

Naturheilkundlicher Newsletter der Habichtswald-Klinik Kassel
ISSN 1611-3624

Ausgabe Februar 2011

Quizfrage:

Wer war Nikolai Dmitrijewitsch Kondratjew?

- a) ein sowjetischer Eishockeyspieler
- b) ein weißrussischer Mikrobiologe
- c) ein russischer Wirtschaftswissenschaftler
- d) ein ukrainischer Schachspieler

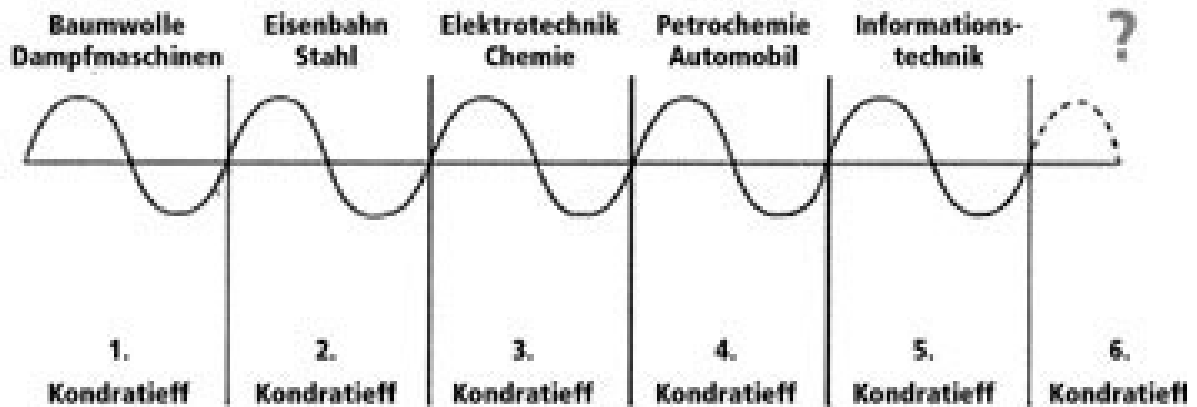
Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Patienten und Freunde der Habichtswald-Klinik,

hier erscheint nun der 98. naturheilkundliche Newsletter der Inneren Abteilung der Habichtswald-Klinik. Ich möchte Ihnen kurz und bündig kleine, leicht umsetzbare Tipps aus der Naturheilkunde an die Hand geben. Nicht immer wird der Tipp für Sie zutreffen, aber vielleicht kennen Sie jemanden in Ihrer Umgebung, für den gerade dieser Tipp die Lösung seines Problems darstellen kann.

Ich habe die Tipps nach bestem Wissen und Gewissen verfasst. Ihre Umsetzung ist in der Regel nebenwirkungsarm. Trotzdem kann jemand auch auf die harmloseste Pflanze eine allergische Reaktion entwickeln – um nur ein Beispiel zu nennen. Mit den Tipps können leichte bis mäßige Gesundheitsstörungen oft erstaunlich gut behandelt werden. Bei stärkeren Beschwerden oder bei einer Verschlechterung sollten Sie jedoch nicht zu lange zögern, zum Arzt zu gehen.

Thema: Die Kondratjew-Zyklen

Nikolai Kondratjew (teilweise auch Kondratieff geschrieben), geb. 1892, gest. 1938, war ein russischer Wirtschaftswissenschaftler. Er setzte sich im Zarenreich für mehr Demokratie ein und wurde mehrfach inhaftiert. Im Jahre 1920 gründete er in Moskau das Konjunkturinstitut, welches mit der Ausarbeitung des ersten 5-Jahresplanes beauftragt wurde. Er machte sich für marktwirtschaftliche Aspekte stark, weswegen sein Institut aufgelöst wurde, weil die sowjetische Politik sich mehr und mehr planwirtschaftlich orientierte. Im Jahre 1926 entwickelte er seine Theorie der langen Wellen. In etwa 50 Jahre dauernden Zyklen würden danach wegweisende Basisinnovationen die wirtschaftliche Entwicklung nachhaltig beeinflussen, bevor der nächste Zyklus einsetzt. Diese Zyklen sind heute als Kondratjew-Zyklen bekannt und nicht ganz unumstritten. Nach seinem zyklischen Modell sagte er voraus, dass gegen Ende der 1920er Jahre eine Abschwungphase einsetzen würde, was sich mit der Weltwirtschaftskrise auch bestätigte. Da er jedoch einen neuen Aufschwung und damit die Regeneration des Kapitalismus erwartete, geriet er in zunehmenden Widerspruch zur Parteilinie. 1930 wurde er daher zu einer Gefängnisstrafe mit Einzelhaft verurteilt. Im Rahmen der „großen Säuberung“ unter Stalin wurde er 1938 zum Tode verurteilt und hingerichtet. 1987 wurde er – noch von der Sowjetunion - rehabilitiert.



Die bisherigen 5 Kondratjew-Zyklen

Was hat das denn das nun mit Medizin oder gar mit Naturheilkunde zu tun?

Nach der Theorie der Kondratjew-Zyklen befinden wir uns zurzeit im 5. Kondratjew, der von der Informationstechnologie geprägt ist. Der 6. Kondratjew steht also an und die Wirtschaftsforscher diskutieren darüber, welches der Motor dieses Zyklus sein wird. Leo Nefiodow war einer der ersten, der Prognosen aus dem Verlauf der vergangenen Zyklen wagte.

Über den zeitlichen Verlauf der bisherigen Kondratjews besteht weitgehende Einigkeit:

1. Zyklus (ca. 1780–1850): Frühe Mechanisierung, Dampfmaschinen-Kondratjew, Industrialisierung
2. Zyklus (ca. 1840–1890): Zweite industrielle Revolution, Eisenbahn-Kondratjew, Gründerzeit
3. Zyklus (ca. 1890–1940): Chemie- und Elektrotechnik-Kondratjew
4. Zyklus (ca. 1940–1990): Automatisierungs-Kondratjew (Schaltkreise, Auto, Kernenergie)
5. Zyklus (ab 1990): Globalisierung, Informations- und Kommunikations-Kondratjew

Doch was wird den 6. Kondratjew prägen? Kandidaten dafür sind die Biotechnologie (Gentechnik), die Nanotechnologie, die Kernfusion (wenn sie denn realisiert werden kann) oder auch die regenerativen Energien (Wind, Solar, Energieeffizienz). Als heißer Kandidat ist aber auch das Thema „Gesundheit“ im Rennen. Dabei ist aber noch nicht entschieden, ob die technologische Medizin mit neuen hochwertigen Techniken (z.B. MRT, siehe Kommentar weiter unten, Pharmakologie mit Gentechnik und Nanotechnologie) oder eher eine „ganzheitliche Medizin“ mit Förderung der psychosozialen Gesundheit und Kompetenz das Rennen machen wird.

Steht ein Paradigmenwechsel bevor?

Wenn man davon ausgeht, dass das Ende eines Zyklus immer durch eine Depression, einen krisenhaften Verlauf eingeleitet wird, spricht vieles dafür, dass die moderne technische Medizin schon wegen ihrer zunehmenden Unbezahlbarkeit abgewirtschaftet hat. Wenn Geräte mehrere Millionen Euro kosten, werden die Besitzer (Ärzte, Kliniken) zu einer Überdiagnostik neigen, um diese Geräte zu amortisieren und hohe Profite zu erwirtschaften. Wenn eine Therapie mit neuen Medikamenten gegen Krebs, Autoimmunkrankheiten (z. B. Rheuma) oder Infektionen (z. B. Hepatitis) leicht einen fünfstelligen Betrag im Jahr erreicht, dann werden die Hersteller alle Hebel in Bewegung setzen (Kongresse, Publikationen, mehr oder weniger legale Beeinflussungen von Meinungsbildnern), um diese hoch profitablen Medikamenten an und in den Patienten zu bekommen.

Dieselbe Gier, die mit der Bankenkrise das Wirtschaftssystem an den Rand des Abgrunds gebracht hat, kann man bei klarem Blick auch in der Medizin erkennen. Aufgrund der Gier einzelner Akteure (bestimmte Pharmaunternehmen mit sehr teuren Präparaten, Hersteller neuer sehr teurer Geräte, bestimmte Anwender dieser Geräte sowie einige wenige Klinikkonzerne, die den stationären und zunehmend auch den ambulanten Markt (MVZs) unter sich aufteilen) ist auch das Gesundheitssystem gerade dabei, an die Wand zu fahren, weil es in dieser Form nicht mehr finanzierbar sein wird. Die Akteure, die mit großem Einsatz und teilweise altruistisch das System am Laufen gehalten haben, kehren diesem mehr und mehr den Rücken. Oder warum verlassen jährlich mehrere Tausend Ärzte Deutschland und warum können Landarztpraxen praktisch kaum noch besetzt werden?

Wie ein solcher 6. Kondratjew aussehen könnte und welche Umdenkprozesse dafür in die Wege geleitet werden müssten, davon werde ich in einem der nächsten Newsletter berichten. Nur so viel: Die Naturheilkunde – wenn sie wirklich ganzheitlich verstanden wird – enthält bereits viele Elemente dessen, was wir für einen Paradigmenwechsel benötigen.

aufgeschnappt und kommentiert – aufgeschnappt und kommentiert

Deutschland MRT-Weltmeister

berichtet das Deutsche Ärzteblatt in seiner Ausgabe 6 vom 11.2.2011, S. B193. Danach haben im Jahre 2009 7,2% oder 5,89 Millionen Personen mindestens eine MRT (Magnetresonanztomographie) erhalten. Damit liegt Deutschland international an der Spitze. Der Vorstandsvorsitzende der GKV (gesetzlichen Krankenversicherung) Barmer-GEK Rolf-Ulrich Schlenker kommentierte dazu: „Unsere Versicherten profitieren vom medizinischen Fortschritt, und das Solidarsystem der gesetzlichen Krankenversicherung zeigt seine Leistungsfähigkeit.“

Dr. med. Quintus Querulantius merkt hinzu an: Wie bitte? Die internationale Fachliteratur beklagt, dass bildgebende Verfahren wie Röntgen, CT und MRT viel zu oft angefordert werden. Die entscheidenden Informationen kann man mit einer genauen Anamnese und einer guten körperlichen Untersuchung meist genauso gut erhalten. Oft ist ihre Aussagekraft äußerst begrenzt. Meist ergeben sich auch gar keine therapeutischen Konsequenzen. Nicht selten werden hingegen pathologische, aber unbedeutende Zufallsbefunde erhoben, die dann eine weitere (teure und belastende) Diagnostik nach sich ziehen. Diese Verfahren sind zweifellos wichtig und wertvoll, sollten aber speziellen Fragestellungen vorbehalten bleiben, die anders nicht beantwortet werden können und dann auch wirklich therapeutische Konsequenzen daraus folgen. Mehr als 3% der gesamten Kosten im ärztlichen ambulanten Bereich entfallen allein auf CTs und MRTs. Aber der Vorsitzende einer GKV ist auch noch stolz darauf, dass Milliarden Euro von den Solidarbeiträgen zum Fenster hinausgeworfen werden. Da brauchen wir uns nicht zu wundern, wenn die Kassenbeiträge bei schlechter werdender Versorgung immer weiter steigen. Vom Technologiewahn besessene Kassenfunktionäre stecken die Gelder der Versicherten offensichtlich immer noch lieber in moderne teure Diagnostik- und Therapieverfahren als in Beratungen und Behandlungen, die dem Patienten bei vertretbaren Kosten oft weit mehr Nutzen bringen.

Dr. med. Quintus Querulantius kann sich heute auch nicht aus der Politik heraushalten: Der aalglatte Prinz Charming der deutschen Politik, der bisher bei allen Problemen die Verantwortung auf andere abwälzen konnte, scheint nun doch angreifbar geworden zu sein. Wer seitenweise in seiner Dissertation fremde Quellen benutzt, ohne diese anzugeben, dem wird man auch politisch nicht mehr alles glauben können. Wenn die Uni Bayreuth ihn nach denselben Kriterien wie jeden anderen Doktoranden beurteilen sollte, wäre der Entzug der Promotionswürde die einzig richtige Konsequenz. Was wird dann aus einer möglichen zukünftigen Kanzlerschaft, für die der blaublütige Kriegsminister (von Verteidigung kann man am Hindukusch ja nun wirklich nicht mehr sprechen) ein aussichtsreicher Kandidat war?

Na ja, die kann er wohl abschreiben...

Noch einer? Was ist schlimmer als ein desertierender Soldat? Ganz einfach: Ein dissertierender Verteidigungsminister.

In diesem Monat ist doch Fasching, da geht noch einer: Was wird der Freiherr nach seiner Politikerkarriere? Ganz klar: Buchhalter – er kennt sich ja schließlich aus mit Abschreibungen.

aufgeschnappt und kommentiert – aufgeschnappt und kommentiert

Auflösung der Quizfrage:

Nach dem Lesen des Beitrages kennen Sie natürlich die Antwort, nämlich c), der russische Wirtschaftswissenschaftler.

Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit

Dr. Volker Schmiedel
Chefarzt der Inneren Abteilung
FA für Physikalische und Rehabilitative Medizin
Naturheilverfahren, Homöopathie
Dozent für Biologische Medizin (Univ. Mailand)

Zur Klärung weiterer medizinischer Fragen und Behandlungs- bzw. Therapiemöglichkeiten stehe ich Ihnen im persönlichen Gespräch gerne zur Verfügung. Bitte vereinbaren Sie zuvor einen Termin in der naturkundlichen Privatambulanz.

Alle notwendigen Laboruntersuchungen können in der Inneren Abteilung der Habichtswald-Klinik oder der Naturheilkundlichen Privatambulanz durchgeführt werden.

Informationen über das Therapieangebot der Inneren Abteilung:

http://www.habichtswaldklinik.de/Die_Abteilung_Innere_Medizin.html

Informationen über ambulante Diagnostik und Therapie:

http://www.habichtswaldklinik.de/Naturheilk_Ambulanz.html

Hier finden Sie weitere Gesundheitstipps:

<http://www.gesundheitstipps.wicker-kliniken.de/>

Die aktuellen und archivierten Naturheilkundlichen Newsletter finden Sie hier:

http://www.habichtswaldklinik.de/Naturheilkundlicher_Newsletter.html

Vorträge von Herrn Dr. Schmiedel im März 2011:

Donnerstag 16.00-17.30 Uhr im Hörsaal „Parkblick“

03.03.2011 *„Diabetes mellitus Typ 2 – Heilung ist doch möglich“*

10.03.2011 *„Wenn die Knochen schwinden – schulmedizinische und naturheilkundliche Behandlung der Osteoporose“*

31.03.2011 *„Verdauung – 99 verblüffende Tatsachen“*

Vorträge der Inneren Abteilung im März 2011:

Freitag 11.00-11.30 Uhr im Hörsaal „Parkblick“

Achtung Raumänderung:

04.03.2011 *„Aquarell – eine Maltechnik zur Entdeckung eigener kreativer Möglichkeiten“*
Referentin: Frau Marina Lange
Kreativraum Erdgeschoss Alte Villa

11.03.2011 *„Vitalstoffe – schädliche Abzockerei oder sinnvolle Nahrungsergänzung?“*
Referent: Herr Dr. Volker Schmiedel

18.03.2011 *„Progressive Muskelentspannung nach Jacobson“*
Referentin: Frau Nelli Bukmaier

25.03.2010 *„Visualisierung – die Bedeutung der Vorstellungskraft für Gesundheit, Entspannung und Wohlbefinden“*
Referentin: Frau Anna Wilpert

Sind Sie an einem Aufenthalt auf der Inneren Abteilung unseres Hauses interessiert, Ihre Krankenkasse übernimmt dafür aber nicht die Kosten? Dann sind unsere preisgünstigen Programme für Selbstzahler vielleicht das Richtige für Sie:

Sie möchten wieder fit und vital für den Alltag werden?

Suchen Sie die besondere Kombination von medizinischer Behandlung, sportiver Bewegung und wohltuender Entspannung? Dann sind unsere Programme genau das Richtige für Sie. Sie werden von engagierten und motivierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im Rahmen einer von positiver und erholsamer Ausstrahlung geprägten Hotelatmosphäre unseres Hauses betreut.

Sie wohnen direkt am größten Bergpark Europas und werden zu schönen Spaziergängen inspiriert.

Genießen Sie die Besuche der zu uns gehörenden Kurhessen-Therme mit Solethermalbad, Sauna- und Solarlandschaft. Die Therme ist durch einen Lichttunnel direkt mit unserem Haus verbunden.

Sie erhalten kein Pauschalpaket, sondern ein individuell gestaltetes Therapieprogramm im Rahmen unseres ganzheitlichen Therapiekonzeptes, das heißt:

- kompetente medizinische Betreuung (Naturheilverfahren wie z. B. Phytotherapie, orthomolekulare Therapie, Homöopathie, Neuraltherapie, Akupunktur)
- aktivierende Gymnastik
- wohltuende Massagen
- entspannende Verfahren wie Autogenes Training, progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Tai Chi, Yoga
- belebende Wasseranwendungen
- funktionelles Fitnessstraining
- 5 x wöchentlich Besuch der Kurhessen Therme (außer an Sonn- und Feiertagen)

Wir bieten Ihnen darüber hinaus weitere naturheilkundliche und schulmedizinische Leistungen an. Sie leiden an

- Burnout
- Bauchbeschwerden
- Herzinsuffizienz
- Herzrhythmusstörungen
- Koronarer Herzkrankheit (KHK)

und suchen eine Alternative bzw. Ergänzung zu Ihrer bisherigen Behandlung oder möchten eine zweite ärztliche Meinung einholen?

Wir bieten Ihnen auf der Inneren Abteilung eine gezielte Diagnostik, Ernährungsberatung, individuelle Diätformen und Nahrungsergänzungstherapie.

Burnout

im Rahmen des Programmes „Gesund, vital und fit für den Alltag“

Sie fühlen sich überfordert? Sie haben keine Energie mehr? Tätigkeiten, die Ihnen früher leicht von der Hand gingen, fallen Ihnen schwer?

Vielleicht liegt dann bei Ihnen ein Burnout vor. Mittlerweile gibt es viele Burnout- Ratgeber auf dem Buchmarkt.

Psychologen, Lebensberater und Coaches nehmen sich dieses Problems an und können wertvolle Tipps geben bezüglich Lebenseinstellung, Arbeitsverhalten oder Zeitmanagement.

Wenig beachtet wird jedoch, dass zahlreiche Krankheiten (z. B. Blutarmut, Schilddrüsenunterfunktion) zur Erschöpfung maßgeblich beitragen können. Noch weniger bekannt ist, dass ein Mangel an bestimmten Vitalstoffen (z. B. Magnesium, Kalium, Q10, DHEA, Ferritin, Zink) zu verminderter körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit führen kann.

Genussmittel (selbst in moderatem Maße) können unter Umständen ein Burnout verstärken.

Die oben erwähnten Spezialuntersuchungen kosten normalerweise ca. 100,00 Euro und sind bei uns im Preis (siehe „Preise“) enthalten (außer bei dem Programm für 75,00 Euro), wenn Sie einen Aufenthalt von mindestens 7 Tage buchen.

Weitere Naturheilverfahren (z. B. Homöopathie, Aromatherapie) tragen zu Ihrem inneren Gleichgewicht bei.

Das Ergebnis der Spezialblutuntersuchungen liegt nach 7-14 Tagen vor und wird ausführlich mit Ihnen besprochen.

Wenn Sie bereits abgereist sind, erhalten Sie einen detaillierten Befundbericht mit Therapieempfehlungen.

Bei Fragen hierzu können Sie gerne telefonisch mit uns Kontakt aufnehmen.

Lesen Sie auch den Internetartikel von Herrn Dr. Schmiedel

www.erschoepfungszustand.de/burnout-syndrom/

Diagnostik bei Bauchbeschwerden

im Rahmen des Programmes „Gesund, vital und fit für den Alltag“

Auf Wunsch und gegen Aufpreis kann eine Stuhluntersuchung auf Stuhlflora, Verdauungsrückstände, Pankreas-Elastase 1, PMN-Elastase, Alpha 1-Antitrypsin, Gallensäuren, Gluten-Antikörper durchgeführt werden (ca. 185,- Euro).

Das Ergebnis der Stuhluntersuchung liegt nach 7 Tagen vor und wird ausführlich mit Ihnen besprochen.

Wenn Sie bereits abgereist sind, erhalten Sie einen ausführlichen Befundbericht mit Therapieempfehlungen.

Bei Fragen hierzu können Sie gerne telefonisch mit uns Kontakt aufnehmen.

Lesen Sie hierzu auch die Artikel von Herrn Dr. Schmiedel:

www.darm-erkrankungen.de

www.darm-erkrankungen.de/pankreasinsuffizienz/

www.gallen-blase.de

www.reiz-darm-syndrom.de/blaehungen-diagnostik/

Diagnostik bei Herzinsuffizienz

im Rahmen des Programmes „Gesund, vital und fit für den Alltag“

Auf Wunsch und gegen Aufpreis sind eine Echokardiografie (ca. 120,00 Euro) und die Bestimmung von zusätzlichen Parametern im Blut wie NT-pro-BNP, Coenzym Q10, Carnitin und Vitamin D3 (ca. 125,00 Euro) möglich.

Aus neueren Studien ist bekannt, dass diese Werte für die Leistungsfähigkeit des Herzens und die Prognose für den Patienten von großer Bedeutung ist.

Sie haben in die konventionelle kardiologische Diagnostik bisher aber kaum Eingang gefunden.

Das Ergebnis der Spezialblutuntersuchung liegt nach 7-14 Tagen vor und wird ausführlich mit Ihnen besprochen.

Wenn Sie bereits abgereist sind, erhalten Sie einen detaillierten Befundbericht mit Therapieempfehlungen.

Bei Fragen hierzu können Sie gerne telefonisch mit uns Kontakt aufnehmen.

Lesen Sie auch die Internetartikel von Herrn Dr. Schmiedel

www.1herzinsuffizienz.de

www.herz-kreislauf-erkrankungen.de

www.herzrisiko.de

Diagnostik bei Herzrhythmusstörungen

im Rahmen des Programmes „Gesund, vital und fit für den Alltag“

Auf Wunsch und gegen Aufpreis erhalten Sie ein Langzeit-EKG (ca. 42,00 Euro) und die Bestimmung von Fettsäurestatus im Serum sowie Kalium und Magnesium im Vollblut (ca. 65,00 Euro).

Im Fettsäurestatus werden u. a. die für das Herz wichtigen Omega-3-Fettsäuren bestimmt.

Aus großen Studien ist bekannt, dass eine gute Versorgung mit Omega-3-Fettsäuren das Risiko für einen plötzlichen Herztod durch Rhythmusstörungen um 30% - 50% mindert! Ein Kalium- und/oder Magnesiummangel begünstigt das Auftreten von Herzrhythmusstörungen.

Wichtig ist hier allerdings die Bestimmung von Kalium und Magnesium im Vollblut, da die übliche Serumuntersuchung viel zu ungenau ist.

Obwohl diese Zusammenhänge bekannt sind, werden diese Untersuchungen in der konventionellen Kardiologie praktisch nie durchgeführt.

Das Ergebnis der Spezialblutuntersuchung liegt nach 7-14 Tagen vor und wird ausführlich mit Ihnen besprochen.

Wenn Sie bereits abgereist sind, erhalten Sie einen detaillierten Befundbericht mit Therapieempfehlungen.

Bei Fragen hierzu können Sie gerne telefonisch mit uns Kontakt aufnehmen.

Lesen Sie auch die Internetartikel von Herrn Dr. Schmiedel

www.1-herzrhythmusstörungen.de

www.herz-kreislauf-erkrankungen.de

www.herzrisiko.de

Diagnostik bei Koronarer Herzerkrankung (KHK)

im Rahmen des Programmes „Gesund, vital und fit für den Alltag“

Auf Wunsch und gegen Aufpreis erhalten Sie ein Belastungs-EKG (ca. 60,00 Euro), die Bestimmung der kardiovaskulären Risikofaktoren CRP hochsensitiv, Homocystein, Lipoprotein (a), Lipidperoxidation und Fibrinogen im Blut (ca. 115,00 Euro).

Neuere Studien belegen, dass arteriosklerotische Erkrankungen nur zur Hälfte durch klassische Risikofaktoren wie Rauchen, Cholesterin oder Bluthochdruck zu erklären sind. Im Sinne einer ganzheitlichen Therapie bieten wir daher die Bestimmung und die Behandlung neuer Risikofaktoren aus dem Blut an.

Aus dem Belastungs-EKG erhalten wir Informationen über belastungsinduzierten Sauerstoffmangel im Herzen, Belastungsbluthochdruck und Herzrhythmusstörungen. Darüber hinaus wird Ihr Puls für ein individuelles Herz-Kreislauf-Training und eine optimale Fettverbrennung errechnet. Dies geht damit weit über konventionelle kardiologische Empfehlungen hinaus.

Das Ergebnis der Spezialblutuntersuchung liegt nach 7-14 Tagen vor und wird ausführlich mit Ihnen besprochen.

Wenn Sie bereits abgereist sind, erhalten Sie einen detaillierten Befundbericht mit Therapieempfehlungen.

Bei Fragen hierzu können Sie gerne telefonisch mit uns Kontakt aufnehmen.

Lesen Sie auch die Internetartikel von Herrn Dr. Schmiedel

www.herzrisiko.de

www.herz-kreislauf-erkrankungen.de

Heilfasten nach Buchinger

im Rahmen des Programmes „Gesund, vital und fit für den Alltag“

Mit Heilfasten nach Buchinger haben Sie es in Ihrer Hand Übergewicht, Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen, Diabetes und andere Zivilisationskrankheiten in Richtung Heil und Heilung zu beeinflussen.

Wir unterstützen Sie dabei.

Auch bei Erkrankungen wie Asthma, Psoriasis, Rheuma, Arthrose oder Fibromyalgie hat sich ein Heilfasten als sehr hilfreich bewährt.

Die Blutwerte bessern sich oft und das subjektive Wohlbefinden wird durch Reinigung und Entspannung in der Regel positiv beeinflusst.

Die Einnahme von Medikamenten kann meist verringert oder ganz eingestellt werden.

Sie gewinnen während des Heilfastens neue Einsichten über sich selbst in körperlicher sowie seelischer Hinsicht.

Heilfasten ist somit ein außergewöhnliches Erlebnis.

Oft erstaunlich für „Erstfaster“ ist das Fehlen von Hunger.

Nach dem Heilfasten gehen Sie gestärkt zurück ins Alltagsleben und können ggf. eine neue gesündere Lebensweise beginnen.

Die Einführung findet am Montag um 12.30 Uhr statt, d. h. Ihre Anreise sollte bis spätestens 11.30 Uhr erfolgen.

Am Dienstagmorgen entleeren Sie den Darm mit Glaubersalz.

Morgens trinken Sie Kräuter- oder Früchtetee mit Reismalz, mittags wird Ihnen eine warme Gemüsebrühe serviert, abends genießen Sie ein Glas Obst- oder Gemüsesaft.

Alle zwei Tage erfolgt eine Darmreinigung, auf Ihren Wunsch mit der intensiven Kolon-Hydro-Therapie (41,00 Euro).

Sie werden an jedem Wochentag ärztlich begleitet.

Nach (mindestens) fünf Tagen Nahrungskarenz erfolgt das Fastenbrechen und Sie werden langsam wieder an festere Nahrung gewöhnt.

Angenehme Massagen, Dauerduschen, Entspannungsübungen etc. sorgen begleitend für Ihr Wohlbefinden.

Lesen Sie auch den Internetartikel von Herrn Dr. Schmiedel

www.heilfasten-1.de

Preise für Selbstzahler (gesetzlich versichert)

Standard-Programm 115,77 Euro pro Tag

inklusive

- Übernachtung, Besuch der Kurhessen Therme 5 x wö. (außer an Sonn- und Feiertagen)
- Vollverpflegung: vollwertorientierte, vegetarische Kost, Vitalkost oder Ayurveda-Kost (mit Zuzahlung)
- einem ausführlichen ärztlichen Gespräch mit Festlegung der Therapie am Anreisetag sowie weiteren ärztlichen Gesprächen nach Bedarf
- einer Chefarztvisite
- einer Routine-Blutuntersuchung im Hauslabor
- einer Einzelkrankengymnastik pro Woche
- bis zu zwei Dauerduschen pro Woche
- bis zu zwei Massagen pro Woche
- bis zu acht Gruppenbehandlungen (z. B. Gymnastik, Walking) pro Woche
- Gerätetraining
- Teilnahme an Entspannungsverfahren und Meditationen

Classic-Programm 142,77 Euro pro Tag

inklusive

- Übernachtung, Besuch der Kurhessen Therme 5 x wö. (außer an Sonn- und Feiertagen)
- Vollverpflegung: vollwertorientierte, vegetarische Kost, Vitalkost oder Ayurveda-Kost (mit Zuzahlung)
- einem ausführlichen ärztlichen Gespräch mit Festlegung der Therapie am Anreisetag sowie weiteren ärztlichen Gesprächen nach Bedarf
- einer Chefarztvisite
- einer Routine-Blutuntersuchung im Hauslabor
- bis zu zwei Mal Einzelkrankengymnastik oder Kraniosakraltherapie pro Woche
- bis zu drei Dauerduschen pro Woche
- bis zu zwei Massagen oder Akupunktmassagen pro Woche
- bis zu acht Gruppenbehandlungen (z. B. Gymnastik, Walking) pro Woche
- Gerätetraining
- Teilnahme an Entspannungsverfahren und Meditationen
- psychologische Einzelgespräche
- ggf. Kolon-Hydro-Therapie
- ggf. Teilnahme an der therapeutisch geleiteten ganzheitlich orientierten Gruppe
- ggf. Teilnahme an der Kunsttherapie

Premium-Programm 220,77 Euro pro Tag

Zuzüglich zum Classic-Programm wohnen Sie im Komfortzimmer.

Diese Zimmer sind größer oder mit Balkon.

Im Preis enthalten sind außerdem:

- die Telefongrundgebühr
- die Garagengebühr
- ein Fernseher im Zimmer
- eine Tageszeitung nach Wahl
- Ayurveda-Kost auf Wunsch
- ein ärztliches ayurvedisches Beratungsgespräch
- die Taxifahrt ab ICE-Bahnhof Bad Wilhelmshöhe bei An- und Abreise, wenn Sie mit der Deutschen Bahn reisen
- Gepäckservice
- ein Bademantel leihweise

Preise für Selbstzahler (privat versichert und beihilfeberechtigt)

Programm für 75,00 Euro pro Tag (privat Versicherte und Beihilfeberechtigte) inklusive

- Übernachtung und Besuch der Kurhessen Therme 5 x wöchentlich (außer an Sonn- und Feiertagen)
 - Vollverpflegung: vollwertorientierte, vegetarische Kost, Vitalkost oder Ayurveda-Kost (mit Zuzahlung)
 - Persönliche Betreuung durch den Chefarzt der Inneren Abteilung, Herrn Dr. Schmiedel (erkundigen Sie sich bitte vor Ihrem Aufenthalt, ob Herr Dr. Schmiedel im Haus ist)
- Alle ärztlichen, therapeutischen, apparativen Leistungen sowie Laborleistungen werden ambulant (zu den üblichen Sätzen) nach GOÄ gesondert abgerechnet. Herr Dr. Schmiedel stellt eine Verordnung über die physikalischen Anwendungen aus, von der Verwaltung erhalten Sie darüber eine Rechnung.
- Alle Rechnungen können bei der privaten Krankenversicherung und den Beihilfen eingereicht werden (wir übernehmen keine Garantie für die volle Kostenübernahme).

Upgrade Komfortzimmer:

Diese Zimmer sind größer oder mit Balkon.

Im Preis enthalten sind außerdem:

- die Telefongrundgebühr
- ein Fernseher im Zimmer
- ein Bademantel leihweise
- eine Tageszeitung nach Wahl
- Ayurveda-Kost auf Wunsch
- ein ärztliches ayurvedisches Beratungsgespräch
- die Garagengebühr, wenn Sie mit Ihrem PKW fahren
- die Taxifahrt ab ICE-Bahnhof Bad Wilhelmshöhe bei An- und Abreise, wenn Sie mit der Deutschen Bahn reisen
- Gepäckservice

Rabatte für alle Programme:

- **Buchung von 7 Tagen: 1 Tag zuzüglich kostenfrei**
- **Buchung von 14 Tagen: 2 Tage zuzüglich kostenfrei**
- **Buchung von 21 Tagen: 4 Tage zuzüglich kostenfrei**