

Naturheilkundlicher Newsletter der Habichtswald-Klinik Kassel
ISSN 1611-3624

Ausgabe Juli 2003

Thema: Die Gesundheitsreform - ein Schlag gegen die Naturheilkunde

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

hier erscheint nun der siebte 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 vielleicht für Sie zutreffen, aber vielleicht kennen Sie jemanden in Ihrer Umgebung, für den vielleicht 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 z. B. eine allergische Reaktion entwickeln. 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.

Quizfrage:

Mit welchem Nährstoff können Sie sich vor Angriffen von „blutsaugenden Monstern“ (Zecken und andere Insekten) schützen?

- a) Vitamin A
- b) Vitamin B1
- c) Folsäure
- d) Zink

Fatale Auswirkungen der Gesundheitsreform

Aus aktuellem Anlass diesmal kein gesundheitlicher Tipp (oder nur ein kurzer Tipp am Ende), sondern eine Polemik gegen die aktuelle Gesundheitsreform. Nun ist sie also durch! Keine Frage, wir müssen sparen. Die Menschen werden älter, chronische Erkrankungen nehmen zu, immer mehr wirksame und teure Verfahren und Medikamente kommen auf den Markt. Die Schere zwischen den Einnahmen und Ausgaben geht seit Jahren auseinander. Jedem war klar, dass es so nicht weiter gehen konnte und dass schmerzhaftes Einschnitte erfolgen mussten. Wobei nicht alles, worüber man sich jetzt lauthals beklagt, schlecht sein muss. Beispiel: Der Zahnersatz wird nicht mehr von den gesetzlichen Kassen übernommen. Werden in Zukunft Millionen Deutsche mit Zahnlücken und verfaulten Zähnen herum laufen? Schauen wir doch einmal über den deutschen Tellerrand hinaus. In der Schweiz hat die Zahngesundheit entgegen allen Erwartungen nicht abgenommen, seitdem der Zahnersatz aus der gesetzlichen Kostenübernahme heraus genommen wurde. Im Gegenteil, die Schweizer haben bessere Zähne als je zuvor. Wenn ich für etwas selbst verantwortlich bin - und das heißt in westlichen Gesellschaften: ich muss dafür bezahlen -, dann kümmere ich mich auch mehr darum. Traurig, aber wahr: Unser Verhalten wird mehr über den Geldbeutel als über die Vernunft bestimmt.

Ich möchte jetzt nicht alle Punkte der Gesundheitsreform kommentieren, sondern mir einen speziellen Aspekt heraus greifen, den ich wirklich kritisiere: In Zukunft sollen - bis auf wenige Ausnahmen - nur noch solche Medikamente zu Lasten der gesetzlichen Krankenversicherung verordnet werden dürfen, die verschreibungspflichtig sind. Also nur noch Arzneimittel, die besonders stark, besonders wirksam (und besonders teuer) sind, sollen erstattet werden. Für „Mittelchen“, die nur bei leichten Befindensstörungen eingesetzt werden, soll selbst bezahlt werden. „Pülverchen“ und „Tinkturen“, bei denen umstritten ist, ob sie wohl überhaupt wirken, sollen auch nicht mehr erstattet werden. Davon erhoffen sich die Gesundheitspolitiker einen Teil der finanziellen Rettung unseres angeschlagenen Gesundheitssystems.

Klingt eigentlich ganz gut. Nur: Im Sinne eines vorausseilenden Gehorsams haben viele Kassenärzte bereits in den letzten Jahren die Verordnungen von pflanzlichen und anderen naturheilkundlichen Mitteln drastisch zurück gefahren. Hier ist fast kein Sparpotential mehr vorhanden. Und viel wichtiger: Mittel, die verschreibungspflichtig sind, müssen nicht wirksamer sein. Sie sind aber auf jeden Fall nebenwirkungsreicher. Darum bedürfen sie ja einer besonderen Therapiekontrolle durch den Verordner.

Beispiele:

O Die Wirksamkeit von Kalzium und Vitamin D in der Vorbeugung und Behandlung der Osteoporose steht außer Frage und wird in jedem Orthopädielehrbuch an erster Stelle empfohlen. Die Therapie mit hoch dosierten Fluorpräparaten führt zu einer hohen Knochendichte, ist aber umstritten, da der Knochen hierunter spröder wird und zumindest nach mehrjähriger Gabe die Frakturrate möglicherweise sogar ansteigt. Fluor bleibt weiter verschreibungspflichtig und erstattungsfähig. Kalzium und Vitamin D hingegen (bis auf wenige hoch dosierte Vitamin D-Präparate) fliegen raus. Verstehe das, wer will. Tipp: Kalziumpräparate und Kalzium-Vitamin D-Kombinationen sind nicht rezeptpflichtig. Einige Vitamin D-Präparate mit Dosierungen von 1000 IE oder mehr sind rezeptpflichtig und daher nach wie vor erstattungsfähig (z.B. Vigantol Oel, Ospan D3).

O Bei schweren Wechseljahrsbeschwerden helfen Hormonpräparate. Nach den letzten Studien, die eine Steigerung der Rate an bestimmten Krebsen, Thrombosen, Herzinfarkten und Schlaganfällen unter Hormonersatztherapie ergaben, wird von den offiziellen Gesellschaften zur Vorsicht geraten: Wenn überhaupt Hormonersatztherapie, dann so kurz wie möglich, da mit jedem Jahr Therapie das Risiko steigt. Pflanzliche Präparate aus der Traubensilberkerze (z.B. Remifemin, Chimisan) sind - nach meiner Erfahrung und nach klinischen Studien - ähnlich wirksam, was die klimakterischen Beschwerden angeht, aber weit weniger nebenwirkungsbehaftet (die Vermutung, es läge eine östrogenartige Wirkung vor, die dann auch Tumoren bedingen könne, konnte mittlerweile widerlegt werden). Diese Mittel sind daher rezeptfrei - und werden deshalb in Zukunft von der GKV nicht mehr bezahlt. Tolle Logik!

Was passieren wird:

O Viele Patienten sind nicht bereit, selbst Kosten zu tragen - teilweise, weil sie es aus finanziellen Gründen wirklich nicht können, teilweise, weil das Bewusstsein, Selbstverantwortung zu tragen (auch finanzielle), immer noch recht gering ausgeprägt ist. So werden vermutlich viele Patienten von nebenwirkungsarmen, rezeptfreien auf nebenwirkungsreichere, aber rezeptpflichtige Medikamente umschwenken. Es erübrigt sich zu sagen, dass diese Medikamente nicht nur nebenwirkungsreicher sind, was zu vermehrten Kosten wegen der Behandlung eben dieser Nebenwirkungen führen wird, sondern dass sie in der Regel auch viel teurer sind. Von Einsparung kann keine Rede sein - im Gegenteil.

O Zahlreiche Pharmafirmen des Mittelstandes, die sich auf naturheilkundliche, pflanzliche und orthomolekulare Präparate spezialisiert haben, werden den Rückgang des Verbrauchs ihrer Medikamente nicht überleben. Dabei gehen nicht nur viele Medikamente des naturheilkundlichen Arzneimittelschatzes verloren, sondern auch etliche Arbeitsplätze. Da der Mittelstand in der Regel relativ zum Umsatz mehr Mitarbeiter beschäftigt als große Pharmafirmen, werden hier mehr Arbeitsplätze vernichtet werden als gleichzeitig bei großen Pharmafirmen trotz vermutlich gesteigerter Umsätze entstehen werden. Darunter werden dann natürlich auch die Krankenkasseneinnahmen leiden.

O Die Produktion nebenwirkungsarmer rezeptfreier Arzneimittel wird also quasi bestraft. Pharmafirmen müssen in Zukunft sogar darauf achten, dass die Medikamente nicht zu nebenwirkungsarm werden, weil sonst die Rezeptfreiheit „droht“. Ist es das, was unsere Gesundheitspolitiker und -funktionäre wollten?

Manchmal kann ich mich des Eindruckes nicht erwehren, dass sich die Entscheidungsträger keine Gedanken darüber machen, welche Konsequenzen ihre Entscheidungen letztendlich haben. Werden denn gar keine Zukunftsszenarien entworfen? Jede Joghurtfirma betreibt heute große Studien, ob sich der Joghurt in einer blauen oder einer grünen Packung besser verkauft. Politiker scheinen jedoch überhaupt nicht darüber zu reflektieren, welche Mechanismen sie in Gang setzen - einige sind oben aufgeführt.

Experten, die dies könnten, werden nicht befragt. Experten, die gefragt werden, sind: Universitätsprofessoren, die zwar hervorragend wissenschaftlich arbeiten können, aber wenig direkt am Patienten tätig sind bzw. fast nur noch seltene Krankheiten sehen oder Komplikationen behandeln, aber fast nichts über die Sorgen und Nöte eines „normalen“ Blutdruck- oder Zuckerkranken wissen. Ärztefunktionäre, die seit Jahren keinen Patienten mehr angefasst haben. Krankenkassenfunktionäre, die es erfolgreich geschafft haben, ihren gewaltigen Verwaltungsapparat, der zudem noch höhere jährliche Steigerungsraten aufweist, als die meisten anderen Kostenstellen im Gesundheitswesen, aus der Diskussion heraus zu halten.

Die „wahren Experten“ des Gesundheitssystems sind doch die Mütter, die ihre Familie gut ernähren wollen, die ihre Kinder mit natürlichen Medikamenten behandelt wissen wollen, die Oma, die am eigenen Leibe spürt, was es bedeutet, wenn sie Mittel, die ihr jahrelange gute Dienste geleistet haben, nicht mehr erstattet bekommt, und der Hausarzt an der Basis, der nicht mehr die Medizin durchführen darf, die er gerne praktizieren möchte, weil ihm dann die Krankenkasse bzw. die Kassenärztliche Vereinigung ans eigene Portemonnaie geht. All diese Expertenmeinungen scheinen in der Diskussion jedoch unerwünscht zu sein. Das Fatale ist: Man könnte mit einer Gesundheitsreform, die diesen Namen wirklich verdient, Anreize für eine wirklich menschliche, nebenwirkungsarme und effiziente Medizin setzen. Diese Chance wurde jedoch wieder einmal vertan - jedenfalls was die Arzneimittel angeht.

Wer auch zukünftig eine naturheilkundliche Behandlung bevorzugt und nicht privat versichert ist, wird die Kosten hierfür also weitestgehend selbst begleichen müssen. Ein Schwerpunkt wird daher sicher die Vorbeugung durch eine gesunde Lebensweise und die naturheilkundliche Selbstbehandlung einnehmen.

In den folgenden Büchern können Sie umfassende Informationen zur Naturheilkunde erhalten:

Matthias Augustin/Volker Schmiedel: Leitfaden Naturheilkunde, Urban & Fischer, 1158 Seiten, €59,95; der Klassiker der Naturheilkunde (nur für den naturheilkundlichen Therapeuten geeignet).

Volker Schmiedel: Handbuch Naturheilkunde, Karl F. Haug-Verlag, 718 Seiten, €32,95. Die „Übersetzung“ des „Leitfadens“ für den Laien; enthält alles, was der Laie über Naturheilkunde wissen sollte und zahlreiche praktische Tipps zur Selbstbehandlung

Volker Schmiedel: Naturheilkunde kurz und bündig, Karl F. Haug-Verlag, 151 Seiten, €12,95. Die Kurzfassung des „Handbuches“ mit schnellen Infos für den eiligen Leser

Ihr Dr. Volker Schmiedel

Vorträge der Inneren Abteilung für den Monat August 2003:

Donnerstag 16.00-17.30 Uhr im Hörsaal „Parkblick“, Referent: Herr Dr. Volker Schmiedel

07.08.03 Cholesterin, Mythos und Wirklichkeit einer Stoffwechselstörung

Freitag 11.00-11.30 Uhr im Landgraf-Karl-Saal

01.08.03 Stress und Stressbewältigung

Referentin: Frau Nelli Bukmaier

08.08.03 Was Sie schon immer über Übergewicht wissen wollten, bisher aber nie zu fragen wagten

Referent: Herr Dr. Volker Schmiedel

15.08.03 Wie atme ich richtig?

Referentin: Frau Marlene Ditz

22.08.03 Welche Entspannungsmethode ist die Richtige für mich?

Referentin: Frau Marlene Ditz

29.08.03 entfällt

Wenn Sie einen Termin für unsere naturheilkundliche Privatambulanz wünschen, so vereinbaren Sie diesen bitte mit Frau Böttger:

boettger@habichtswaldklinik-ayurveda.de oder Tel. 0561-3108-102

Haben Sie medizinische Fragen zu einer ambulanten oder stationären Diagnostik oder Therapie, so wenden Sie sich bitte persönlich an mich:

schmiedel@habichtswaldklinik-ayurveda.de oder Tel. 0561-3108-101

Wegen formaler oder kassentechnischer Fragen zu einer stationären Aufnahme, kontaktieren Sie bitte Frau Sotzek:

sotzek@habichtswaldklinik-ayurveda.de oder Tel. 0561-3108-622

Kennen Sie andere naturheilkundlich Interessierte, für die dieser Newsletter in Frage kommt? Geben Sie diesen doch unsere E-Mail, bei der der Newsletter kostenlos abonniert werden kann oder teilen Sie uns einfach deren e-mail-Adresse mit:

boettger@habichtswaldklinik-ayurveda.de

Weitere interessante Internet-Adressen, in die Sie einmal hineinschauen sollten:

<http://www.habichtswaldklinik-ayurveda.de/de/innere.htm>
(Informationen über das Therapieangebot der Inneren Abteilung)

<http://www.habichtswaldklinik-ayurveda.de/aktuell/index.htm>
(Hier finden Sie weitere Gesundheitstipps und ältere Newsletter.)

<http://www.wicker-kliniken.de/>
(Hier finden Sie Informationen über die Kliniken des Wicker-Verbundes.)

Wenn Sie diesen Newsletter abbestellen wollen, so schicken Sie eine kurze E-Mail an:
boettger@habichtswaldklinik-ayurveda.de

Auflösung der Quizfrage:

Vitamin A ist u.a. wichtig für Haut und Schleimhäute, auch für das Sehen und das Immunsystem.

Folsäure ist u.a. wichtig für die Frühschwangerschaft (Vermeidung von bestimmten kindlichen Missbildungen) sowie zur Blutbildung.

Zink ist u.a. wichtig für das Immunsystem und die Wundheilung.

Richtig ist aber b) Vitamin B1! In orthomolekularen Lehrbüchern habe ich es zwar noch nicht gelesen, aber es gilt als Geheimtipp z. B. unter Förstern und Jägern, dass mit einer hohen Zufuhr von B1 die Bissrate von Blutsaugern geringer sein soll. Studien gibt es hierzu meines Wissens noch keine. Den Insekten ist möglicherweise der Geruch des Vitamin B1-haltigen Blutes unangenehm. Wenn Sie hohe Dosen B1 nehmen, so werden Sie nach kurzer Zeit merken, dass sich der Geruch Ihres Urins verändert. Therapiebeispiel: B1-ASmedic 100, zu Beginn der „Saison“ (Wald- und Gartenarbeit, Urlaubsreise etc.) einige Tage lang eine Tablette täglich, später reicht eine halbe Tablette aus. Wenn Sie die 100er Packung kaufen, so haben Sie damit Therapiekosten von 6 Cent am Tag bei Einnahme einer halben Tablette. Achtung: In Einzelfällen kann es zu Überempfindlichkeitsreaktionen (z.B. Schweißausbrüche, schnelles Herzschiagen, Hautreaktionen mit Juckreiz und Pusteln) kommen. Ich kann auch keine hundertprozentige Garantie dafür abgeben, dass Sie überhaupt nicht mehr gestochen werden. Wenn Sie damit aber nur die Hälfte aller Bisse und anschließender juckender Hautstellen vermeiden können, dann hat es sich schon gelohnt. Wenn Sie damit den entscheidenden Zeckenbiss vermeiden könnten, der zur Borreliose führen würde, ist der Gewinn gar nicht abzuschätzen. Probieren Sie es aus!