

Naturheilverfahren

Viele Naturheilverfahren können ohne Therapeut angewendet werden. Andere wiederum erfordern unbedingt fachmännische Unterstützung, wie z. B. die Eigenbluttherapie oder die Blutegeltherapie. Naturheilverfahren können - abhängig von den Beschwerden - allein für sich zur Anwendung kommen oder aber mit schulmedizinischen Massnahmen kombiniert werden. Ein Teil der vorgestellten Naturheilverfahren kann auch rein vorbeugend eingesetzt werden, z. B. das Ölziehen.

Autor: Zentrum der Gesundheit

Aktualisiert: 13. September 2019

Stand: 17. October 2019

Naturheilverfahren und Schulmedizin - Der Unterschied

Naturheilverfahren unterscheiden sich nicht nur in der Art, sondern auch im Wirkmechanismus stark von schulmedizinischen Therapien.

Die Naturheilkunde sieht Krankheit - welche es auch immer sein mag - als ein verlorenes Gleichgewicht an, das durch die eingesetzten Naturheilverfahren wieder hergestellt werden muss.

Die Schulmedizin hingegen schaut sich die einzelnen Symptome an, gibt ihnen einen Namen (Diagnose) und unternimmt nun alles, um die Symptome zum Verschwinden zu bringen. Da es sich hier meist um ausschliesslich unterdrückende Massnahmen handelt, die zudem noch häufig mit Nebenwirkungen einhergehen, wartet man auf wirkliche Heilung oft vergeblich.

Naturheilverfahren heilen durch Stimulierung der Selbstheilkräfte

Während die herkömmliche Medizin also Symptome bekämpft, konzentrieren sich die Naturheilverfahren darauf, das körpereigene Immunsystem so zu stärken, dass der Organismus dank seiner eigenen Selbstheilkräfte sein verlorengangenes Gleichgewicht wieder finden kann und auf diese Weise tatsächliche Heilung erfahren kann.

Nichtsdestotrotz können die Naturheilverfahren problemlos zur Ergänzung der klassischen Medizin herangezogen werden. Sie verstärken die Wirkung der Schulmedizin und mildern ihre möglichen Nebenwirkungen.

Naturheilverfahren gezielt auswählen

Man wählt die für sich passenden Naturheilverfahren abhängig von den Beschwerden ganz gezielt aus. So ist beispielsweise die Osteopathie hervorragend dazu geeignet, Beschwerden am Bewegungsapparat, aber auch der inneren Organe (z. B. Verdauungssystem) zu beheben.

Die Dorntherapie ist auf Beschwerden spezialisiert, die aus einer Verschiebung der Wirbel resultieren können und die Lymphdrainage - die auch in der Schulmedizin zur Anwendung kommt - hilft dabei, überschüssiges Wasser aus dem Körper zu entfernen.

Viele andere Naturheilverfahren können völlig unspezifisch, also bei jeder Krankheit zum Einsatz kommen, wie z. B. die Homoöopathie und die Phytotherapie.

Naturheilverfahren wirken oft auch auf der seelischen Ebene

Meist kombiniert man überdies mehrere Naturheilverfahren miteinander, um dem Organismus die nötige Stimulierung der Selbstheilkräfte auf verschiedenen Ebenen angedeihen zu lassen.

Naturheilverfahren wirken daher oft nicht nur auf der körperlichen, sondern auch auf der seelischen Ebene. Denn Krankheit - ganz gleich, um welche es sich handelt - hat immer auch einen seelischen Bezug.

Wir haben eine Auswahl der beliebtesten Naturheilverfahren für Sie zusammengestellt:

- [Atemtherapie](#)
- [Ätherische Öle](#)
- [Bach Blütentherapie](#)
- [Blutegeltherapie](#)

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker.



Link zum Artikel

<https://zdg.de/naturheilverfahren.html>