

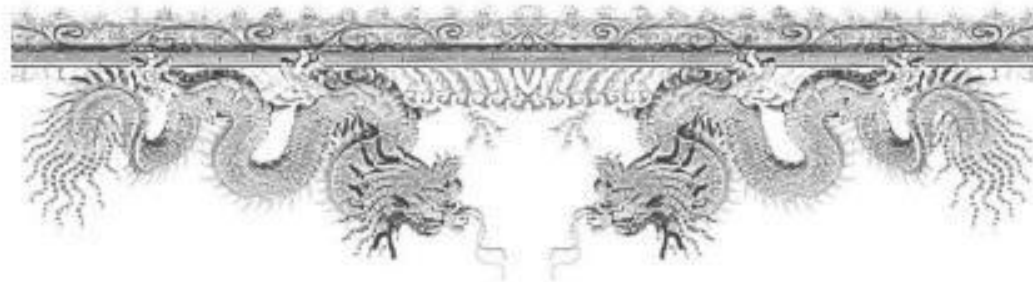


Bilanz und Ausblick 2017 / 2018

Gruppenveranstaltungen der SHG PNP Halle-Saalekreis



*Selbsthilfe bedeutet immer,
sich aufzumachen, neue Ufer
zu betreten.*



Übersicht

- Die finanzielle Bilanz
- Hat uns die Selbsthilfe geholfen?
 - Womit haben wir uns beschäftigt?
 - Was waren die neuen Erkenntnisse?
 - Was haben wir umgesetzt?
 - Was wollen wir uns vornehmen?



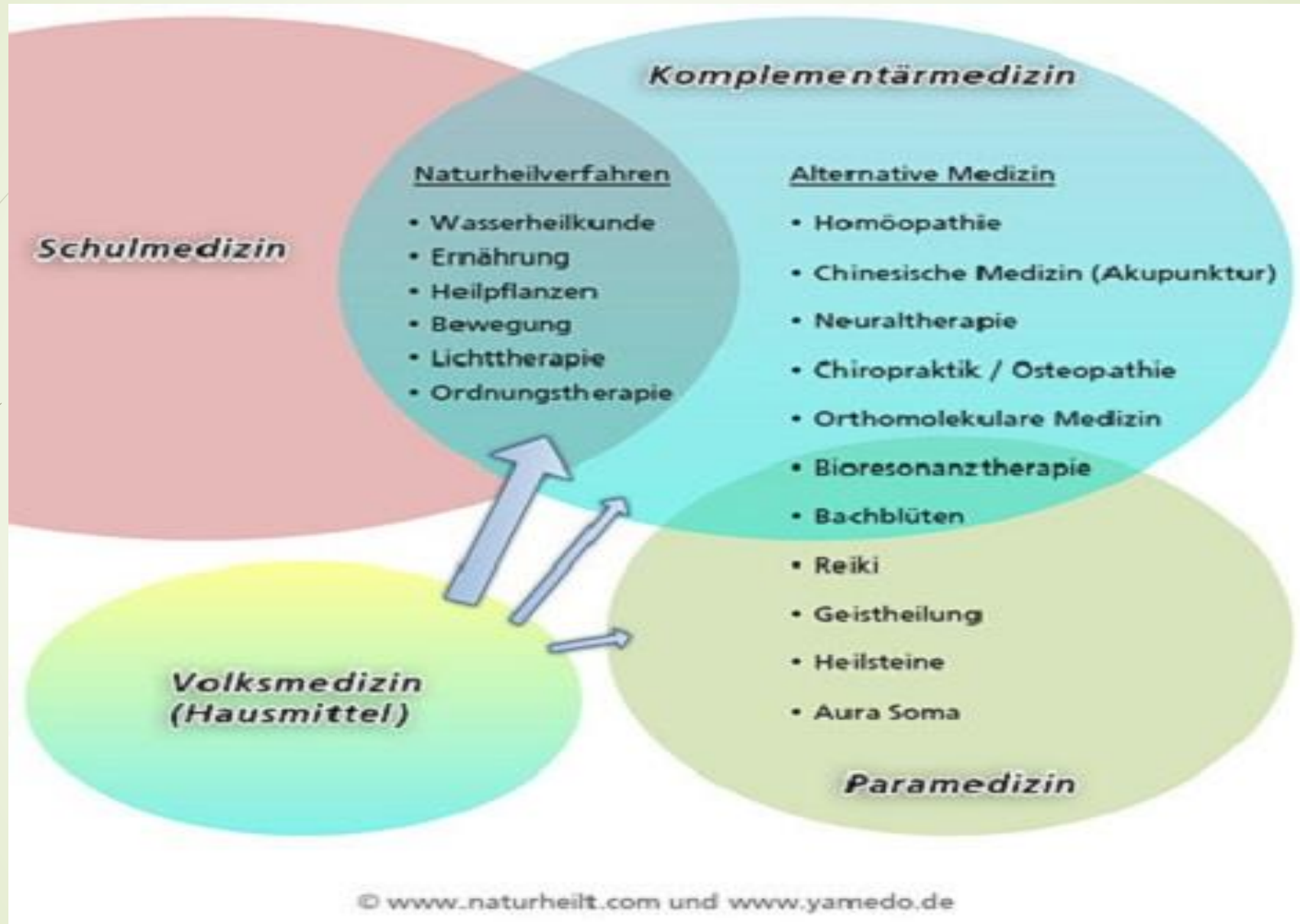
Themen 2017

Januar / Februar

- Naturheilverfahren bei Polyneuropathie, Komplementärmedizin
 - Was ist Ayurveda?
 - Das Behandlungskonzept
 - Ernährung, Massagen, Selbstmassagen, Meditation, Mantras, Yoga
 - Heilstollen, Radon, Hydrotherapie, Kräutertherapie

März

- **Homöopathie bei Polyneuropathie**
Was ist Homöopathie?
 - Alternativ- oder Komplementärmedizin?



Homöopathie bei PNP

nach Nesterenko, 2. Aufl., S. 101 f.

➔ Schmerzlinderung:

- ➔ Belladonna (bei allgemeinen Schmerzzuständen)
- ➔ Magnesium phosphoricum (bei Schmerzen, die sich durch Wärme verbessern)
- ➔ Thuja occidentalis (bei Schmerzen, die sich im Sitzen oder Stehen verschlimmern)
- ➔ Colocynthis (bei Nervenschmerzen, die sich durch Wärme verbessern)
- ➔ Cuprum arsenicosum D12 (Empfindungsstörungen mit Taubheit, Kribbeln und Brennen, Krämpfe)



Homöopathie bei PNP
nach Nesterenko, 2. Aufl., S. 101 f.

➤ Schlacken ausleiten:

- Acidum fluoricum
- Equisetum
- Nebenwirkungen mit anderen Substanzen /
Medikamenten beachten!



Juni

Nachbereitung der Sendung Visite zur Thematik Polyneuropathie vom 23.05.17

- **Auszüge aus dem Begleitmaterial zur Sendung Visite vom 23.5.2017**
- **Polyneuropathie: Welche Behandlung hilft? ...**
- Auch **Naturheilverfahren** können helfen - allerdings nur in der Anfangsphase der Erkrankung, wenn das Kribbeln beginnt.
- Bei der **Elektrotherapie** werden die Nerven durch Impulse aus einem speziellen Schrittmacher so stimuliert, dass Erkrankte statt Schmerzen ein leichtes Kribbeln spüren.
- Bei Schmerzen und Empfindungsstörungen in den Füßen haben sich **Akupunktur** und **Fußreflexzonenmassage** mit scharfen Salben (Capsaicin) bewährt.
- Viel **Bewegung**, zum Beispiel Aquagymnastik und Gehtraining, und **Physiotherapie** unterstützen die medikamentöse Behandlung und helfen, eine Polyneuropathie in Schach zu halten.
- Die Therapien müssen dauerhaft durchgeführt werden. Eine Pause beeinträchtigt schnell den Behandlungserfolg. Viele der ambulanten Leistungen müssen Erkrankte selbst bezahlen.



Tipps zur unterstützenden Selbstbehandlung

➤ **Wechselgüsse**

- Tägliche kalt-warme Wechselgüsse stimulieren die Hautnerven.

➤ **Yoga**

- Yoga hilft, die Nervenschäden durch Körperbeherrschung auszugleichen.

➤ **Positives Denken**

- Positives Denken kann die Widerstandsfähigkeit stärken.

➤ **Hobby**


- Erkrankte sollten sich ein gesundes Hobby suchen, das Spaß macht und sie mit viel Bewegung in Schwung hält, zum Beispiel Ausdauersport.



Komplementäre Therapiekonzepte der Naturheilkunde und der Traditionellen Chinesischen Medizin

- Vergleich der Therapieansätze und der eingesetzten Mittel, - Entgiftung und Ausleitung, - Akupunktur und weitere Therapieformen
- *“Was kann die Traditionelle Chinesische Medizin, was die Schulmedizin nicht kann?“*
- TCM und chronische Erkrankungen; Qigong als Gleichgewichtstraining

Christian
Schmincke



Ratgeber Polyneuropathie und Restless Legs

Leben mit tauben
Füßen, schmerzenden
und unruhigen
Beinen

Naturheilkunde bei muskulären und neuromuskulären Erkrankungen

Fibromyalgie, (Spät-)Borreliose,
Restless-legs-Syndrom und Polyneuropathie

Oliver Ploss

2., aktualisierte Auflage



 Haug



Vergleich der Therapieansätze

- ▶ Die Schulmedizin behandelt die PNP kurativ, d.h. der Ursache entsprechend, soweit die Ursache gefunden werden kann. (unbekannte Ursache offizielle Statistik 22 %, inoffiziell 50 %) Anderenfalls werden die Symptome unterdrückt.
- ▶ TCM und die Naturheilkunde (nach Ploss) sprechen statt von Ursachen eher von Risikofaktoren für die Behinderung des Stoffaustausches zwischen Blut und Nervenfasern durch die Ansammlung oder Ablagerung von pathologischen Molekülen.
- ▶ Gemeinsam ist den beiden komplementären Ansätzen die Ausleitung von Ablagerungen und die Entgiftung, vor allem durch Heilkräuter in Kombination mit weiteren Therapiemitteln.
- ▶ Die TCM-Klinik Bad Kötzing ist ein zugelassenes Krankenhaus und hat einen Versorgungsvertrag für stationäre Krankenhausbehandlung. Bei unbekannter Genese und hohem Leidensdruck könnte eine Therapie in der Klinik in Bad Kötzing einen Versuch wert sein. (siehe Empfehlungen für die Patienten)



Ganzheitlicher Therapieansatz

- ▶ Mithilfe einer systematischen ganzheitlichen Therapie soll die Lebensqualität des Patienten entscheidend verbessert werden.
- ▶ Insbesondere wenn sich der Patient schon im Zustand der Augmentation befindet, erreicht man hierüber eine erneute Verbesserung der Symptomatik – auch als begleitende Therapie anderer Behandlungsformen.
- ▶ Entgiftung
- ▶ Ausleitung
- ▶ Säure-Basen-Regulation
- ▶ Ernährung
- ▶ Sonstige Maßnahmen
 - ▶ Physiotherapie, physikalische Therapie
 - ▶ optimale Therapie eines vorhandenen Grundleidens (z. B. Blutzuckereinstellung)
 - ▶ psychologische Betreuung

Ihr Weg zu uns

Nervenerkrankungen

- Anfallsweiser Drehschwindel mit Übelkeit und Erbrechen (Morbus Menière)
- Erschöpfungszustände, Schlafstörungen (neurovegetative Störungen)
- Gesichtsnervenlähmung (Facialisparese)
- Lähmungen nach Schlaganfall
- Nervenschmerzen (allgemeine und periphere Neuropathien)

- Voraussetzung für die stationäre Aufnahme in unsere Klinik ist die Verordnung einer medizinisch notwendigen Krankenhausbehandlung. Ihr behandelnder Vertragsarzt (ein Arzt mit Kassenzulassung) muss Ihnen einen Krankenseinweisungsschein ausstellen.
- **Empfohlene weitere Vorgehensweise zur Aufnahme in die TCM-Klinik Bad Kötzting:**
- Füllen Sie bitte den [Anmeldebogen](#) zur Beurteilung der stationären Behandlungsmöglichkeit vollständig und sorgfältig aus.
- Besorgen Sie sich bitte Kopien von allen verfügbaren ärztlichen Unterlagen (Untersuchungsbefunde usw.).
- Veranlassen Sie bitte, dass Ihr behandelnder Vertragsarzt einen **Krankenseinweisungsschein für die TCM-Klinik Bad Kötzting** ausstellt.
- Senden Sie uns alle Unterlagen (Nr. 1 bis 3) in einem Umschlag (bitte nicht gesondert einreichen!).
- Anhand Ihrer Unterlagen prüfen unsere Ärzte, ob eine stationäre Behandlung notwendig und unser Behandlungskonzept für Sie geeignet ist. Sie erhalten von uns darüber eine schriftliche Nachricht. Je nach Stand der Patientenmeldung kann es zu längeren Wartezeiten bis zur Aufnahme kommen. Wir bitten um Ihr Verständnis.
- **Anschließend legen Sie bitte Ihrer Krankenkasse den Einweisungsschein Ihres Vertragsarztes und unsere Aufnahmebestätigung vor.** Aufgrund unseres Behandlungskonzeptes ist **eine vorherige Kostenübernahmeerklärung Ihrer Krankenkasse notwendig.**
- Wegen der Besonderheiten der psychosomatischen und der Traditionellen Chinesischen Medizin halten wir für Ihren Arzt ein besonderes [Informationsblatt](#) bereit. Ihr einweisender Arzt erhält dort medizinische Hinweise, die für die stationäre Behandlung gerade in unserer Klinik bedeutsam sind. Fehleinweisungen können so vermieden und die Akzeptanz der Behandlung in der TCM Klinik Bad Kötzting erhöht werden. Bitte teilen Sie uns die Anschrift Ihres Arztes mit, damit wir ihm direkt die Unterlagen zukommen lassen können.

<http://www.tcm.info/tcmde/patienten/weg-zu-uns.php>



„Neuro-Mischung“ bei Polyneuropathie W34 nach G. Weidinger

- Anwendung der W34: Als „Verlier nichts mehr!“ ist sie anzuwenden bei allen Arten von **Verlust- und Atrophie-Syndromen**, die fast alle aus dem Fachgebiet der Neurologie stammen (daher „Neuro-Mischung“):
- PNP {Polyneuropathie; dabei kommt es zu einer Schädigung der peripheren Nerven, wobei jede Nervenfasern-Art betroffen sein kann: motorische (und die Muskeln werden schwächer), sensible (und Sie spüren auf der Haut nichts mehr) oder sensorische (ihr Gehirn bekommt keine Rückmeldung von Armen oder Beinen und die Bewegungen werden unkoordiniert) Nervenfasern.
- Die Ursache kann ein Diabetes mellitus, eine Zuckerkrankheit sein, eine Schädigung der Nerven im Rücken durch Abnützungerscheinungen in der Wirbelsäule, vor allem der Lendenwirbelsäule (LWS), ein übermäßiger Alkoholkonsum und der Kontakt mit schlimmen Chemikalien (chemische PNP). **In den meisten Fällen ist die Ursache unbekannt (idiopathisch).**
- Wenn eine Ursache bekannt ist, wird man diese behandeln, wenn nicht, schaut man chinesisch nach: Da zumeist die Beine betroffen sind, handelt es sich meist um eine **Schädigung der Niere** (des Yin und des Yang) **und des Blut-Flusses** (Blut-Stagnation).
- Wie immer kann alles mit einer „müden Mitte“, der Leere XU und dem Füllen mit Feuchtigkeit und Schleim begonnen haben.}

Weidinger, Georg. Der Goldene Weg der Mitte: Erkrankungen mit westlicher und Chinesischer Medizin verstehen und behandeln (German Edition) (Kindle-Positionen5673-5678). Ogtcm-Verlag. Kindle-Version.

<http://georgweidinger.com/page8.php#W26-36>

Ernährung

- ▶ Bei Zuckerkrankheit, Arterienverkalkung, Bluthochdruck und manchen Krebsarten ist der Zusammenhang mit **Überernährung** gesichert, bei vielen anderen Krankheiten wahrscheinlich.
- ▶ Je mehr aufgenommen wird, umso weniger kommt da an, wo es gebraucht wird.
- ▶ Die daraus resultierende **innere Mangelversorgung** ist teufelskreisartig mit dem übermäßigen Konsum verbunden.
- ▶ Häufig ist **ein Mikronährstoffmangel an einer Polyneuropathie beteiligt**, sei es als Ursache, Begleiterscheinung oder Folge der Schädigung.
- ▶ Äußere Mangelernährung ist bei uns selten, innere Mangelernährung häufig.
- ▶ *„Entscheidend ist nicht das, was man isst, sondern, dass, was man nicht isst!“*
- ▶ *„Eure Nahrungsmittel sollen eure Heilmittel sein und eure Heilmittel sollen eure Nahrungsmittel sein.“*

Selbst aktiv werden



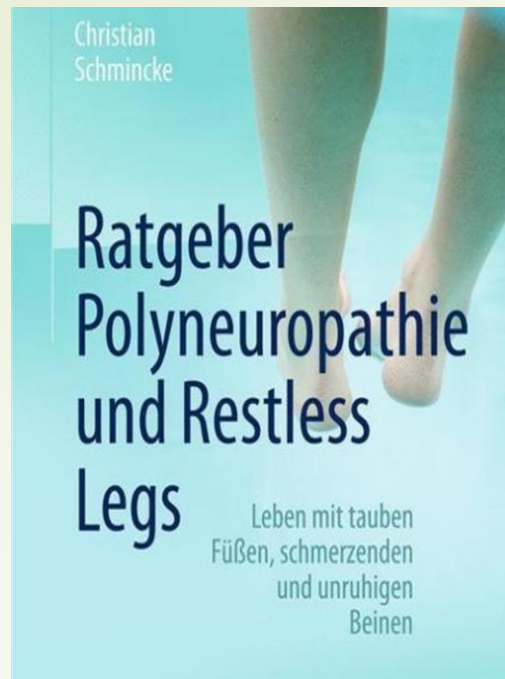
Selbst aktiv werden - Bewegung

Gleichgewicht, Koordination,
Ausdauer



Abbildung 3: Yoga zum Training von Gleichgewicht und Koordination
Polyneuropathie durch Chemotherapie (CPN)





Lebensstil - Gestaltungsfelder

Schlafen, Pflege, Physiotherapie
Stuhlgang
Umgang mit Infekten
Hilfsmittel





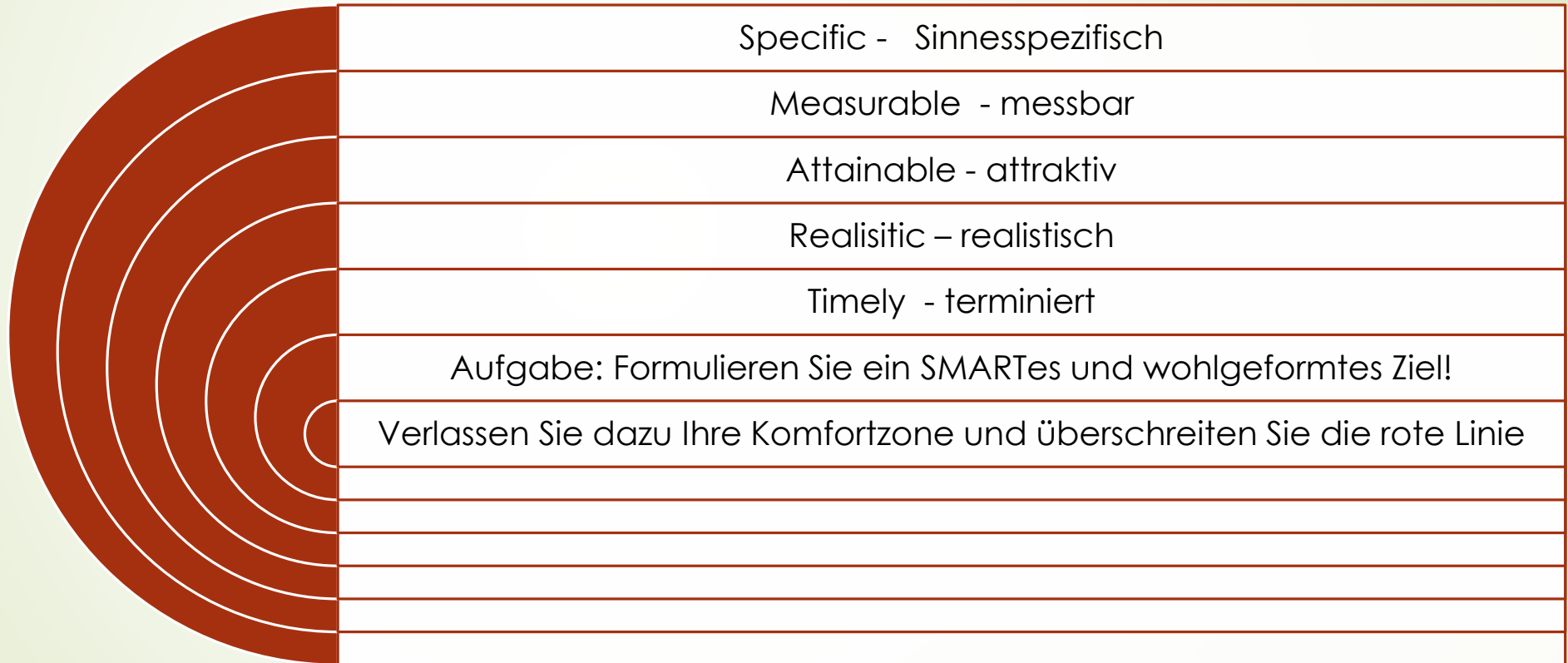
*Übe 100 Tage und Du wirst
eine große Veränderung
erreicht haben.*



Meine Bilanz – Lebensstil 2017

Aktivität / Anwendungen	Stand / Art	Vorhaben / Zielstellung
Rehasport		
Präventionskurse		
Naturheilverfahren		
Elektrotherapie		
Akupunktur		
Fußreflexzonenmassage		
Wechselgüsse		
Yoga / QiGong / Sensomotorik-Training		
Homöopathie		
Ausleitung, Entgiftung		
Ernährungsumstellung		

SMART



Nach Frank Busemann „Steh auf, wenn du am Boden liegst“ ein Motivationsratgeber für Frauen und Männer .
Verlag vgs Köln, 2010

Themenangebote für die Gruppenveranstaltungen 2017 /18

Themenkomplex			
Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> • Selbst aktiv werden - Ernährung • Michalsen: Essen als Medizin 	<ul style="list-style-type: none"> • An vollen Töpfen verhungern (Mangelernährung) 	<ul style="list-style-type: none"> • Vitamin-B12-Mangel • Ernährung bei Diabetes (Die Ernährungsdocs)
Naturheilkunde	Michalsen: Heilen mit der Kraft der Natur	Michalsen: Fasten als Impuls der Selbstheilung	
Stuhlgang / Verdauungssystem	Enteropathie (Magen-Darm-Erkrankungen – Verdauungsschwäche)	Darm mit Charme	Chaudhary: Wie neugeboren mit Ayurveda
Schlafen	Schmincke		
Bewegung	Selbst aktiv werden - Bewegung	Michalsen: Stillstand macht krank	Sensomotorische Übungen
Ergo- / Physiotherapie	Akupressur für jedermann	Akupunktur	
Immunsystem / Infekte	Schmincke: Umgang mit Infekten	Friedl: Das Gesetz der Balance	
Hilfsmittel	Schmincke		
Weitere Bücher	Zifko: Polyneuropathie		