

Die Andere Medizin

Nutzen und Risiken sanfter
Heilmethoden

Pädagogische Hochschule
Bibliothek
Notkerstrasse 27
9004 St.Gallen

STIFTUNG WARENTEST

In Zusammenarbeit mit
Krista Federspiel und Vera Herbst

Inhalt

11 Therapien auf einen Blick

14 Zur Methodik

16 Gesundheit in eigener Hand

18 Erfahrungsheilkunde

19 Etikettenschwindel

20 Placeboeffekte

21 Überprüfbarkeit

21 Ganzheitliche Medizin

22 Konsum und Apparategläubigkeit

22 Medikamente der Natur- und Alternativmedizin

23 Naturheiler und ihre Ausbildung

25 Arzt für Naturheilverfahren und Homöopathie

26 Heilpraktiker

28 Noch mehr Heiler

28 Rechtliche Aspekte

29 Kosten

29 Gesetzliche Krankenversicherung

32 Private Krankenversicherung

32 Beihilfefähigkeit

33 Gerichtsurteile

34 Im Streitfall

35 Schaden durch alternative Therapie

36 Grundprinzipien der Verfahren

38 Reiz- oder Regulationstherapie

41 Immunmodulation

45 Ordnungstherapie

48 Klassische Therapieverfahren

50 Wärme- und Kältetherapien

52 Sauna und Dampfbad

56 Kneipptherapie

59 Wasseranwendungen

65 Wickel und Packungen

67 **Ausleitende Verfahren**

68 Aderlaß

69 Blutegeltherapie

70 Schröpfen

72 Baunscheidtieren

73 Cantharidinpflaster und Fontanelle

74 **Lichttherapie**

77 **Klassische Massagen**

79 Lymphdrainage

80 Unterwasser-Druckstrahlmassage

80 Reflexzonenmassage

80 Bindegewebsmassage

81 Muskelreflexzonenmassage

81 Periostmassage

81 Kolonmassage

83 **Manuelle Medizin (Osteopathie, Chiropraktik)**

86 **Bewegungstherapie**

93 **Ernährung**

94 Vollwert-Ernährung

97 Ernährung nach Kollath

97 Bircher-Benner-Diät

98 Schnitzer-Kost

99 Bruker-Kost

100 Vegetarismus

101 Haysche Trennkost

102 Makrobiotik

103 Fasten

106 Mayr-Kur

107 Schroth-Kur

108 Instinkt-Ernährung

109 Spurenelemente

111 **„Moden“ in der Ernährung**

- 111 Gelée royale, Honig, Kombucha
- 112 Propolis, Q 10
- 113 Stutenmilch
- 113 **Mineral- und Heilwässer**
- 115 **Pflanzenheilkunde**
- 123 Maria Treben
- 124 **„Mode“drogen**
- 124 Eleutherokokk
- 124 Ginseng
- 125 Knoblauch
- 126 Nachtkerzenöl
- 126 Teebaumöl
- 127 Pflanzliche Immunstimulantien
- 129 Lebensbaum
- 129 Mistel
- 130 Sonnenhut
- 131 **Entspannungstechniken und Meditation**
- 133 Autogenes Training
- 133 Muskelentspannung (Relaxation) nach Jacobson
- 133 Biofeedback
- 134 Eutonie
- 134 Funktionelle Entspannung nach Fuchs
- 134 Konzentrative Bewegungstherapie (KBT)
- 135 Meditation
- 135 Mindmachines
- 139 **Atemtherapie**
- 142 **Hypnosetherapie**
- 145 **Musiktherapie**
- 148 **Tanztherapie**
- 150 **Kuren**

156 Fremde Medizinsysteme

- 158 **Ethnomedizin**
- 160 **Traditionelle Chinesische Medizin**
- 165 Akupunktur
- 171 Moxa (Moxibustion)
- 172 Akupressur und Shiatsu

- 173 Qigong
- 174 **Ayurveda**
- 180 **Yoga**
- 183 Fünf Tibeter

184 Alternative Medizinsysteme

- 186 **Anthroposophische Medizin**
- 189 Künstlerische Therapien
- 190 **Homöopathie**

198 Unkonventionelle Therapiemethoden

- 200 **Aromatherapie**
- 204 **Aura-Heilung und magnetische Massage**
- 205 **Aurikulotherapie (Ohrakupunktur)**
- 207 **Autologe Arzneimittel**
- 211 **Bach-Blütentherapie**
- 214 **Biochemie nach Schüssler**
- 217 **Chelattherapie**
- 218 **Colonhydrotherapie**
- 220 **Cranio-Sacral-Therapie**
- 222 **Edelsteinmedizin**
- 224 **Eigenbluttherapie**
- 225 **Eigenharntherapie**
- 228 **Enzymtherapie**
- 230 **Farbtherapie**
- 233 **Feldenkrais**
- 236 **Fußreflexzonenmassage**
- 237 **Grinberg-Methode**
- 239 **Hildegard-Medizin**
- 241 **Homotoxikologie**
- 244 **Kohlendioxid-Behandlung**
- 245 **Lasertherapie**
- 247 **Magnetfeldtherapie**
- 251 **Mikrobiologische Therapie (Symbioselenkung)**

- 254 **Neuraithérapie nach Huneke**
- 257 **Nosoden**
- 260 **Organotherapie**
- 261 Frischzellentherapie
- 263 Theurer-Therapie
- 265 Thymustherapie
- 267 Wiedemann-Kur
- 268 **Orthomolekulare Medizin**
- 272 **Petechiale Saugmassage und Matrix-Regenerations-Therapie (MRT)**
- 274 **Reiki**
- 275 **Rolfing**
- 277 **Sauerstoffbehandlungen**
- 278 Hämatogene Oxidationstherapie (HOT/UVB, Blutwäsche)
- 280 Oxyvenierungstherapie (Sauerstoff-Infusions-Therapie)
- 281 Ozontherapie (Oxyontherapie)
- 284 Sauerstoffionen-Inhalationstherapie (O₂-ITH)
- 285 Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie (SMT)
- 288 **Sehtraining**
- 291 **Spagyrik**
- 294 **Transkutane elektrische Nerven-Stimulation (TENS)**
- 296 **Unkonventionelle Diagnose-Therapie-Systeme**
- 298 Einführendes zur Alternativ-Diagnostik
- 301 Angewandte Kinesiologie (AK), Edu-Kinesthetik, Touch for Health
- 304 Bioelektronik nach Vincent
- 304 Bioresonanztherapie, Multiresonanz-, Mora- und Multicomtherapie
- 308 Elektroakupunktur nach Voll (EAV)
- 311 Elektro-Haut-Test (EHT) und Elektro-Fokal-Test
- 312 Elektroneural-Diagnostik und -Therapie nach Croon (ENTH)
- 313 Haarmineralanalyse
- 315 **Irisdiagnostik**
- 316 Pupillendiagnostik
- 316 **Kirlian-Fotografie**
- 318 **Klinische Ökologie**
- 321 **Pendeln**
- 323 **Thermoregulationsdiagnostik**
- 324 **Wünschelrute, Radiästhesie, Geopathie**
- 326 **Zungendiagnostik, Diagnostik aus Hand, Fuß und Ohr**
- 328 **Krebstherapien**
- 330 **Über Vorbeugung, Früherkennung und neue Wege**
- 338 **Unkonventionelle Krebsdiagnostik**
- 341 **Unkonventionelle Krebsbehandlungen**
- 341 **Krebsdiäten**
- 343 **Therapie nach medizinischen Gesamtkonzepten**
- 345 **Gezielte Krebstherapien**
- 350 **Krebsmittel mit fraglicher Wirksamkeit**
- 352 **Listen**
- 354 „Alternative“ Allergien
- 358 Achtung in der Schwangerschaft
- 358 Giftpflanzen als Arzneimittel
- 360 „Alternative Gifte“
- 362 Krebs auf „alternative“ Art
- 364 Produktnamen und die dazugehörigen Verfahren
- 366 **Sachregister**