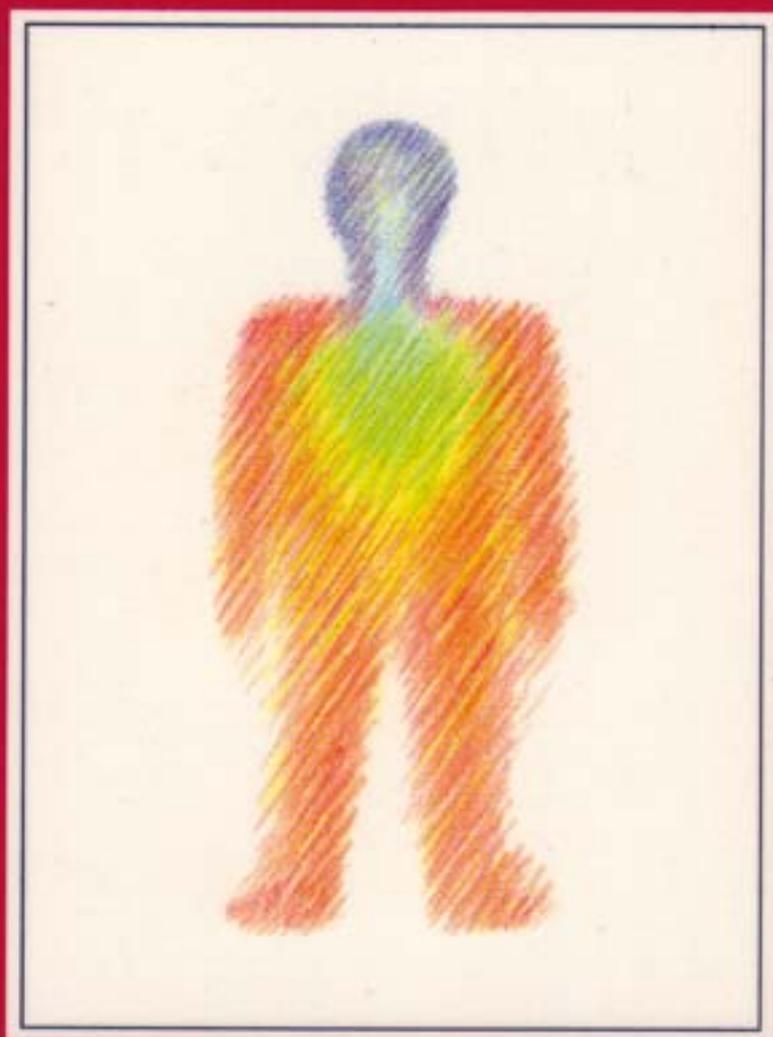




Dachverband der österreichischen Ärzte für Ganzheitsmedizin

Patientenratgeber Anthroposophische Medizin

H. Siber



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
1 Zur Situation der Medizin in der Gegenwart	4
2 Anthroposophie als Kulturerneuerungsimpuls	5
2.1 Rudolf Steiner	5
2.2 Das Goetheanum	8
3 Welt- und Menschenbild der Anthroposophie	9
3.1 Anthroposophie - ein Erkenntnisweg.....	9
3.2 Die vier Wesensglieder des Menschen.....	9
3.3 Schicksal und Wiederverkörperung.....	11
4 Anthroposophisch erweiterte Medizin	13
4.1 Der dreigliedrige Mensch	14
4.2 Gesundheit - Krankheit - Heilung.....	15
4.3 Krankheit und Entwicklung.....	18
5 Von der Diagnose zur Therapie	20
5.1 Diagnostische Verfahren	20
5.2 Therapieprinzipien in der Medizin.....	21
6 Heilmittel aus den Naturreichen	23
6.1 Die Kunst der Heilmittelzubereitung	23
6.2 Arzneiformen und deren Anwendung.....	27
6.3 Anthroposophische Heilmittelbetriebe.....	28
7 Nichtmedikamentöse Therapieformen	29
7.1 Rhythmische Massage	29
7.2 Heileurythmie	29
7.3 Künstlerische Therapien.....	30
7.3.1 Plastisches therapeutisches Gestalten.....	30
7.3.2 Therapeutisches Malen	30
7.3.3 Musiktherapie.....	31

7.3.4 Sprachgestaltung	31
7.4 Anthroposophisch orientierte Psychotherapie	31
7.4.1 Gesprächstherapie	31
7.4.2 Biographiearbeit	32
8 Therapeutika - neue Wege der Zusammenarbeit	33
9 Praktische therapeutische Fragen	34
9.1 Indikationen	34
9.2 Misteltherapie bei Krebs	34
9.3 Nebenwirkungen	35
9.4 Behandlungsdauer	36
9.5 Behandlungskosten und Kassenvergütung	36
9.6 Selbstbehandlung	37
10 Patientenorganisationen kämpfen um Therapiefreiheit: Verein für ein anthroposophisch erweitertes Heilwesen	38

Vorwort

Ganzheitsmedizin erweckt in zunehmendem Maße das Interesse von Patienten, Ärzten sowie von Vertretern des öffentlichen Lebens. Wachsende Sehnsucht nach Berücksichtigung aller Dimensionen der menschlichen Wesenheit steht dem einengenden mechanistischen Weltbild der naturwissenschaftlichen Medizin zunächst schroff gegenüber.

Komplementäre medizinische Methoden bemühen sich, den verlorenen Zugang zur Ganzheit wieder aufzufinden und in der Therapie anzuwenden. Die Weisheit alter, längst vergangener Kulturen lebt in verschiedenen Gestalten wieder auf und sucht Anschluss an das Gegenwartsbewusstsein. Die Problematik dieser Begegnung traditioneller Heilmethoden mit der Naturwissenschaft reicht von der unreflektierten Hinwendung zu alten, unverstandenen spirituellen Techniken bis zur Anbiederung an naturwissenschaftliche Denkmodelle mit gleichzeitigem Verlust des geistigen Hintergrundes.

Die anthroposophisch erweiterte Medizin nimmt innerhalb der komplementärmedizinischen Methoden insofern eine besondere Stellung ein, als sie auf dem umfassenden Erkenntnisprinzip der modernen Geisteswissenschaft beruht, das auf die Erforschung der übersinnlichen Welt ausgerichtet ist, ohne auf die methodischen Grundlagen der Naturwissenschaft zu verzichten. Natur und Geisteswissenschaft bedürfen der gegenseitigen Ergänzung, wenn der Mensch in seiner Ganzheit nach Körper, Seele und Geist erfasst werden soll. Das Menschenbild der Anthroposophie ermöglicht eine dem heutigen Bewusstsein der Menschheit angemessene Auseinandersetzung mit den Fragen des Lebens in Gesundheit und Krankheit.

Diese Schrift möchte interessierten Menschen eine Orientierung über die erkenntnistheoretischen Grundlagen und praktischen Erfahrungen der anthroposophisch erweiterten Medizin geben und zu weiterer Beschäftigung anregen.

Dr. Harald Siber

Facharzt für Innere Medizin

1 Zur Situation der Medizin in der Gegenwart

Der Siegeszug der modernen Naturwissenschaft, der um die Mitte des 19. Jahrhunderts seinen Anfang nahm, hat bis heute wenig von seiner Faszination verloren. Beeindruckende Fortschritte - nicht nur auf medizinischem Gebiet - konnten durch konsequente Anwendung des abstrakten Denkens, das vom Gefühl und vom Willensleben immer unabhängiger wurde, errungen werden. Das Wissenschaftsideal der Wertfreiheit, das im präzisen, kalten und rasend schnellen maschinellen Rechenprozess zum Ausdruck kommt, bedeutete allerdings oftmals den Verlust sinnerfüllten Wirklichkeitserlebens und verantwortungsvollen Handelns. Viele drängende Gegenwartsprobleme - von der Zerstörung der Umwelt bis zu den gesellschaftlichen Problemen - sind auf dem Boden dieser Entwicklung zu sehen.

Die moderne Medizin hat zweifellos in vielen Teilbereichen großartige Erfolge zu verzeichnen. Trotzdem nehmen chronische Krankheiten und degenerative Leiden auch bei jüngeren Menschen immer mehr zu. Die Nebenwirkungen der hochwirksamen, auf Einzelsymptome ausgerichteten Medikamente, betreffen oftmals den ganzen Menschen und stellen eine immer größere Beunruhigung für Patienten dar. Die Technisierung in der Medizin ist Ausdruck der Überbetonung des stofflich-materiellen Aspektes des Menschen. Der subjektiv leidende Kranke mit seinen ureigenen Ausdrucks- und Empfindungsmöglichkeiten geht bei der apparativen Suche nach objektiven Befunden oftmals verloren.

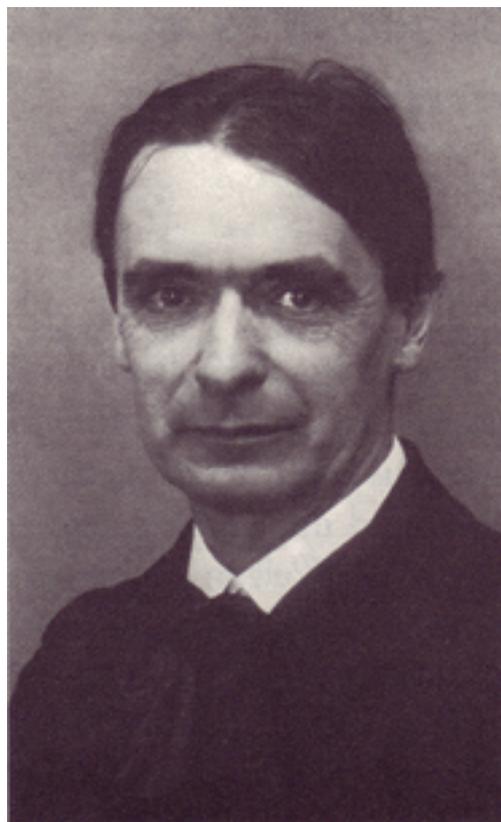
Immer mehr Patienten fühlen sich in der rein naturwissenschaftlich orientierten Medizin nicht in ihrem ganzen Menschsein angesprochen und verstanden und begeben sich auf die Suche nach der Ganzheitsmedizin, die von einer wachsenden Zahl so genannter komplementärer oder alternativer medizinischen Richtungen für sich in Anspruch genommen wird. Die Orientierung für den Laien wird immer schwieriger, zumal die geistigen Hintergründe durch mannigfaltige Vermischungen alter Traditionen oder naturwissenschaftliche Verbrämungen oft schwer erkennbar sind. In zunehmendem Maße wenden sich Menschen in ihrer Not auch an so genannte Heiler aus den verschiedensten esoterischen Richtungen, die allerdings meist jede medizinische Qualifikation vermissen lassen.

In einer solchen Situation ist der Patient aufgerufen, sich mit den Erkenntnisgrundlagen der verschiedenen Richtungen bewusst auseinanderzusetzen und zu prüfen, inwieweit sie die Bewährungsprobe im praktischen Leben der Gegenwart bestehen können.

2 Anthroposophie als Kulturerneuerungsimpuls

2.1 Rudolf Steiner

Rudolf Steiner wurde 1861 in Kraljevec an der österreichisch-ungarischen Grenze geboren. Schon in der Kindheit empfing er vielfältige Eindrücke aus einer Welt, die über das irdisch sinnenfällige hinausging und ihn mit den geistigen Wesen hinter der sichtbaren materiellen Welt in Verbindung brachte. Nach der Reifeprüfung im Jahre 1879 studierte er zunächst in Wien Biologie, Chemie und Physik.



Dr. Rudolf Steiner (1861-1925)

Er schildert in seiner Selbstbiographie eindringlich das geistige Klima der Jahrhundertwende, das am Beginn des naturwissenschaftlichen Zeitalters durch die Verleugnung der realen Existenz des menschlichen Geistes gekennzeichnet war. Erst durch die Beschäftigung mit Goethe und dessen naturwissenschaftlichen Schriften konnte er eine Brücke zwischen wissenschaftlicher Naturerkenntnis und seiner eigenen inneren Geistanschauung finden. Nach der Herausgabe von Goethes Naturwissenschaftlichen Schriften und der Mitarbeit an der Sophienausgabe legte er die Früchte dieser intensiven Auseinandersetzung in seiner Dissertationsschrift

"Wahrheit und Wissenschaft" und in seinem philosophischen Hauptwerk "Philosophie der Freiheit" der Öffentlichkeit vor.

1897 übersiedelte er als freier Schriftsteller und Vortragender nach Berlin. Bald erschienen auch seine grundlegenden Schriften "Theosophie" (1904), "Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten" (1904) und "Geheimwissenschaft im Umriss" (1909).

Neben seiner Vortragstätigkeit wandte sich Rudolf Steiner ab 1910 verstärkt dem künstlerischen Gebiet zu. Es entstanden die vier Mysteriendramen, die das Schicksal einer Menschengruppe auf dem Einweihungsweg darstellen.

Das erste Goetheanum wurde nach seinen Plänen als Doppelkuppelbau aus Holz errichtet, wobei er selbst als Plastiker, Maler und Bildhauer tätig war.

Die Eurythmie als neue Bewegungskunst - als sichtbare Sprache und sichtbarer Gesang - wurde begründet, ebenso die Sprachgestaltung als Grundlage einer neuen Bühnenkunst.

Die Idee der Dreigliederung des sozialen Organismus als Antwort auf die chaotischen Zustände am Ende des Ersten Weltkrieges konnte die politisch verantwortlichen Menschen nicht erreichen. Bis heute stellt die unheilvolle Vermischung von politisch-rechtlichen, wirtschaftlichen und kulturell-geistigen Bereichen die Ursache für den sozialen Unfrieden zwischen den Völkern dar.

Von 1917 bis 1923 entstanden auf Anfragen von Mitarbeitern aus verschiedenen Berufssparten zunächst Fachkurse, die schließlich zu anthroposophischen Tochterbewegungen in vielen Lebensbereichen führten.

Die Waldorf-Schulbewegung nahm 1919 in Stuttgart ihren Ausgang und wurde ursprünglich für die Kinder der Mitarbeiter der Waldorf-Astoria Zigarettenfabrik ins Leben gerufen. Heute sind Rudolf Steiner Schulen weltweit verbreitet und erwecken großes Interesse in der Öffentlichkeit.

Auch in der Heilpädagogik kam es zu Schulgründungen für seelenpflegebedürftige Kinder und im Rahmen der Camphill-Bewegung zur Gründung von über 100 Heimen mit Werkstätten für behinderte Menschen in aller Welt.

Die Bewegung für religiöse Erneuerung führte zur Begründung der Christengemeinschaft, die ihr Zentrum in Stuttgart hat und heute ebenfalls weltweit verbreitet ist.

Die biologisch-dynamische Landwirtschaftsmethode ist unter anderem durch Anwendung von speziellen Präparaten auf die Gesundung von Erde und Kulturpflanzen ausgerichtet. Die strengen Qualitätsrichtlinien solcher Produkte sind mit dem Demeter-Warenzeichen geschützt.

Die Entwicklung der anthroposophischen Medizin und Pharmazie entstand hauptsächlich aus der Zusammenarbeit mit der Ärztin Ita Wegman und wird in der Folge noch ausführlicher dargestellt.

1923 wurde die Allgemeine Anthroposophische Gesellschaft neu gegründet, um die Inspirationsquelle der vielfältigen Initiativen - die Anthroposophie - in sichtbarer Gestalt in das Zentrum der Bewegung zu stellen. Rudolf Steiner übernahm selbst den Vorsitz dieser nach allen Seiten offenen Gesellschaft:

"Ihr Mitglied kann jedermann ohne Unterschied der Nation, des Standes, der Religion, der wissenschaftlichen oder künstlerischen Überzeugung werden, der in dem Bestand einer solchen Institution, wie sie das Goetheanum in Dornach als Freie Hochschule für Geisteswissenschaften ist, etwas Berechtigtes sieht." (Prinzipien § 4)

Im Jahre 1924 erreichte Rudolf Steiners Wirken als Lehrer und unermüdlicher Vortragender in ganz Europa einen Höhepunkt, führte jedoch zu einer zunehmenden Überforderung der physischen Kräfte. Vom Krankenlager aus verfasste noch mehrere Bücher. Rudolf Steiner starb am 25. März 1925 in Dornach.

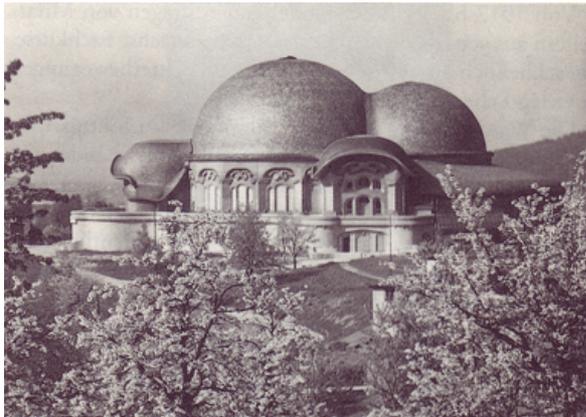
Sein Lebenswerk umfasst 20 Bücher, eine große Anzahl von Artikeln in Zeitschriften sowie fast 6000 Vorträge, die heute zum größten Teil in schriftlicher Form vorliegen. Die Rudolf Steiner-Gesamtausgabe enthält ca. 360 Bände.

2.2 Das Goetheanum

Das erste Goetheanum, das ein Sinnbild für die fruchtbare Vielfalt der künstlerischen Impulse aus der Anthroposophie darstellte, wurde in der Silvesternacht 1922 durch Brandstiftung zerstört. Das Außenmodell für den Neubau wurde von Rudolf Steiner entworfen. Der Bau wurde in Beton ausgeführt und 1928 fertig gestellt.

Das Goetheanum stellt mit seiner eindrucksvollen Architektur einen Anziehungspunkt für tausende von Menschen dar, die jährlich den Bau besichtigen, zu Tagungen, zu künstlerischen Veranstaltungen oder auch zur Ausbildung nach Dornach bei Basel kommen.

Als Sitz der Allgemeinen Anthroposophischen Gesellschaft und der Freien Hochschule für Geisteswissenschaft mit ihren verschiedenen Sektionen auf wissenschaftlichem und künstlerischem Gebiet stellt das Goetheanum das Zentrum des anthroposophischen Wirkens in der Welt dar.



Erstes Goetheanum (abgebrannt Silvester 1922)



Goetheanum In Dornach/Schweiz

3 Welt- und Menschenbild der Anthroposophie

3.1 Anthroposophie - ein Erkenntnisweg

Mit Anthroposophie (vom griechischen "anthropos" - Mensch und "sophia" - Weisheit) bezeichnet Rudolf Steiner eine Erkenntnismethode, die zu dem Bewusstsein führt, dass der Mensch nicht nur Bürger der Erdenwelt sondern auch einer geistigen Welt ist: "Unter Anthroposophie verstehe ich die wissenschaftliche Erforschung der geistigen Welt, welche die Einseitigkeiten einer bloßen Naturerkenntnis ebenso wie diejenigen der gewöhnlichen Mystik durchschaut und die, bevor sie den Versuch macht, in die übersinnliche Welt einzudringen, in der erkennenden Seele erst die im gewöhnlichen Bewusstsein und in der gewöhnlichen Wissenschaft noch nicht tätigen Kräfte entwickelt, welche ein solches Eindringen ermöglichen". (Rudolf Steiner)

Dem gegenwärtig unüberhörbaren Ruf nach einer Erweiterung des Bewusstseins trägt Anthroposophie in besonderer Weise Rechnung, die sie von traditionellen Verfahren grundsätzlich unterscheidet. Unbewusste Beziehungen zur übersinnlichen Welt (Mediumismus, Trance) müssen heute durch Schulung, die den wissenschaftlichen Kriterien der Exaktheit und Objektivität standhalten kann, zu einem stufenweisen Erleben der geistigen Welt in klarem Bewusstsein entwickelt werden.

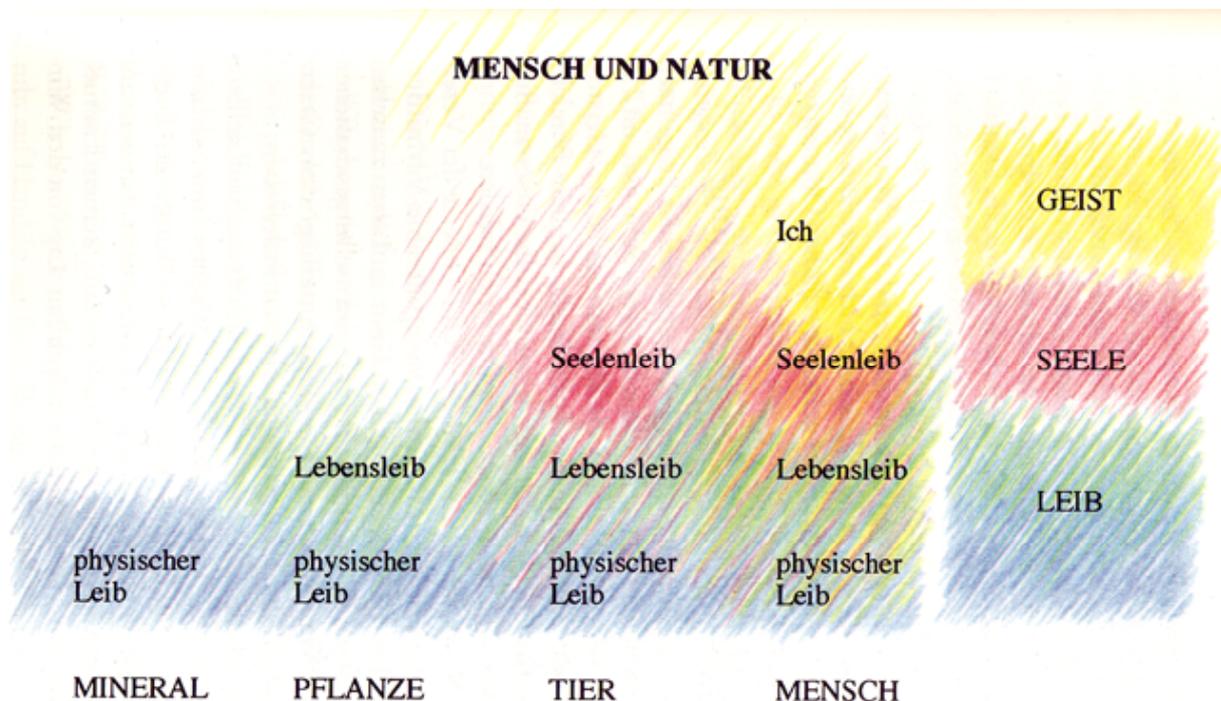
In jedem Menschen schlummern geistige Kräfte, die durch entsprechende Übungen geweckt und gesteigert werden können. Der moderne anthroposophische Schulungsweg verzichtet bewusst auf Körper- und Atemübungen und andere asketische Maßnahmen der Vergangenheit. Die verschiedenen Techniken der Konzentration, der Meditation und der bewussten inneren Führung des Lebens werden in den Grundwerken Rudolf Steiners ausführlich beschrieben und begründet.

3.2 Die vier Wesensglieder des Menschen

Der **physische Leib** stellt den stofflich-materiellen Anteil des Menschenwesens dar. Er unterliegt den Gesetzmäßigkeiten der Physik und Chemie und ist damit das Untersuchungsobjekt der Naturwissenschaft, die erforscht, was messbar, zählbar und wägbare ist. Durch diesen physischen Leib ist das Mineralreich im Menschen repräsentiert.

Die Gesetzmäßigkeiten des Lebendigen sind allerdings mit den Gesetzen der toten Materie nicht ausreichend zu beschreiben. Dieser Tatbestand wird am Vergleich zwischen dem beleb-

ten Organismus und dem Leichnam anschaulich. Das ungehinderte Wirken der chemischen und physikalischen Kräfte äußert sich in den im Tode einsetzenden Fäulnis- und Verwesungsprozessen. Im lebendigen Organismus muss also eine Kräftewirksamkeit vorhanden sein, die dem Wirken dieser materiellen Kräfte entgegengesetzt ist.



Sie wird als **Lebensleib** (Ätherleib) bezeichnet und ist übersinnlicher Natur. Die Ebene des Lebens ist der unbelebten Natur hierarchisch übergeordnet und bringt die Fähigkeit zu Ernährung, Wachstum, Regeneration und Fortpflanzung hervor. Der Lebensleib repräsentiert das Pflanzenreich im Menschen.

So wie sich der Lebensleib der physischen Grundlage bedient, um einen lebendigen Organismus hervorzubringen, durchdringt der **Seelenleib** (Astralleib) das Lebendige, um Träger des Bewusstseins zu werden. Innere Erlebnisse kommen in der Fähigkeit zur aktiven Bewegung und zur Lautbildung zum Ausdruck. In der Evolution wird damit der Schritt vom Vegetativen zum Seelischen vollzogen. Durch den Seelenleib ist das Tierreich im Menschen repräsentiert. Der Mensch als hierarchisch höchststehendes Naturreich verfügt außerdem noch über ein geistiges Wesensglied, das Ausdruck seiner Individualität, seiner Unvergänglichkeit ist. Das Ich verleiht Bewusstsein seiner selbst und gestaltet in seinen Taten die unverwechselbare Biographie des Menschen, die Ewigkeitscharakter besitzt. Nur ein Ich besitzt die Fähigkeit,

im Denken in Freiheit Ideeninhalte so zu verknüpfen, das etwas Neues, Schöpferisches entsteht.

Aus dem harmonischen Zusammenwirken der vier Wesensglieder physischer Leib, Lebensleib, Seelenleib und Ich entsteht die gesunde Funktion von Leib, Seele und Geist im menschlichen Organismus.

3.3 Schicksal und Wiederverkörperung

Zu den großen Rätseln des Lebens gehört die Frage nach der Herkunft des Menschen, nach seinem Schicksal auf Erden und seiner nachtodlichen Existenz. Aus der Geisteswissenschaft eröffnen sich tiefe Einblicke in diese Bereiche und es können neue Erkenntnisse über die Gesetzmäßigkeiten von Leib, Seele und Geist gewonnen werden.

Die Gestalt des Leibes wird durch die Gesetze der Vererbung bestimmt. Das Leben der Seele, die eine Vermittlerrolle zwischen dem Leib und dem Geist im Leben zwischen Geburt und Tod erfüllt, kommt im selbst geschaffenen Schicksal zum Ausdruck. Der Geist unterliegt dem Gesetz der Wiederverkörperung in wiederholten Erdenleben.

Diese Zusammenhänge werden bildhaft nachvollziehbar, wenn man auf den Rhythmus von Wachen und Schlafen hinschaut. Der Schlaf kann als der kleine Bruder des Todes angesehen werden. Denn während man schläft, hat man auf die fortlaufenden Ereignisse eine Zeit lang keinen Einfluss. Dennoch hängt das Leben am folgenden Tag von den Wirkungen der Taten des Vortages ab.

Ebenso verhält es sich mit den Taten aus vergangenen Erdenleben, die der sich wiederverkörpernde Geist als Schicksal aus früheren Inkarnationen mitbringt. Das Leben der Seele in der Gegenwart ist somit das Ergebnis des selbst geschaffenen Schicksals des menschlichen Geistes.

Alles, was wir tun, aber auch unterlassen, zieht Folgen nach sich, in denen die Sehnsucht des Geistes nach Gerechtigkeit und Ausgleich zum Ausdruck kommt. Dabei darf der Blick aber nicht nur auf eine einzige Inkarnation gerichtet werden eben so wenig wie ein Leben aus einem einzigen seiner Tage verstanden und gerecht beurteilt werden kann.

Es steht in der Freiheit des Menschen, wie er sich in einer schicksalsgefühten Situation verhält: Ob er die Gelegenheit zum Ausgleich ergreifen kann oder neue Konflikte begründet, die zukünftiges Schicksal werden.

Das vom Menschen selbst bereitete Schicksal (Karma) wird von göttlichen Mächten geführt und verwaltet. Die alte orientalische Vorstellung von der Seelenwanderung wird somit in der

anthroposophischen Geisteswissenschaft von der abendländisch-christlichen Idee der Reinkarnation des Menscheistes abgelöst.

Die Menschheit steht vor einer Epoche, in der sie die Schicksalszusammenhänge aufgrund der geisteswissenschaftlichen Darstellungen nicht nur begreifen, sondern immer mehr auch wird schauen können. Der große Entwicklungsschritt zur Freiheit ist daran gebunden, wissen zu können, was die Menschen der Welt noch schuldig sind. Denn solange Freiheit lediglich aufgefasst wird als die Möglichkeit, tun zu können, was man will, muss sie Illusion bleiben, der die Schicksalsgesetze verborgen sind. Erst durch die Erkenntnis dieser Gesetze wird der Mensch künftig in freiem Entschluss die bewusste Verantwortung für sein Schicksal und das von Natur und Erde tragen können. Denn Freiheit beruht auf Handeln aus Einsicht.

4 Anthroposophisch erweiterte Medizin

Auf Anfrage von Ärzten, die an Vorträgen Rudolf Steiners teilnahmen, kam es ab 1920 zur Abhaltung von medizinischen Fachkursen und damit zur engen Zusammenarbeit mit der Ärzteschaft, insbesondere mit Dr. Ita Wegman. Bald entstanden in Arlesheim und in Stuttgart auch klinische Einrichtungen und anthroposophische Heilmittelfirmen.

Aus diesen Anfängen heraus verbreitete sich die anthroposophisch-medizinische Bewegung zunächst in Mitteleuropa und ist heute weltweit tätig. Tausende Ärzte arbeiten in verschiedenen Gebieten der Medizin und bemühen sich um eine Erweiterung der Heilkunst gemäß dem Motto, das Rudolf Steiner 1925 formulierte:

"Nicht um eine Opposition gegen die mit den anerkannten wissenschaftlichen Methoden der Gegenwart arbeitende Medizin handelt es sich. Diese wird von uns in ihren Prinzipien voll anerkannt.

Allein wir verfügen zu dem, was man mit den heute anerkannten wissenschaftlichen Methoden über den Menschen wissen kann, noch weitere Erkenntnisse hinzu, die durch andere Methoden gefunden werden, und sehen uns daher gezwungen, aus dieser erweiterten Welt- und Menschenerkenntnis auch für eine Erweiterung der ärztlichen Kunst zu arbeiten.

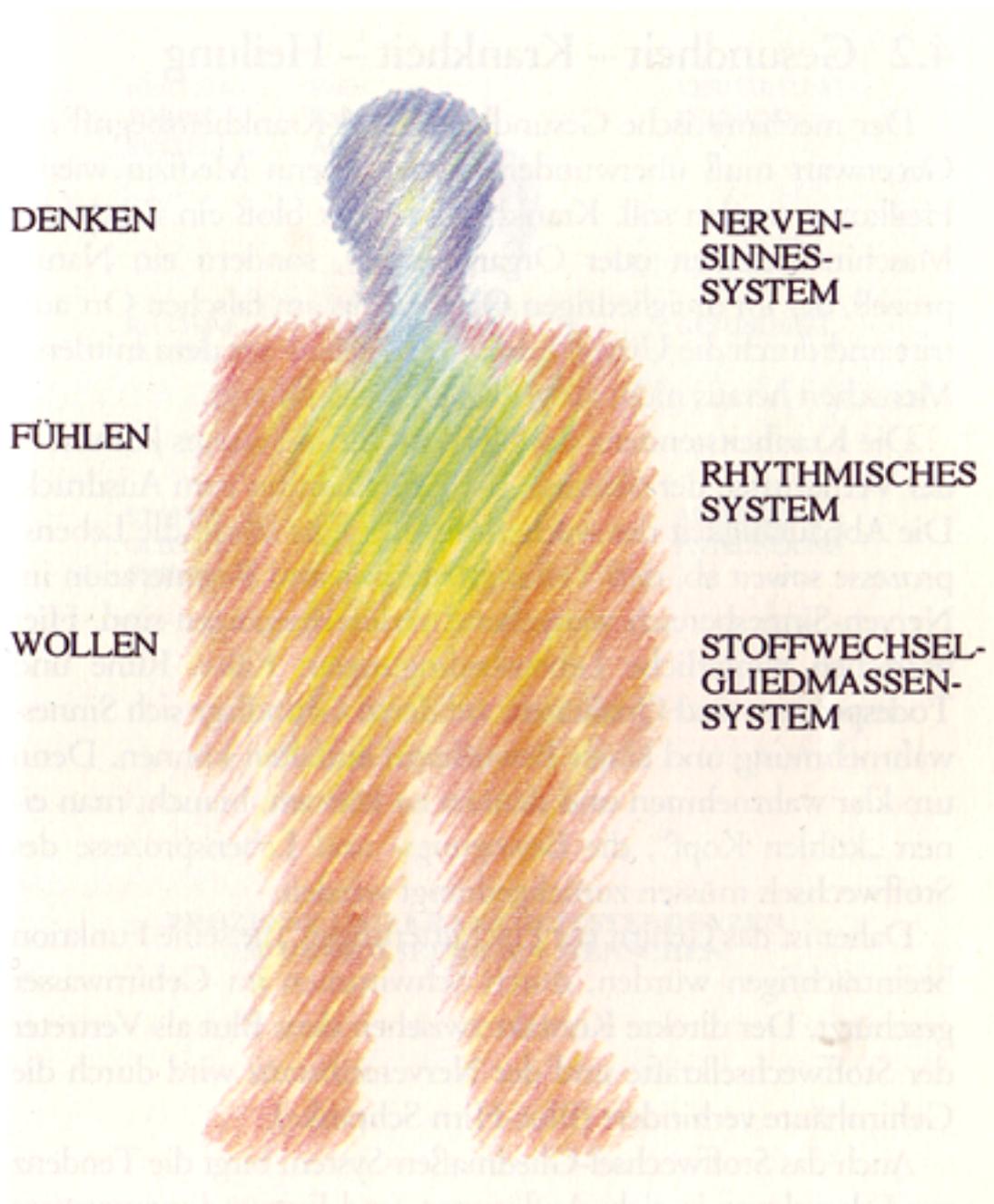
Nur derjenige, der nicht nur verlangt, man müsse sein Wissen bejahen, sondern der dazu noch den Anspruch erhebt, man dürfe keine Erkenntnis vorbringen, die über die seinige hinausgeht, kann unseren Versuch von vorneherein ablehnen."

Die Arbeit an den anthroposophischen Grundlagen, die hier skizzenhaft dargestellt werden, vermag insbesondere therapeutisch tätigen Menschen einen neuen geistigen Hintergrund für ihre aufopferungsvolle und schwierige Tätigkeit zu geben.

4.1 Der dreigliedrige Mensch

Für den unbefangenen Beobachter lässt sich am menschlichen Organismus, wie er sich körperlich ausgestaltet, eine Gliederung in drei Hauptbereiche erkennen.

Der **obere Mensch** mit Schwerpunkt im Kopfbereich ist vor allem auf Nerven- und Sinnestätigkeit ausgerichtet, was in der Konzentration von Sinnesorganen und des zentralen Nervensystems in dieser Region zum Ausdruck kommt. Wahrnehmen, Denken und Vorstellen stützen sich auf das so genannte **Nerven-Sinnes-System**.



Der **untere Mensch** hat sein Zentrum in der Bauch- und Gliedmaßenregion, die sich durch intensive Stoffwechselfvorgänge in den Verdauungs-, Ausscheidungs- und Reproduktionsorganen sowie in der Muskulatur auszeichnen. Dieser Funktionsbereich wird als **Stoffwechsel-Gliedmaßen-System** bezeichnet und bildet die leibliche Grundlage für das Wollen.

Zwischen diesen beiden polar entgegen gesetzten Bereichen stellt der **mittlere Mensch** mit den im Brustkorb befindlichen rhythmischen Organen Herz und Lunge sowohl eine räumliche als auch eine funktionelle Trennung dar. Durch Atmung und Herztätigkeit werden die einseitigen Tendenzen des oberen und unteren Menschen rhythmisch zum Ausgleich gebracht. Damit wird die Grundlage für das Fühlen im so genannten **rhythmischen System** geschaffen.

Im Organismus wirken diese drei Systeme ständig ineinander und durchdringen sich lebendig. Sie sind über den ganzen Körper ausgebreitet und wirksam - ihre Schwerpunkte allerdings haben sie jeweils im oberen, mittleren und unteren Menschen.

Die Idee der Dreigliederung ermöglicht einen neuen Zugang für die Betrachtung von Gesundheit und Krankheit.

4.2 Gesundheit - Krankheit - Heilung

Der mechanistische Gesundheits- und Krankheitsbegriff der Gegenwart muss überwunden werden, wenn Medizin wieder Heilkunst werden soll. Krankheit ist nicht bloß ein Erbdefekt, Maschinenschaden oder Organversagen, sondern ein Naturprozess, der im dreigliedrigen Organismus am falschen Ort auftritt und durch die Urheilkraft des Rhythmus aus dem mittleren Menschen heraus nicht ausgeglichen werden kann.

Die Krankheitstendenz des Nerven-Sinnes-Systems kommt in der Verhärtung, der Sklerose, der Kristallisation zum Ausdruck. Die Abbautätigkeit des wachen Bewusstseins lähmt die Lebensprozesse soweit ab, dass Teilungsfähigkeit und Regeneration im Nerven-Sinnesbereich weitgehend verloren gegangen sind. Hier herrschen winterliche Lebensbedingungen: Kälte, Ruhe und Todesprozesse sind Qualitäten, auf deren Grundlage sich Sinneswahrnehmung und klares Bewusstsein entfalten können. Denn um klar wahrnehmen und denken zu können, braucht man einen "kühlen Kopf", die Bewegungs- und Lebensprozesse des Stoffwechsels müssen zurückgedrängt werden.

Daher ist das Gehirn vor Erschütterungen, die seine Funktion beeinträchtigen würden, durch Schwimmen im Gehirnwasser geschützt. Der direkte Kontakt zwischen dem Blut als Vertreter der Stoffwechselkräfte und der Nervensubstanz wird durch die Gehirnhäute verhindert (Blut-Hirn Schranke).



Auch das Stoffwechsel-Gliedmaßen-System birgt die Tendenz zur Erkrankung in sich: Auflösungs- und Entzündungsprozesse sind Ausdruck des überschießenden, aufbauenden Lebens, das in dem immer in Bewegung befindlichen Stoffwechselsystem mit der Wärmebildung einhergeht. Muskulatur und Verdauungsorgane brauchen Wärme, um funktionieren zu können und sie bilden Wärme, indem sie ihre Tätigkeit entfalten. Im unteren Menschen finden sich

somit sommerliche Verhältnisse, die in vegetativen Lebensprozessen, in Wachstum, Regeneration und Reproduktion ihren Ausdruck finden.

Als typische Beispiele für überschießende Stoffwechselprozesse, die bis in das Nerven-Sinnes-System vordringen, kann die Migräne oder Entzündungsprozesse wie Mittelohrentzündung oder Gehirnhautentzündung angeführt werden.

Wenn die Verhärtungsprozesse des Nerven-Sinnes-Systems zu tief in den unteren Bereich vordringen, können z.B. Krampfstörungen im Verdauungstrakt oder Steinbildungen als Ausdruck der Kristallisationstendenz entstehen, die sich dann ebenfalls in krampfartigen Schmerzen äußern können.

Krankheit entsteht demnach dadurch, dass Naturprozesse, die in den entsprechenden Körperregionen rechtmäßig wirksam sind, diese Grenzen durchbrechen und sich am falschen Ort manifestieren.

Gesundheit ist nur dann möglich, wenn die Mitte im rhythmischen Ausgleich der Polaritäten gefunden werden kann. Das rhythmische System stellt somit den Urheiler im Menschen dar, indem es die Einflussphären des oberen und des unteren Menschen räumlich und zeitlich begrenzt und gleichzeitig rhythmisch miteinander verbindet.

Der Wechsel von Wachen und Schlafen im Tageslauf ist ein Abbild der abbauenden und aufbauenden Kräftewirksamkeiten im Organismus, die dem Menschen als bewusststem Wesen der Schöpfung zur Verfügung stehen und damit gleichzeitig seine vielfältigen Erkrankungsmöglichkeiten begründen.

Im Wachen führen die vom Nerven-Sinnes-System ausgehenden Abbauprozesse zur Entfaltung unseres klaren Tagesbewusstseins und in der Folge davon zur abendlichen Ermüdung. Im Schlaf verlieren wir dieses Bewusstsein und regenerieren den Leib aus den Kräften des Stoffwechsels heraus.

Im Einschlafen lösen sich Seele und Geist aus der Bindung mit dem Leibe, im Aufwachen ziehen sie wieder in die körperliche Hülle ein. Der Rhythmus von Schlafen und Wachen ist somit dem Prozess von Ausatmung und Einatmung vergleichbar.

Der Schlaf stellt einen mächtigen natürlichen Heilprozess dar. Er aktiviert die aufbauenden, regenerierenden Kräfte, die man auch Selbstheilungskräfte nennen kann. In der anthroposophischen Medizin werden sie als ätherische Kräfte bezeichnet. Paracelsus sprach von diesen Kräften als vom "inwendigen Arzt" als Grundlage für jeden Heilungsvorgang.

Jede therapeutische Maßnahme muss darauf abzielen, diese Kräfte zu unterstützen. Die Stärkung des rhythmischen Systems, der Mitte des Menschen, ist dazu ein besonders wichtiger Beitrag.

4.3 Krankheit und Entwicklung

Aus dem bisher dargestellten geht hervor, dass jeder Mensch seine eigene Mitte, Gesundheit finden muss und dass somit auch Krankheit ein individueller Zustand ist.

Krankheitsgefühl ist nicht immer nur Ausdruck so genannter objektiver Befunde, sondern eben auch des subjektiven Befindens. Andererseits können sich auch Menschen, die objektiv als krank eingestuft werden, gesund fühlen.

Der Weg vom Kranksein zur Gesundung ist immer mit Anstrengung auf leiblicher, seelischer und geistiger Ebene verbunden. In der Krankheit verliert der Mensch meist vorübergehend bereits erworbene Fähigkeiten, ein entwickeltes Vermögen. Ein Rückfall in ein früheres Entwicklungsstadium tritt ein: man wird bettlägerig, muss Hilfe bei den täglichen Verrichtungen in Anspruch nehmen, das Bewusstsein ist oftmals durch Erschöpfung, Schmerz, Fieber etc. beeinträchtigt. Manche bisher selbstverständliche Fähigkeit muss in der Genesungsphase wieder mühsam erlernt werden.

Der Einschnitt, den die Krankheit mit sich bringt, stellt ein Aufwacherlebnis dar, das oftmals schmerzhaft zum Bewusstsein bringt, was bisher verschlafen, verdrängt wurde. Eine neue Entwicklungsphase wird damit eingeleitet, die die Möglichkeit zur Neuordnung, zum Neubeginn in sich birgt, wenn die Botschaft der Krankheit verstanden und ernst genommen wird.

Sich mit diesen Zusammenhängen gemeinsam mit dem Patienten auseinanderzusetzen und somit dem Wesen und dem Sinn der Krankheit nachzuspüren, gehört zu den Aufgaben der anthroposophisch erweiterten Medizin.

Krankheit und Schicksal sind untrennbar miteinander verbunden. Der Entwicklungsgedanke der wiederholten Erdenleben wirft auch auf den Umgang mit Krankheit, Leiden und Tod ein neues Licht. Dem negativen Krankheitsaspekt in unserer Kultur muss der positive Gesichtspunkt der Bewusstwerdung, der Entwicklung und Reifung entgegengehalten werden. Entwicklung ist allerdings immer mit Gefahren verbunden.

Gesundung, Heilung zielt somit nicht ausschließlich auf eine Wiederherstellung eines alten Zustandes ab, sondern vielmehr auf das Erringen einer neuen seelisch-geistigen Gesundheit, die gegebenenfalls auch körperliche Gebrechen und Behinderungen ertragen und schließlich auch annehmen kann.

Heilung muss demnach in viel umfassenderer und individuellerer Art und Weise angeschaut werden, als das in unserem Gesundheitssystem bisher geschieht. In den therapeutischen Überlegungen muss das Prinzip der gezielten Behandlung von Einzelsymptomen ergänzt werden

von einer therapeutischen Gesinnung, die allen Dimensionen der menschlichen Wesenheit Rechnung trägt.

5 Von der Diagnose zur Therapie

5.1 Diagnostische Verfahren

Vor jeder therapeutischen Maßnahme sollte das Bemühen um eine umfassende Diagnose stehen. Diagnostische Verfahren haben in der Medizin heute einen hohen Standard erreicht, beziehen sich jedoch weitgehend auf den physisch-sinnlichen Bereich des Menschen.

Selbstverständlich wird auch der anthroposophisch orientierte Arzt diese Möglichkeiten in Anspruch nehmen, die heute Grundlage einer exakten Diagnose im Bereich des Leiblichen darstellen. Dazu gehört neben der körperlichen Untersuchung die Labordiagnostik, die verschiedenen bildgebenden Verfahren sowie verschiedene andere Spezialuntersuchungen.

Neben der schulmedizinischen Diagnose bemüht sich der anthroposophische Arzt aber auch um die Berücksichtigung anderer Wesensqualitäten, die den Menschen in Gesundheit und Krankheit ausmachen. Dabei gilt es insbesondere, die individuellen, einmaligen Konstellationen in der Krankengeschichte aufzufinden, die vom seelischen und geistigen Wesen des Menschen geprägt sind.

Wie unterschiedlich sind oft Menschen, die alle an der gleichen Krankheit leiden. Eine individuelle Betrachtung muss den Körperbau, Gang und Haltung, das Temperament, charakterliche Gegebenheiten ebenso wie die soziale Situation und das kulturelle Umfeld in das Gesamtbild mit einbeziehen.

Die Intensität und die Art und Weise des Zusammenwirkens der höheren Wesensglieder im Leib lassen sich an bestimmten Befindensäußerungen erkennen, die beobachtet und gezielt erfragt werden müssen. In einer umfassenden Krankengeschichte gewinnen Informationen über das Befinden beim Einschlafen und Aufwachen, über das Traumleben und die Schlafqualität ebenso Bedeutung für das Ganze, wie der Appetit, Vorlieben, Abneigungen und Unverträglichkeiten beim Essen oder Verdauungsprobleme. Auch die Reaktion auf Umwelt- und Wettereinflüsse wie Hitze, Kälte, Nebel, Regen, Föhn, Sonne usw. lassen wichtige Rückschlüsse auf die Gesamtverfassung zu.

Ein solches Gespräch braucht eine vertrauensvolle Atmosphäre und einen entsprechenden zeitlichen Rahmen. Nur dann kann neben den organischen Befunden auch die seelische und die geistige Dimension, wie sie in der Biographie zum Ausdruck kommt, Berücksichtigung finden.

5.2 Therapieprinzipien in der Medizin

In der alten Einsicht "medicus curat, natura sanat" (der Arzt kuriert, die Natur heilt) spricht sich tiefes Heilverständnis aus. Ganz werden, wieder heil werden, kann der Mensch nur aus sich selbst heraus und im Einklang mit den Schöpfermächten. Die Selbstheilungskräfte müssen angeregt werden - es ist das Ziel jeder therapeutischen Maßnahme, diese körpereigenen Prozesse wirkungsvoll zu unterstützen.

Dieses Prinzip der **Regulationstherapie** findet sich schon in den Anfängen der Volksheilkunde bis hin zur mittelalterlichen Paracelsischen Medizin und zur Homöopathie Hahnemanns am Beginn der Neuzeit. Auch die Kneipp'schen Anwendungen beruhen auf dem Prinzip der Anregung durch gezielte, richtig dosierte Reize.

Der Wahl der Reizstärke kommt dabei eine große Bedeutung bei: Schwache Reize regen an, zu starke hingegen hemmen oder lähmen gar die heilende Reizantwort des Organismus. Gifte stellen auf stofflicher Ebene solche starken Reize dar, die oftmals mit dem Leben nicht vereinbar sein können.

Schon Paracelsus wusste, dass der Dosis dabei die entscheidende Bedeutung zukommt: Jeder Stoff kann zum Gift werden, wenn er in zu großer Menge zugeführt wird, aber auch jedes Gift kann zum Heilmittel werden, wenn die Dosis nur klein genug gewählt wird. Dieses Wissen hat später Hahnemann, der Begründer der Homöopathie, im Potenzierungsverfahren für die Heilmittelzubereitung praktisch angewendet.

Das Prinzip der **Suppressionstherapie** zielt im Gegensatz dazu auf die Unterdrückung bestimmter Körperfunktionen ab. Diese Zwangsmaßnahme ist an die Dauer der Stoffwirkung gebunden und geht mit Nebenwirkungen einher. Die chemische Industrie hat durch Isolierung aus Naturstoffen und synthetische Herstellung eine große Anzahl solcher Hemmstoffe und Blocker hervorgebracht, die jeweils gezielt auf bestimmte Krankheitssymptome einwirken sollen.

Dieser so genannten symptomatischen Therapie verdankt die moderne Medizin viele ihrer Erfolge in der Akutmedizin und bei lebensbedrohlichen Zuständen, aber auch die Linderung von Beschwerden bei chronischen Krankheiten. Die Problematik der Nebenwirkungen und Wechselwirkungen einer immer größer werdenden Medikamentenflut sind allerdings diesem manipulativen Therapieprinzip ebenso zu Eigen wie der Verzicht auf wirkliche Heilung durch Unterstützung der Selbstheilungskräfte des Organismus.

Das Therapieprinzip der **Substitution** (Ersatz) von Stoffen oder Organfunktionen ist immer dann angezeigt, wenn vorübergehend oder durch Zerstörung eines Organs lebenswichtige, körpereigene Stoffe nicht produziert werden können (z.B. Hormone, Fermente), lebenswichtige Stoffe verloren gehen oder nicht aufgenommen werden können (Eiweiß, Blut, Mineralstoffe, Flüssigkeit). Auch der Ersatz von Organen in der Transplantationsmedizin, Implantate, z.B. von Gelenken oder ein maschineller Organersatz, z.B. die künstliche Niere, stellen solche therapeutische Maßnahmen dar, die aus der heutigen modernen Medizin nicht mehr wegzudenken sind.

Die anthroposophische Medizin möchte aus ihren Erkenntnismöglichkeiten zu einem erweiterten Verständnis dieser verschiedenen berechtigten Therapieprinzipien beitragen und mit ihrem Heilmittelschatz neue Wege innerhalb der Regulationsmedizin beschreiten.

6 Heilmittel aus den Naturreichen

Der Mensch stellt als viergliedriges Wesen eine Zusammenfassung der Natur dar, mit der er durch eine gemeinsame Entwicklung eng verbunden ist. In der anthroposophischen Evolutionslehre wird dargestellt, wie sich die Reiche der Mineralien, Pflanzen und Tiere aus der ursprünglichen einheitlichen Entwicklung schrittweise herausgelöst haben, sodass sie schließlich als Naturreiche dem Menschen gegenüberstehen.

Aus dieser Urverwandtschaft mit der Natur resultiert auch die tiefe Heilbeziehung, welche die Natursubstanzen im Menschenwesen entfalten können.

In der äußeren Natur liegt unendlich breit gefächert vor, was im Menschen unter der Führung des Ich zu einer Einheit zusammengefasst wird.

In der Krankheit verselbständigen sich solche Naturprozesse im Menschen. Substanzen aus den Naturreichen können die entsprechenden Heilprozesse im Organismus anregen, wenn sie durch die Kunst des Pharmazeuten zum Arzneimittel weiterentwickelt werden.

6.1 Die Kunst der Heilmittelzubereitung

Aus den mineralischen, pflanzlichen und tierischen Ausgangsstoffen werden durch die Herstellungsverfahren der anthroposophisch erweiterten Pharmazie menschengemäße Heilmittel hergestellt. Ein wesentlicher Unterschied zur gegenwärtigen pharmazeutischen Tendenz, Wirkstoffe zu isolieren oder zu synthetisieren, besteht in der Verwendung des natürlichen Substanzgefüges, wie es in der Natur vorhanden ist.



Denn das Ganze ist immer umfassender als eine isolierte Substanz, ja sogar mehr als die Summe der einzelnen Bestandteile.

Nicht nur die chemischen und physikalischen Gesetze einer Substanz sind für die Wirkung als Heilmittel maßgebend, sondern auch deren Herkunft und Entwicklungsgeschichte als Ausdruck des Weges, den der Stoff in der Natur gegangen ist.

Denn der Weg, den man beschritten hat, hat eine verändernde und prägende Wirkung, die sowohl an der Biographie eines Menschen als auch an der Geschichte eines Minerals oder einer Pflanze erlebt werden kann.

Kalziumcarbonat findet sich z.B. in der Austernschale, in den Korallen, im Kalkgebirge in verschiedenen Erscheinungsformen, aber auch in der Eichenrinde als pflanzliches Ablagerungsprodukt. Trotz der einheitlichen chemischen Formel drückt sich in diesen verschiedenen Variationen das Kalkwesen in unterschiedlicher Art und Weise aus und kann daher jeweils besondere Heilqualitäten entfalten.



Die Kunst der pharmazeutischen Zubereitung hat ebenfalls mit dem Beschreiten eines Weges zu tun. Die in der Natur begonnenen Prozesse finden ihre Fortsetzung in den pharmazeutischen Prozessen, wenn diese im Einklang mit der Natur stehen. Dadurch kann sich das in der äußeren Erscheinung oftmals noch verborgene Wesen der Substanz entfalten und offenbaren und somit zum Heilmittel werden.

Gerade **Wärmeprozesse** können verschiedenen Qualitäten zur Erscheinung bringen. So kann die Heilmittelwirkung z.B. auf bestimmte Körperregionen ausgerichtet werden, je nachdem, ob man einen Kaltauszug einer Frischpflanze, eine Abkochung einer Wurzel oder Rinde oder eine Röstung oder Veraschung vornimmt (siehe Tabelle).

Verfahren	Wärmestufen	Nomenklatur	Hauptwirkungsbereich
Mazerieren	± 15 - 20°	—	Nerven-Sinnes-System des ganzen Organismus
Digerieren	37°	...,... Digestio	rhythmisches System (Zirkulation)
Infundieren	± 90°	...,... Infusum	Drüsen aller Art
Kochen	± 100°	...,... Decoctum	Verdauungstrakt (Magen-Darm)
Destillieren	Wasserdampf ± 100°	... destillata	Verdauung
Rösten	± 170 - 200°	... tostum	Verdauung (Leber)
Verkohlen	über 200°	Carbo...	Nierenorganisation
Veraschen	500 - 700°	Cinis...	Lungengebiet (Atmung)

Tabelle: Anwendung von Wärme-Stufen

Rhythmische Anwendungen stellen einen weiteren Kunstgriff bei der Heilmittelherstellung dar, denn alle Lebensvorgänge laufen rhythmisch ab. Einen solchen Verlebendigungsprozess der toten Arzneirohstoffe stellt das homöopathische Potenzierungsverfahren dar.

Dabei wird jeweils ein Teil der Ausgangssubstanz mit neun Teilen eines Verdünnungsmediums versetzt und anschließend rhythmisch verschüttelt oder verrieben. Durch Wiederholung dieser Prozedur entstehen die so genannten Dezimalpotenzen von D1 bis D30 und noch höher.

Dieser rhythmische Auflösungsprozess stellt eine Befreiung von den Stoffkräften dar, wobei gleichzeitig die geistartigen Arzneikräfte entfaltet und dem Verdünnungsmedium eingeprägt werden.

Das Verfahren der so genannten **vegetabilisierten Metalle** geht auf Rudolf Steiner zurück und besteht in der Düngung von Heilpflanzen mit bestimmten Metallsalzen und anschließendem Verkompostierungsprozess. Dieser Vorgang wird durch drei Jahre wiederholt. Die letzte Pflanzengeneration stellt den Ausgangsstoff für die anschließende Potenzierung dar.

Dabei wird die Beziehung der sieben Planetenmetalle zu bestimmten Pflanzen besonders berücksichtigt und dadurch therapeutisch an die zugehörigen Organsysteme herangebracht (siehe Tabelle).

Metall	Organbildung	Pflanzen mit Beziehung zum Metall-Organ-Prozess	Haupterfolgsort des Prozesses
Blei	Milz	Eisenhut, Wegwarte	Nervensystem, Knochen, Festes
Zinn	Leber	Löwenzahn, Wegwarte	Knorpel, Gelzustand
Eisen	Galle	Brennnessel, Schöllkraut	Blut, Atmung
Gold	Herz	Johanniskraut, Primel	Herz-Kreislauf
Kupfer	Nieren-, Nebennierensystem	Kamille, Melisse, Tabak	Ernährungsstrom, Blutbildung
Quecksilber	Lunge	Keimzumpfe	Lymphpe, Strömendes
Silber	Gehirn	Lebensbaum, Keimzumpfe	Wäßriges, Regeneration

Tabelle: Die sieben Planetenmetalle in ihrer Beziehung zu den Organen



Diese drei pharmazeutischen Kunstgriffe seien stellvertretende für viele andere erwähnt, die ebenfalls Anwendung finden.

Die anthroposophisch erweiterte Pharmazie hat das Ziel vor Augen, von der Qualität der Arzneirohstoffe bis zum Herstellungsprozess den Menschen als Maßstab heranzuziehen. Sein

Heilbedarf verweist uns sowohl auf die Substanz als Ausdruck der gewordenen Natur, als auch auf den Herstellungsprozess als Ausdruck des Werdenden in der pharmazeutischen Kunst.

6.2 Arzneiformen und deren Anwendung

Anthroposophische Heilmittel können prinzipiell innerlich, äußerlich oder durch Injektion zur Anwendung gebracht werden.

Für die **innerliche Anwendung** stehen wässrige und alkoholische Lösungen, Verreibungen oder Tabletten sowie Kügelchen, die mit der Arzneilösung besprüht sind, zur Verfügung. Diese Arzneiformen wirken hauptsächlich über den Stoffwechsel. Zäpfchen und Augentropfen stellen weitere spezielle Anwendungsformen dar.

Die **Injektion** kann subcutan (unter die Haut) oder intravenös (direkt in die Blutbahn) erfolgen und stellt zweifellos eine Intensivierung der Therapie dar, die durch die Wahl des Injektionsortes besonders betont werden kann. Injektionen entfalten ihre Wirkung über das rhythmische System des Menschen.

Äußere Anwendungen von Tinkturen, Salben, Puder und Ölen oder Badezusätzen ergänzen das therapeutische Angebot wirkungsvoll. Umschläge, Einreibungen und Bäder regen über die Haut den Sinnesorganismus stark an.

Die anthroposophische Medizin verfügt über ein umfangreiches Heilmittelangebot. Es reicht von homöopathisch potenzierten bis zu stofflich konzentrierten Präparaten, die in ihrer Komposition und besonderen pharmazeutischen Herstellung auf bestimmte Organbereiche oder Erkrankungstendenzen ausgerichtet werden können.

Für die Wahl der Potenzhöhe kann der Gesichtspunkt der Dreigliederung Hinweise geben. Tiefe Potenzen bis D₈ wirken vor allem im Stoffwechselbereich, mittlere von D₈ bis D₁₅ bevorzugt im rhythmischen System, hohe von D₁₅ bis D₃₀ auf das Nerven-Sinnes-System.

Die Häufigkeit und die Art der Arzneiverabreichung richten sich nach der individuellen ärztlichen Einschätzung und Verordnung. Als Regel kann gelten, dass stoffliche Arzneien und tiefe Potenzen bis zu mehrmals täglich, höhere Potenzen allerdings viel seltener verabreicht werden sollten. Eine Injektionsbehandlung sollte einer ärztlichen Begleitung vorbehalten bleiben.

Äußere Anwendungen erfreuen sich eines immer größeren Interesses, setzen aber Kenntnisse in der Hauskrankenpflege voraus, die in praktisch orientierten Kursen vermittelt werden können.

6.3 Anthroposophische Heilmittelbetriebe

Das pharmazeutische Herstellungsverfahren verbindet die Natursubstanz mit dem kranken Menschen. Im Dienste dieser Zielsetzung arbeiten und forschen seit über 70 Jahren die beiden größten und ältesten anthroposophischen Heilmittelbetriebe WELEDA und WALA als Hersteller von Medikamenten und Körperpflegepräparaten.

Vom Heilpflanzenanbau nach den Richtlinien der biologisch-dynamischen Landwirtschaft über die Wahl des richtigen Zeitpunktes für Ernte und Verarbeitung bis hin zu den verschiedenen Herstellungsverfahren werden Gesichtspunkte der anthroposophischen Naturerkenntnis in diesen Betrieben praktisch zur Anwendung gebracht.

Ein breites Angebot von kosmetischen Präparaten und Körperpflegemitteln, die aus natürlichen Rohstoffen, ohne synthetische Duft- und Konservierungsstoffe hergestellt und nicht an Tieren getestet werden, steht ebenfalls zur Verfügung.

Um die Erforschung und Herstellung von Mistelpräparaten, die in der anthroposophischen Medizin als Krebsheilmittel eine große Bedeutung haben, bemühen sich insgesamt fünf Hersteller. In Österreich stellt die Firma Novipharm das Präparat **Isorel®** her. In Deutschland entstehen die Mistelpräparate **Helixor®**, **Abnoba-Viscum®** und **Iscucin®** (WALA). Das älteste Mistelpräparat wird vom Forschungsinstitut Hiscia in der Schweiz hergestellt und unter dem Namen **Iscador®** von der WELEDA vertrieben (siehe Anhang).

7 Nichtmedikamentöse Therapieformen

Neben der medikamentösen Therapie spielen künstlerische Therapien, Massage, Heileurythmie, Gesprächstherapie und Biographiearbeit eine immer größer werdende Rolle innerhalb der anthroposophischen Medizin.

7.1 Rhythmische Massage

Die rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegman gründet auf dem ganzheitlich anthroposophischen Menschenbild. Diese neue Massagetechnik bringt besondere Griffqualitäten zur Anwendung, die durch Binden und Lösen rhythmisch in den Behandlungsverlauf eingewoben werden. Neben den auf Druck beruhenden Griffen spielt die saugende Griffqualität eine große Rolle. Dabei gilt es, rhythmisch atmende Prozesse anzuregen, die den Wesensgliedern ein gesundes Eingreifen in den Leib ermöglichen. Der mechanistische Ansatzpunkt der klassischen Massage spielt dabei eine ganz untergeordnete Rolle.

In der Ausbildung des Therapeuten wird besonderes Augenmerk auf die Überwindung überschießender, willkürlicher Bewegungsabläufe gelegt - die Griffe bedürfen einer verinnerlichten und gelassenen Ausführung. Erst dann können die Hände zum selbstlosen Diener der heilenden Geister werden.

7.2 Heileurythmie

Heileurythmie ist eine von Rudolf Steiner begründete Bewegungstherapie, die aus der künstlerischen Eurythmie entwickelt wurde. Die Bewegungselemente der Eurythmie gründen auf den Bildegesetzmäßigkeiten der Sprache und der Töne als Ausdruck der menschlichen Seele. Eurythmie ist in der Bewegung sichtbar gewordene Sprache und sichtbar gewordener Gesang. Heileurythmische Bewegungen wirken auf die Bildegesetzmäßigkeiten erkrankter Organe zurück, wenn die Gebärden der Organerkrankung genau angepasst werden. Im übenden Erlernen solcher bewusst erlebter Bewegungen können durch vokalische und konsonantische Übungsreihen sowohl gestaltende als auch lösende Prozesse im Organismus angeregt werden. Die ärztliche Diagnose stellt eine Grundlage für die Zusammenarbeit mit Heileurythmisten dar, die aufgrund einer mehrjährigen intensiven Ausbildung entsprechend qualifiziert sind.

7.3 Künstlerische Therapien

Die therapeutische Wirkung künstlerischer Betätigung kann heute von jedem Menschen unmittelbar erlebt werden. Mehr denn je bedürfen die aus dem abstrakten Denken unseres Tagesbewusstseins entsprungenen, kränkenden zivilisatorischen Einflüsse, die oftmals mit einer Verarmung der Gefühlswelt einhergehen, einer Belebung und Erfrischung aus dem Bereich der aufbauenden, regenerierenden, schöpferischen Kräfte.

Aus dieser nächtlichen Sphäre erhalten wir unsere kreativen Impulse, unsere Bilder und Visionen für die Gestaltung der Zukunft. Diese Fähigkeit, die dem Kind im Spiel noch geschenkt ist, muss der Erwachsene bewusst pflegen, übend wiedererringen.

Die in der Krankheit verloren gegangene Einheit von Leib, Seele und Geist und die Beziehungen des Menschen zur Welt können durch aktive künstlerische Betätigung neu belebt werden. Der Patient ist dabei aktiv am Heilungsverlauf mitbeteiligt. Er ist aufgerufen, Altes zu verwandeln, Fähigkeiten übend zu entwickeln und somit Neues, Zukünftiges zu schaffen.

Die Auswahl der verschiedenen Kunsttherapien ist von der Gebärde der Krankheit und von der Persönlichkeit des Patienten abhängig. Eine Zusammenarbeit von Arzt und Therapeut bildet auch hier die Grundlage für eine medizinische Diagnose und eine darauf abgestimmte Behandlung.

Abschließend sei noch darauf hingewiesen, dass anthroposophische Kunsttherapie nicht im Ausleben, Abreagieren unbewusster Gefühle und anschließender psychologischer Interpretation der Ergebnisse ihre Aufgabe sieht, sondern im Erüben ausgleichender therapeutischer Prozesse mit künstlerischen Mitteln.

7.3.1 Plastisches therapeutisches Gestalten

In der Arbeit mit Ton, Holz und Stein werden die formenden, strukturierenden Prozesse besonders angeregt, was unter anderem in der Behandlung auflösender Krankheitsprozesse hilfreich ist. Ausgehend von einfachen Grundformen können entsprechend dem Material verschiedene Gestaltverwandlungen herausgearbeitet werden.

7.3.2 Therapeutisches Malen

Im Umgang mit der fließenden Farbe erschließt sich eine lichtdurchflutete Seelenwelt, die Erstarrungen und Verkrampfungen wieder aufzulösen und neu zu gestalten vermag. Dafür kommen verschiedene Techniken vom Zeichnen über das Nass- in -Nass Malen bis zum

Schichtmalen zur Anwendung. Auch die differenzierte seelische Wirkung der verschiedenen Farben kann so gezielt berücksichtigt werden.

7.3.3 Musiktherapie

Der Leib ist das Instrument der Seele, die in der Atmung rhythmisch in den Körper einzieht und einen Innenraum ausbildet, der zum Resonanzkörper wird. Das Umgehen mit den musikalischen Elementen von Dur und Moll, von Harmonie und Dissonanz, von Melodie und Rhythmus muss der Gestimmtheit des Patienten abgelauscht werden und wird durch die Verwendung geeigneter Instrumente unterstützt.

7.3.4 Sprachgestaltung

Aus dem Seeleninneren spricht sich das Ich des Menschen, sein Geist, im Wort aus, in dem schöpferische Kräfte walten. Die heilenden Impulse, der von Rudolf Steiner begründeten Sprachgestaltung wirken aus der Herzensregion des Menschen.

7.4 Anthroposophisch orientierte Psychotherapie

Die Einseitigkeit des organ- und zellbezogenen medizinischen Therapieansatzes führte als notwendige Ergänzung zur schrittweisen Berücksichtigung psychosomatischer Konzepte in der Medizin. Daraus entwickelte sich eine immer größer werdende Zahl von verschiedenen psychotherapeutischen Schulen mit ganz unterschiedlichem geistigen Hintergrund.

Für den anthroposophischen Arzt ist es eine Tatsache, dass jeder Krankheit ein psychosomatisches Geschehen zugrunde liegt. Wenn für ein seelisches Erlebnis kein angemessener Ausdruck gefunden werden kann, dann besteht die Gefahr, dass dieses Gefühl zu einem leiblichen Abdruck führt. Eine funktionelle Organerkrankung bringt leiblich unbewusst zum Ausdruck, was an seelischer Erlebnisfähigkeit verloren gegangen ist.

Anthroposophische Medizin ist insofern psychosomatische Medizin als sie die Entwicklungsgesetze von Leib, Seele und Geist beschreibt und deren Zusammenwirken im Organismus von Anfang an in den therapeutischen Ansatz mit einbezieht.

7.4.1 Gesprächstherapie

In der Gesprächstherapie muss zunächst eine warme Vertrauensatmosphäre geschaffen werden, die eine offene Begegnung zulässt. Einfühlungsvermögen, Geduld und Interesse am an-

deren Menschen sind ebenso wie Mut und Geistesgegenwart Qualitäten, die zum Auffinden des roten Fadens in der individuellen Krankengeschichte notwendig sind.

Die Kenntnis der Entwicklungsgesetzmäßigkeiten von Leib, Seele und Geist stellt für den anthroposophisch orientierten Therapeuten ein Grundmotiv dar, das in der individuellen Situation jeweils abgewandelt erscheint. Aus Erkenntnis muss gemeinsam Raum geschaffen werden für das Neue, für die Wandlung, für den freiwilligen Verzicht auf beengendes Vergangenes.

Dabei muss sich der Therapeut davor hüten, manipulierend oder schematisierend die Freiheit des Patienten einzuengen; der Patient hingegen muss erkennen, dass Gesprächstherapie Arbeit bedeutet, die ohne Konfrontation und Erschütterung nicht zur inneren Verwandlung führen kann. Denn Gesundheit ist weder ein Konsumartikel noch ein Genussmittel. Sie muss immer wieder neu errungen werden.

7.4.2 Biographiearbeit

In der Biographiearbeit werden die eben geschilderten Motive der Gesprächstherapie unter dem Gesichtspunkt des Lebenslaufes aufgegriffen. Grundlage dafür ist die Kenntnis der Entwicklungsrhythmen (7-Jahres-Rhythmen, Mondknoten etc.) und der Schicksalsgesetzmäßigkeiten der wiederholten Erdenleben.

Der moderne Mensch erlebt intensiv, dass die Biographie in der Gegenwart ein immer individuelleres Gepräge bekommt. Was in der Vergangenheit durch Tradition, Volks- und Standeszugehörigkeit oder die Geschlechterrolle bestimmt war und oftmals erduldet wurde, führt heute zu Brüchen, Erschütterungen und Lebenskrisen. Das innere Ringen um die individuelle Antwort auf die Lebensfragen, die sich nicht mehr nach dem alten Muster erklären lassen, ist das Motiv der Biographiearbeit.

Es gilt, die Lebensziele des Ich, die schon vorgeburtlich veranlagt sind, in der Umbruchsituation neu aufzusuchen und mit Gestaltungswillen aktiv zu ergreifen.

In Einzelgesprächen oder in Gruppenarbeit können biographische Motive in künstlerischen und sozialen Übungen bearbeitet werden und aus einer offenen, fragenden Haltung der eigenen Biographie gegenüber im Vertrauen auf den Schicksalsfaden neue Ausblicke auf das Lebensziel getan werden.

8 Therapeutika - neue Wege der Zusammenarbeit

Der Impuls die Zusammenarbeit von Ärzten, Therapeuten und Patienten auf Grundlage der anthroposophischen Medizin bis in eine neue Sozialstruktur zu verdichten, geht auf Dr. Ita Wegman zurück. Ärzte und Therapeuten üben selbständig ihre Beruf aus, im Idealfall in gemeinsamen Räumlichkeiten und pflegen eine gemeinsame therapeutische Arbeit, die sich nicht nur auf den Patienten, sondern auch auf das kulturelle Umfeld positiv auswirkt.

Im Therapeutikum können einander Menschen begegnen, die sich erkennend, fühlend und wollend mit Fragen der Gesundheit und Krankheit auseinandersetzen möchten. Dazu dienen Vorträge, Seminare, künstlerische Darbietungen und Kurse sowie das therapeutische Angebot für die Patienten, die aktiv an ihrer Genesung mitarbeiten wollen.

Das Bemühen um eine Reform des Gesundheitswesens auf anthroposophischer Grundlage, um Gesundheitserziehung, Hauskrankenpflege und menschenwürdiges Sterben im häuslichen Bereich soll vom Therapeutikum in die Umgebung ausstrahlen und Keimzelle heilender sozialer Impulse in der zerfallenden Gegenwartskultur werden.

Dazu bedarf es der Menschen, die den Wert einer solchen Institution ermessen können und auch zur tatkräftigen Unterstützung bereit sind.

In vielen Ländern wurde der Therapeutikumsimpuls bereits aufgegriffen, besonders intensiv in Holland, in Deutschland und in der Schweiz. Auch in Österreich existieren bereits mehrere Therapeutika auf Grundlage eines Trägervereines, der aus Patienten und Interessenten gebildet wird. (siehe Anhang)

9 Praktische therapeutische Fragen

9.1 Indikationen

Aus dem bisher Dargestellten ist deutlich zu entnehmen, dass anthroposophische Medizin keine Alternativmedizin, sondern eine Ergänzung und Erweiterung der naturwissenschaftlichen Medizin darstellt. Neben neuen Heilmitteln und neuen therapeutischen Verfahren, die die Selbstheilungskräfte anregen, wird der anthroposophische Arzt selbstverständlich auch auf gegenwärtig übliche medikamentöse, chirurgische und apparative Behandlungsmethoden zurückgreifen, wenn eine direkte Beeinflussung des physischen Leibes notwendig ist, die anders nicht erreicht werden kann.

In jedem Falle steht allerdings das Bemühen um eine Berücksichtigung aller menschlichen Wesensbereiche in der Begegnung mit dem Patienten im Zentrum. Aus dieser Gesinnung ergeben sich neue Gesichtspunkte für das Verständnis und für die Anwendung aller heute verfügbaren therapeutischen Möglichkeiten.

Anthroposophische Ärzte sind als praktische Ärzte und Fachärzte fast aller Richtungen tätig. Damit stehen für die meisten Erkrankungen und Leidenszustände Gesichtspunkte und Erfahrungen für eine Behandlung auf Grundlage anthroposophisch erweiterter Medizin zur Verfügung.

Kombinationen mit anderen Therapieverfahren sind prinzipiell möglich, manchmal sogar unbedingt notwendig. Diese Entscheidung kann der anthroposophische Arzt allerdings im Einzelfall nur gemeinsam mit dem Patienten treffen.

9.2 Misteltherapie bei Krebs

Die Behandlung mit Mistelpräparaten, die speziell für die Krebstherapie entwickelt wurden, ist eine wesentliche Ergänzung der schulmedizinischen Krebsbehandlung, jedoch keine Alternative. Die schulmedizinischen Methoden zielen direkt auf die Vernichtung bösartiger Zellen: Mit Hilfe von Operation und Bestrahlung wird die Primärgeschwulst radikal entfernt. Zellteilungshemmende Medikamente (Chemotherapie) sollen darüber hinaus solche Krebszellen, die sich über Lymphe und Blut bereits im Organismus ausgebreitet haben und zu Tochtergeschwülsten (Metastasen) auswachsen, weitgehend vernichten. Hierfür muss freilich der Preis gezahlt werden, dass auch gesundes Gewebe geschädigt wird, was zu starken Nebenwirkungen führt.

Dagegen wirkt die Misteltherapie indirekt, indem sie die körpereigenen Abwehr- und Ordnungskräfte stärkt und den allgemeinen Kräftezustand und das Befinden des Patienten bessert. Gesundes Gewebe, z.B. das Blut bildende Knochenmark, wird im Gegensatz zur Chemotherapie nicht geschädigt, vielmehr in seiner Regenerationsfähigkeit angeregt. Auf diese Weise eignen sich Mistelpräparate auch zur Begleitbehandlung einer Chemotherapie, um deren Nebenwirkungen zu vermindern. Für bestimmte Krebsarten hat sich die Kombination mit Chemotherapie, Bestrahlung oder Hormontherapie als besonders günstig erwiesen.

Die Wirksamkeit der Misteltherapie ist mittlerweile nicht nur durch die Erfahrung tausender Patienten und Ärzte, sondern auch durch zahlreiche wissenschaftliche Untersuchungen gut belegt. Einerseits dient sie der Vorbeugung von Rückfällen nach Krebsoperationen; andererseits ermöglicht sie selbst unheilbaren Krebspatienten ein längeres, besseres und erfülltes Leben mit und trotz dieser Erkrankung.



9.3 Nebenwirkungen

Jede wirksame therapeutische Maßnahme kann vorübergehende, für den Patienten unerwünschte Begleiterscheinungen haben. Anthroposophische Heilmittel haben bei sachgemäßer Anwendung allerdings niemals toxische (vergiftende) Wirkungen und sind frei von gefährlichen Nebenwirkungen. Allergische Reaktionen gegen Heilmittel aus Naturstoffen sind eher selten.

Möglich sind Reaktionen, die mit Befindensveränderungen einhergehen, die Ausdruck der Anregung von Heilprozessen sind. Ähnlich wie bei Kurreaktionen oder beim Fasten können vorübergehend Beschwerden wie Müdigkeit, Veränderungen der Ausscheidungen, der Schlaf-tiefe und des Gemütszustandes auftreten, manchmal auch eine kurzzeitige Verstärkung der Krankheitssymptome. Für den anthroposophischen Arzt können solche Veränderungen wichtige Hinweise für die Dosierung darstellen und die richtige Arzneimittelwahl bestätigen. Für

den Patienten verlieren dadurch Begleiterscheinungen ihren beunruhigenden Charakter und können als Heilreaktionen positiv erlebt werden.

9.4 Behandlungsdauer

Die Behandlungsdauer ist vom Wesen der Krankheit und der Verfassung des Patienten abhängig. Akute Krankheiten (z.B. Kinderkrankheiten, entzündliche Erkrankungen der oberen Luftwege) haben meist eine gute Selbstheilungstendenz. Gelingt es den Krankheitsprozess richtig zu führen und nicht nur zu unterdrücken, kann Heilung eintreten.

Immer wiederkehrende Erkrankungen (z.B. chronisch rezidivierende Infekte, Allergien) sind Ausdruck einer Konstitutionsschwäche, oftmals auch unzweckmäßiger Lebensweise und Behandlung. Hier gilt es ebenso wie bei den chronischen Krankheiten symptomatische Maßnahmen möglichst einzuschränken. Die Selbstheilungskräfte müssen angeregt werden und der Patient zur Mitarbeit aktiviert werden. Ein solcher Prozess kann Monate bis Jahre in Anspruch nehmen.

9.5 Behandlungskosten und Kassenvergütung

Die Behandlungskosten setzen sich aus dem ärztlichen Honorar und den Kosten für Medikamente und Therapien zusammen. Anthroposophische Ärzte sind in Österreich meist als Privatärzte ohne Kassenverträge tätig. Das derzeitige Kassenverrechnungssystem erlaubt keine dem zeitlichen Aufwand der anthroposophischen Medizin auch nur annähernd entsprechend Honorierung und stellt somit auch keine ausreichende wirtschaftliche Grundlage für den Arzt dar. Nach Einreichung der bezahlten Honorarnote wird von den Kassen ein Teilbetrag (der jeweils gültige Tarifsatz) an den Patienten rücküberwiesen.

Medikamente der anthroposophischen Therapierichtung werden bis auf Ausnahmen (z.B. Misteltherapie beim Krebs) von den Kassen nicht vergütet. Gelegentlich werden homöopathisch hergestellte Medikamente nach österreichweit uneinheitlichen und schwer durchschaubaren Kriterien chefärztlich genehmigt. Therapien (Massage, Heileurythmie, künstlerische Therapien) sind durchwegs vom Patienten selbst zu tragen und werden leider bisher nicht vergütet.

Der Verein für anthroposophisch erweitertes Heilwesen Österreich bietet in Zusammenarbeit mit Privatversicherungen eine ambulante Basisversicherung für komplementärmedizinische Methoden an (siehe Kap.10).

9.6 Selbstbehandlung

Für die Selbstbehandlung des mündigen Patienten und für die Verwendung in der Hausapotheke gibt es eine Reihe von Präparaten und Maßnahmen der Hauskrankenpflege, die in der Literatur und in Informationsveranstaltungen dargestellt werden. (siehe Anhang)

Von der Selbstbehandlung länger dauernder, ernsterer und unklarer Krankheitszustände muss allerdings gewarnt werden - sie gehören in die Hand des Arztes, damit notwendige Maßnahmen auf Grundlage einer medizinischen Diagnose rechtzeitig und gezielt erfolgen können.

10 Patientenorganisationen kämpfen um Therapiefreiheit: Verein für ein anthroposophisch erweitertes Heilwesen

Aufgrund eigener Erfahrungen und zunehmendem Interesse für Gesundheitsfragen wenden sich immer mehr Menschen naturgemäßen Heilverfahren zu. Sie möchten bei der Wahl des Arztes und der Behandlungsmethode nicht bevormundet werden und streben in ihrer Lebensführung ein höheres Maß an eigener Verantwortung an, als es dem Patienten in unserem gegenwärtigen Gesundheitssystem zugebilligt wird. Eine partnerschaftliche Beziehung von Patient, Arzt und Therapeut ist die Grundlage einer dringend notwendigen Neuorientierung des Gesundheitswesens.

Schon seit Jahrzehnten existieren in Deutschland und in der Schweiz Patientenvereine, die sich für diese Ziele einsetzen (Verein für ein anthroposophisch erweitertes Heilwesen).

Im Zusammenhang mit der unsicheren Verankerung von Naturheilmitteln in der EU-Gesetzgebung wurde auch ein Europäischer Verbraucherverband für Naturmedizin gegründet. Seit 1993 gibt es auch in Österreich eine solche Patientenorganisation, den Verein für ein anthroposophisch erweitertes Heilwesen Österreich.

Der Verein hat neben sozial-hygienischen Aufgaben in Form von Vorträgen, Seminaren und Veröffentlichungen, vor allem die Aufgabe, die Interessen der Patienten in der Öffentlichkeit (Krankenkasse, Gesundheitspolitik) wirksamer und geschlossener als bisher zu vertreten.

Seit dem EU-Beitritt Österreichs gilt es insbesondere die europäischen Tendenzen auf dem Sektor der Gesundheitspolitik und der Arzneimittelgesetzgebung wachsam zu beobachten und sich für einen gesetzlich gesicherten Status komplementärmedizinischer Methoden einzusetzen. Dazu bedarf es immer mehr einer deutlichen Willenskundgebung aus dem Kreise der mündigen Patienten.

Die Bemühungen um einen Kostenersatz für anthroposophische Heilmittel und Therapieformen haben bei den Pflichtkrankenkassen bisher wenig Erfolg gehabt. Der Verein für ein anthroposophisch erweitertes Heilwesen hat daher zunächst auf Basis einer privaten Zusatzversicherung für den ambulanten Bereich die Vergütung aller anthroposophischen Therapieformen und Medikamente angestrebt und bietet seit September 1995 für Vereinsmitglieder einen verbilligten Gruppentarif an, der alle komplementärmedizinischen Methoden beinhaltet. Darüber hinaus ist ein Spezialtarif für ausländische Kranken- und Kuranstalten auf anthroposophischer Grundlage in Ausarbeitung.

Die Förderung und Unterstützung von Therapeutika, die Anstellung von Therapeuten und die Beratung von Patienten in therapeutischen Fragen stellen weitere wichtige Aufgabenbereiche dieses Vereins dar.

Menschen, die für freie Arzt- und Therapiewahl, für eine menschengemäße Medizin auf anthroposophischer Grundlage und deren rechtliche Sicherung im europäischen Raum eintreten, sind aufgerufen, sich durch Erwerb der Mitgliedschaft aktiv an der Realisierung dieser Zukunftsimpulse zu beteiligen! (siehe Anhang)