.2.2	Multiple Sklerose	211
15.2.3	Trigeminusneuralgie	213
16	Erkrankungen durch psychische Traumata	215
16.1	Einleitung	215
16.2	Traumata als Blockade	215
16.2.1	Therapieansätze bei Trauma	215
17	Stressbedingte Erkrankungen	220
17.1	Einleitung	220
17.2	Stress-Syndrom und Burn-out	220
17.2.1	Behandlung in Phase I	220
17.2.2	Behandlung in Phase II	222
17.2.3	Behandlung in Phase III	222
18	Einsatz der Mistel in der Onkologie und bei Erkrankungen des Immunsystems	225
18.1	Einleitung	225
18.1.1	Tumorerkrankungen	225
18.1.2	Erkrankungen des Immunsystems	226

18.2	Die Mistel als Arzneimittel	226
18.2.1	Inhaltsstoffe der Mistel und ihr Wirkungsspektrum	226
18.2.2	Mistelpräparate.	228
18.3	Misteltherapie	232
18.3.1	Nicht onkologische Misteltherapie.	232
18.3.2	Onkologische Misteltherapie	232
19	Zeitkrankheiten	237
19.1	Evolution zur Freiheit	237
19.1.1	Kulturhistorische Entwicklung des Menschen	237
19.1.2	Neue Herausforderungen in der Behandlung.	237
19.2	Selbstregulation – Salutogenese	238
19.2.1	Selbstgesteuerte Lebensführung zur Krankheitsvorbeugung	239
19.2.2	Mehr Eigenverantwortung für die Gesunderhaltung	239
19.2.3	Mitentscheidung bei der Wahl der Fachbegleitung und Therapierichtung.	239

Teil 4 Anhang

20	Adressen	242
21	Literaturverzeichnis	243
22	Weiterführende Literatur	246
22.1	Anthroposophische Medizin	246
22.2	Anthroposophische Arzneimittel	247
22.3	Goetheanistische Menschen- und Naturbetrachtung	247
22.4	Mistel und Misteltherapie	248
22.5	Literatur von Rudolf Steiner mit medizinischem Bezug – Auswahl	248
22.6	Weitere Themen.	250
	Sachverzeichnis	251