

Ausgabe August 2003

Thema: Operationen – was kann ich zusätzlich naturheilkundlich tun?

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

hier erscheint nun der achte 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 z. B. auch auf die harmloseste Pflanze 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:

Wie viele Operationen wegen Schenkelhalsfrakturen gibt es in Deutschland jährlich?

- a) 21.250
- b) 42.500
- c) 85.000
- d) 170.000

Wenn sich eine Operation nicht vermeiden lässt, so können Sie diese immerhin unterstützend in der Vorbereitung und Nachsorge naturheilkundlich begleiten. Hier folgen einige Tipps, die Sie selbst rasch umsetzen können:

O Vorsorglich sollten Sie einige Tage vor der geplanten Operation mit der Einnahme von Vitamin C (3 x 1/4 TL) und Zink (15 bis 25 mg) täglich beginnen. Beide Nährstoffe unterstützen das Immunsystem und die Wundheilung. Sie sollten die Therapie nach der Operation fortfahren bis die Wunden verheilt sind.

O Direkt vor der Operation können Sie das bewährte klassische homöopathische Verletzungsmittel Arnica D30 5 Globuli einnehmen, alternativ das homöopathische Komplexmittel Traumeel 1 Tablette.

O Wenn Sie eine übergroße Angst vor der Operation haben, so haben sich Argentum nitricum D12 Tabletten direkt vor der Operation bewährt.

O Auch pflanzliche Beruhigungsmittel können hier hilfreich sein, z.B. Kytta Sedativum Dragees oder Ardeyседon Dragees.

O Auch meditative Übungen, z.B. aus dem Autogenen Training können zu einer Beruhigung und Entängstigung führen. Es lohnt sich immer, wenn Sie solche Techniken beherrschen! Sie sind leicht zu erlernen, z.B. in Kursen der Volkshochschule.

O Nach der Operation können Sie je nach Schwere der Operation ein bis drei Tage damit fortfahren: Entweder 5 Globuli Arnica D30 in einem Glas Wasser auflösen und davon stündlich einen Schluck nehmen oder stündlich eine Tablette Traumeel im Mund zergehen lassen.

O Sollten nach Operation deutliche Schwellungen vorliegen oder sollte es gar zu einer Entzündung kommen, so ist eine Enzymtherapie angezeigt, z. B. mit Wobenzym. Sie sollten davon eine Packung mit 100 Dragees besorgen und täglich 3 x 6 davon einnehmen. Beginnen Sie aber erst nach der Operation damit, wenn keine Blutungen mehr bestehen, da Enzyme in der Lage sind, das Blut zu „verdünnen“ (Thrombozytenaggregationshemmung, ähnlich wie Aspirin) und damit das Risiko von Blutungen erhöht werden kann.

O Für die homöopathische Nachbehandlung stehen noch einige Mittel zur Verfügung, z.B.:

- O Ledum D2 Tabletten 3x täglich oder bei starken Beschwerden auch stündlich: nach Stichwunden, z. B. starke Beschwerden durch den Infusionsstich oder die Drainage.

- O Hypericum D3 Tabletten 3x täglich oder bei starken Beschwerden auch stündlich: bei Nervenschädigung nach der Operation, z. B. Nervenquetschung durch Operationsklammern oder Liegen auf dem Nerv.

- O Staphisagria D4 Tabletten 3x täglich oder bei starken Beschwerden auch stündlich: Folge von Stich- oder Schnittwunden, z. B. wenn die Operationsnarbe starke Beschwerden bereitet.

- O Das homöopathische Komplexmittel Lymphomyosot Tabletten 3x täglich oder bei starken Beschwerden auch stündlich: wenn starke Schwellungen bestehen und der Lymphabfluss angeregt werden soll.

- O Die Narbe sollten Sie mit einem guten Vitamin E-haltigen Hautöl täglich vorsichtig in Längs- und Querrichtung massieren (es darf nicht schmerzen!). Sie können damit Verklebungen und unangenehmen Narbenwülsten (Keloid) vorbeugen.

Denken Sie bitte daran: Ganz wichtig sind die inneren Einstellungen und Haltungen. Gehe ich mit großer Angst zur Operation, misstraue ich den Ärzten und stelle ich vielleicht sogar die Operationsindikation in Frage und stehe gar nicht hinter der Operation, so kann dies alles den Heilungsverlauf negativ beeinträchtigen.

Stimmen Sie daher erst dann der Operation zu (wenn es sich nicht um eine Notoperation handelt), wenn alle Ihre Fragen sowohl vom Operateur als auch vom Narkosearzt erschöpfend und für Sie befriedigend beantwortet wurden. Ihre möglichen Bedenken sollten vollkommen ausgeräumt sein. Wenn Sie dann guten Gewissens der Operation zugestimmt haben, kann eigentlich nichts mehr schief gehen.

Was glauben Sie, bei wem die Gefahr von Komplikationen größer ist: Bei dem Patienten, der sich den Ärzten ausgeliefert fühlt und die Operation ohnmächtig (im wahrsten Sinne des Wortes) über sich ergehen lässt? Oder bei dem Patienten, der sich im Glauben an Gott oder die Selbstheilungskräfte der Natur den Ärzten optimistisch anvertraut?

Aus vielen Untersuchungen ist mittlerweile bekannt, wie sehr negative Gedanken den Heilungsverlauf beeinträchtigen und wie sehr positive Gefühle ihn fördern können. Lassen Sie Freunde und Bekannte auch während der Operation für Sie beten oder meditieren. Es ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass das hilft!

Es geht hier nicht um ein unkritisches „Gesundbeten“ oder Verdrängen von vielleicht tatsächlich vorhandenen Risiken. Eine Sicherheit kann niemand geben. Aber Sie selbst haben es in der Hand, mit Ihren Gedanken und Gefühlen und mit dem einen oder anderen Naturheilmittel selbst das Beste zum Gelingen der Operation beigetragen zu haben.

Viel Erfolg bei Ihrer Operation!

Ihr Dr. Volker Schmiedel

Vorträge der Inneren Abteilung im September 2003:

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

- 04.09.03 Volkskrankheit Rheuma – was bringen Ernährung, Weihrauch etc.“
- 11.09.03 Wenn die Knochen schwinden – schulmedizinische und naturheilkundliche Behandlung der Osteoporose
- 18.09.03 Wenn der Darm kneift – Diagnostik und Therapie des Reizdarmsyndroms
- 25.09.03 Fit und gesund mit Vitalstoffen – was bringen Nahrungsergänzungen?

Freitag 11.00-11.30 Uhr im Landgraf-Karl-Saal

- 12.09.03 Natürlich frei von Verstopfung
Referent: Herr Dr. Volker Schmiedel
- 19.09.03 Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
Referentin: Frau Nelli Bukmaier
- 26.09.03 Kalzium – gut für Knochen und Zähne
Referent: Herr Dr. Volker Schmiedel

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:

Richtig ist c) 85.000! Diese Zahl beruht auf seriösen Schätzungen und dürfte – zumindest in der Größenordnung – korrekt sein. Was viele nicht wissen: Trotz guter Operationstechnik und großer Erfahrung der Chirurgen versterben etwa 20 % der Operierten trotzdem an den Folgen von Bruch bzw. Operation. Weitere 20 % bleiben trotz aller therapeutischen Bemühungen Pflegefälle. Dies ist immer noch ein Fortschritt, da vor der Möglichkeit der Operation ein Schenkelhalsbruch für den betroffenen älteren Menschen praktisch das Todesurteil bedeutete.