



# Das ABC der Naturheilverfahren

EINE ÜBERSICHT DER NATURHEILVERFAHREN, DIE DURCH DEN  
KOMBIMED TARIF NHB VERSICHERT SIND

Mit KombiMed Tarif NHB können Sie sich für alternative Behandlungsmethoden aus einem umfangreichen Leistungsspektrum entscheiden.

Dabei steht es Ihnen frei, sich von einem Arzt oder Heilpraktiker behandeln zu lassen. Sie entscheiden sich für die Behandlung bei der Person Ihres Vertrauens.

Versichert sind alle Methoden, die im Hufelandverzeichnis oder dem Gebührenverzeichnis für Heilpraktiker (GebüH) enthalten sind. Sehen Sie selbst, wie viele Behandlungsmethoden zur Verfügung stehen, um Ihre Gesundheit auf natürliche Art und Weise wieder ins Lot zu bringen.

Nachfolgend haben wir eine Auswahl erstattungsfähiger Naturheilverfahren\* in alphabetischer Reihenfolge kurz erläutert.

\* Auszug aus dem Hufelandverzeichnis bzw. dem GebüH.

# Inhalt

10	<b>Akupunktur</b>	Ultraschalltherapie	7	<b>Osteopathie/ Kraniosakraltherapie</b>	
4	<b>Anthroposophische Medizin</b>	7	<b>Elementartherapie</b>	9	<b>Ozontherapie</b>
9	<b>Aromatherapie</b>	5	<b>Enzymtherapie</b>	8	<b>Physikalische Therapie</b> Ausleitungsverfahren Elektrotherapie Hydrotherapie Lymphdrainage Nervenzpunktmassage
8	<b>Ausleitungsverfahren</b> Aderlass Baunscheidt-Behandlung Blutegelbehandlung Cantharidentherapie Schröpfen	5	<b>Hämatogene Oxidations- therapie (HOT)</b>	9	<b>Phytotherapie</b> Aromatherapie
4	<b>Ayurveda</b>	6	<b>Homöopathie und Therapien mit Arzneimitteln nach HAB</b> Antihomotoxische Medizin Nosodentherapie Mineralsalztherapie nach Dr. Schüßler Spagyrik	9	<b>Sauerstofftherapien</b> Ozontherapien
4	<b>Bioenergetische Medizin</b> Bioelektronische Funktionsdiagnostik Bioresonanztherapie/ Mora-Therapie Elektroakupunktur nach Voll Elektro-Neuraldiagnostik und -therapie Magnetfeld-Therapie Segmentdiagnostik/ Maximaldiagnostik	8	<b>Hydrotherapie</b> Colon-Hydrotherapie	8	<b>Schröpfen</b>
5	<b>Chiropraktik (Chirotherapie)</b>	6	<b>Kinesiologie</b>	4	<b>Segmentdiagnostik/ Maximaldiagnostik</b>
8	<b>Colon-Hydrotherapie</b>	6	<b>Kirlian-Fotografie</b>	6	<b>Spagyrik</b>
5	<b>Eigenblutbehandlung</b> Eigenblut mit medikamen- tösen Zusätzen Hämatogene Oxidations- therapie (HOT) Ozon-Eigenbluttherapie	7	<b>Kraniosakraltherapie</b>	7	<b>Thymustherapie</b>
4	<b>Elektroakupunktur nach Voll</b>	8	<b>Lymphdrainage</b>	10	<b>Traditionelle chinesische Medizin (TCM)</b> Akupunktur Arznei-/Kräutertherapie Ernährungstherapie („5-Elemente-Ernährung“) Moxibustion Tuina Qigong
8	<b>Elektrotherapie</b>	4	<b>Magnetfeld-Therapie</b>	8	<b>Ultraschalltherapie</b>
		6	<b>Mikrobiologische Therapie</b>		
		4	<b>Mora-Therapie</b>		
		8	<b>Nervenzpunktmassage</b>		
		7	<b>Neuraltherapie</b>		
		6	<b>Nosodentherapie</b>		
		7	<b>Organotherapie</b> Thymustherapie		
		7	<b>Orthomolekulare Therapie/ Elementartherapie</b>		

**Akupunktur**

> siehe TCM

**Anthroposophische Medizin**

Geisteswissenschaftliche Erweiterung der naturwissenschaftlichen Medizin, die den Menschen ganzheitlich betrachtet und die Wechselbeziehungen zwischen Leib – Geist – Seele als Ursache für das Entstehen von Gesundheit und Krankheit ansieht. Ziel ist es, die Harmonie dieser Wechselbeziehungen wiederherzustellen. Neben anthroposophischen Arzneimitteln aus natürlichen Substanzen (Phytotherapie) gehören dazu auch Methoden, die den Patienten aktiv mit einbeziehen, z. B. künstlerische Therapien, Bewegungs- und Entspannungsverfahren.

**Antihomotoxische Medizin**

> siehe Homöopathie

**Aromatherapie**

> siehe Phytotherapie

**Ausleitungsverfahren**

> siehe physikalische Therapie

**Ayurveda**

Ayurveda ist ein ganzheitliches, aus Indien überliefertes komplexes Medizinsystem, das Diagnose, Therapie und Prävention beinhaltet. Die wichtigsten klassischen Verfahren des Ayurveda sind physikalische Therapien (Massagen, Wärmebehandlungen und Bäder), Entspannungsverfahren sowie Arzneimittel auf pflanzlicher und mineralischer Basis.

**Bioenergetische Medizin**

Bioenergie ist die Übersetzung des chinesischen „Qi“, dem die Vorstellung einer Lebensenergie zugrunde liegt, welche die physischen Abläufe steuert.

Die bioelektronische Systemdiagnostik und -therapie basiert auf den Erkenntnissen der Quantenphysik.

Danach besteht alles im Universum aus elektromagnetischer Schwingung, auch der Mensch. Diagnose und Therapie werden mit bioelektronischen Geräten durchgeführt, die körpereigene Signale sichtbar machen bzw. dem Organismus Impulse zuführen. So werden Heilreaktionen aktiviert. Es werden mehrere Verfahren unterschieden, die mit verschiedenen Gerätetypen möglich sind, z. B.

**> Bioelektronische Funktionsdiagnostik**

Hierbei handelt es sich um ein Verfahren, das aus der Elektroakupunktur entwickelt wurde. Die bioelektronische Funktionsdiagnostik arbeitet mit einer reduzierten Anzahl von Messpunkten.

**> Bioresonanztherapie/Mora-Therapie**

Die elektromagnetischen Schwingungen des kranken Menschen werden bei der Bioresonanztherapie, auch Mora-Therapie genannt, so verändert, dass die selbstheilenden Kräfte wieder wirksam werden können.

**> Elektroakupunktur nach Voll**

Die Elektroakupunktur nach Voll (EAV) geht davon aus, dass der in der Akupunktur bekannte Energiekreislauf an den Akupunkturpunkten („Messpunkten“) mittels eines elektrischen Gerätes messbar und beeinflussbar sein muss. Anstelle der Nadelakupunktur wird mit Stromimpulsen gearbeitet.

**> Elektro-Neuraldiagnostik und -therapie**

Im Gegensatz zur Elektroakupunktur geht die Elektro-Neuraltherapie nicht von den chinesischen Akupunkturpunkten aus, sondern von besonderen Reaktionsstellen auf der Haut, die mit inneren Organen usw. korrespondieren. Pathologische Punkte werden mit dem Elektro-Neuraltherapie-Gerät erkannt und dann zur Norm hin auf- oder abgeladen.

**> Magnetfeldtherapie**

Der Körper bzw. Körperteile werden einem Magnetfeld ausgesetzt, wodurch die Durchblutung und der Zellstoffwechsel angeregt werden.

**> Segmentdiagnostik/Maximaldiagnostik**

Diese Diagnostikverfahren machen sich zunutze, dass innere Organe durch Blut- oder Nervenbahnen mit bestimmten Segmenten der Haut (head'sche Zonen) verbunden sind. Die Segment- oder Reflexzonen können also Aufschluss über den Zustand innerer Organe geben. Das Abtasten der Segmente gibt somit diagnostische Hinweise.

### Chiropraktik (Chirotherapie)

Bei der Chiropraktik werden durch gezielte Handgriffe an der Wirbelsäule Blockierungen an den Wirbelgelenken erkannt und behandelt.

### Colon-Hydrotherapie

> siehe *physikalische Therapie/Hydrotherapie*

### Kraniosakraltherapie

> siehe *Osteopathie*

### Eigenblutbehandlung

Die Eigenblutbehandlung ist eine Reiz- bzw. Umstimmungstherapie, die das körpereigene Abwehrsystem aktiviert. Dem Patienten wird Blut entnommen und anschließend wieder injiziert – entweder unverändert oder vermengt mit unterschiedlichen Wirkstoffen.

Es gibt verschiedene Varianten:

- > **Eigenblut mit medikamentösen Zusätzen**  
(Homöopathika, Antihomotoxika, Phytotherapeutika)
- > **Hämatogene Oxidationstherapie (HOT)**  
Nach dieser Methode wird das Eigenblut mit ultraviolettem Licht bestrahlt und mit Sauerstoff angereichert.
- > **Ozon-Eigenbluttherapie**  
Hierbei wird das Eigenblut mit dem medizinischen Ozongas versetzt, das eine keimtötende und durchblutungsfördernde Wirkung hat.

### Elektroakupunktur nach Voll

> siehe *bioenergetische Medizin*

### Elektrotherapie

> siehe *physikalische Therapie*

### Elementartherapie

> siehe *orthomolekulare Therapie*

### Enzymtherapie

Enzyme steuern die Stoffwechselforgänge im Körper und sind von zentraler Bedeutung bei der Immunabwehr. Enzyme haben die Eigenschaft, den Stoff zu erkennen, dessen Reaktion sie steuern wollen. Diese Eigenschaft wird in der Enzymtherapie auch zum Abbau krankmachender Substanzen genutzt: Sie beruht auf der hoch dosierten Zufuhr pflanzlicher und/oder tierischer Enzyme.

### Hämatogene Oxidationstherapie (HOT)

> siehe *Eigenblutbehandlung und Sauerstofftherapien/Ozonbestrahlung*



Massagen und Wärmebehandlungen sind physikalische Therapieverfahren des Ayurveda (siehe Seite 4).

### Homöopathie und Therapien mit Arzneimitteln, die nach dem homöopathischen Arzneibuch (HAB) hergestellt werden

Das medizinische Konzept der Homöopathie beruht auf dem „Ähnlichkeitsprinzip“. Es geht davon aus, dass Stoffe, die bei gesunden Menschen bestimmte Krankheitserscheinungen hervorrufen, in verdünnter Form verabreicht, Krankheiten mit ähnlichen Symptomen heilen können. Das Verfahren des Verdünnens wird „Potenzieren“ genannt. Dabei werden die Urstoffe jeweils in einem bestimmten Verhältnis, z. B. 1:10 (Dezimalpotenzen) oder 1:100 (C-Potenzen) immer weiter mit einem Lösungsmittel (Alkohol oder Wasser) verdünnt. Je mehr Verdünnungsschritte erfolgen, desto höher wird die Potenz. Man unterscheidet klassische homöopathische Einzelmittel sowie homöopathische Komplexmittel, die jeweils niedrig oder hoch potenziert verwendet werden. Folgende Methoden beruhen ebenfalls auf den homöopathischen Grundsätzen:

#### > Antihomotoxische Medizin

Die antihomotoxische Medizin hat sich aus der Homöopathie entwickelt und ist wie diese eine auf Arzneireizen beruhende Stimulationstherapie und ein wichtiges therapeutisches Instrument für Regeneration und Prävention. Die Homotoxikologie versteht Krankheit als Abwehrkampf des Organismus gegen Giftstoffe (Homotoxine). Sie verwendet vorwiegend homöopathische Komplexpräparate (Mischungen aus mehreren homöopathischen Einzelmitteln) zur Stimulierung der körpereigenen Abwehr, um Giftstoffe (sogenannte Homotoxine) auszuleiten.

#### > Nosodentherapie

Nosoden sind nach den Regeln der Homöopathie potenzierte Krankheitserreger oder -absonderungen. Nosoden dienen dazu, die Krankheit, aus der sie stammen, zu behandeln. Die Nosodentherapie ist somit eine Mischung aus Homöopathie und Impfprinzip.

#### > Mineralsalztherapie nach Dr. Schüßler

Die sogenannten „Schüßler-Salze“ werden aus Mineralsalzen nach homöopathischen Grundsätzen hergestellt. Die Therapie beruht auf der Annahme, dass viele Krankheiten durch einen gestörten Mineralstoffhaushalt der Zellen entstehen.

#### > Spagyrik

Die Spagyrik ist eine besondere Form der Arzneimittelzubereitung. Roharzneistoffe pflanzlicher, mineralischer oder tierischer Herkunft werden mit bestimmten Verfahren getrennt und das therapeutisch Brauchbare wiedervereinigt.

#### Hydrotherapie

> Siehe physikalische Therapie

#### Kinesiologie

Die Kinesiologie ist in erster Linie ein Diagnostikverfahren. Bestimmte Vorgänge innerhalb des Organismus bilden sich in den Muskeln ab. Daraus resultiert ein besonderer Muskeltest, durch den Krankheitsherde oder maximal belastete Organe aufgefunden werden können. Die anschließende Therapie besteht dann im Wesentlichen aus Osteopathie und Chiropraktik.

#### Kirlian-Fotografie

Die Kirlian-Fotografie wird zu Diagnosezwecken verwendet. Nach Auflegen der Hand bzw. Aufsetzen des Fußes auf eine Fotoplatte wird eine Entspannungsladung auf die Hand- bzw. Fußoberfläche geleitet. Die für den Körper ungefährlichen Ströme erzeugen bei ihrer Entladung auf der Fotoplatte eine sogenannte Entladungskorona. Der auf dem Foto in eindrucksvollen Farben sichtbare Funkenkranz stellt dann in der Abweichung von einem Idealbild die Grundlage für eine Diagnose dar.

#### Lymphdrainage

> Siehe physikalische Therapie

#### Magnetfeldtherapie

> Siehe bioenergetische Medizin

#### Mikrobiologische Therapie

Mikroorganismen, vor allem im Darm, sind ein Bestandteil des Immunabwehrsystems des Körpers. Fehlernährung, Umweltgifte und Medikamente (Antibiotika) können das harmonische Gleichgewicht zwischen Mensch und Mikroben zerstören. Bei der mikrobiologischen Therapie oder Symbioselenkung werden Mikroorganismen verabreicht, um die Darmflora wiederherzustellen und damit die körpereigenen Abwehrkräfte zu stärken.

#### Mora-Therapie

> siehe bioenergetische Medizin

### Nevenpunktmassage

> *Siehe physikalische Therapie*

### Neuraltherapie

Unter Neuraltherapie wird die gezielte Behandlung des vegetativen Nervensystems und peripherer Nerven mit einem Lokalanästhetikum verstanden. Das vegetative Nervensystem gilt als Schaltstelle zwischen Körper und Seele. Blockierungen gestörter Regelkreise im neurovegetativen System werden durch das Betäubungsmittel ausgeschaltet, so dass die körpereigene Selbstheilungskraft wieder in Gang kommt.

### Nosodentherapie

> *siehe Homöopathie*

### Organotherapie

Bei der **Organotherapie** kommen Arzneimittel zum Einsatz, die ausschließlich oder überwiegend aus tierischen Organen, Organteilen, Mikroorganismen, zellulären oder extrazellulären Flüssigkeiten hergestellt werden.

Im Rahmen einer **Thymustherapie** kommen aufgrund der zentralen Stellung des Thymusorgans Thymuspräparate bei Immunmangelzuständen verschiedener Schweregrade zur therapeutischen Anwendung.

### Orthomolekulare Therapie/Elementartherapie

Für die orthomolekulare Medizin beruhen chronische Krankheiten auf einem Mangel an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen – deren Gesamtheit von den Vertretern des Verfahrens als „Nährstoffe“ bezeichnet werden. Selbst ein geringfügiger Mangel soll – wenn er längere Zeit anhält – den Körper schädigen. Die orthomolekulare Medizin verabreicht Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Fettsäuren und Aminosäuren. Nach den Regeln der orthomolekularen Medizin werden sie stets kombiniert eingesetzt, weil davon ausgegangen wird, dass sie gegenseitig ihre Wirkung fördern.

### Osteopathie/Kraniosakraltherapie

Der **Osteopathie** liegt die Vorstellung zugrunde, dass alle Strukturen des Körpers eigenen Rhythmen folgen, sich gegenseitig in ihrer Funktion beeinflussen und dass Probleme an einem Organ auch in anderen Körperregionen Beschwerden auslösen können. Demgemäß sollen durch die osteopathischen Griffe nicht nur die Muskeln beeinflusst werden, sondern sich auch Blutdruck und Lymphfluss regulieren – und dies wiederum soll das gesamte Befinden positiv beeinflussen.

Die **Kraniosakraltherapie** ist eine von der Osteopathie abgeleitete Behandlungsform. Dabei werden kaum wahrnehmbare Handgriffe im Bereich des Schädels und des Kreuzbeins, die zusammen mit der Wirbelsäule als funktionelle Einheit betrachtet werden, ausgeführt.

### Ozontherapie

> *siehe Sauerstofftherapien*



Die Homöopathie mit ihrem Konzept des Ähnlichkeitsprinzips gehört zu den bekanntesten Naturheilverfahren (siehe Seite 6).



## Physikalische Therapie

Die physikalische Therapie umfasst eine Reihe von Behandlungsmethoden, die physikalisch wirksam sind. Genutzt werden mechanische, thermische, elektrische sowie elektromagnetische Wirkprinzipien und deren Kombinationen. Beispiele:

**Ausleitungsverfahren** ist ein Oberbegriff für verschiedene Therapiekonzepte. Der Ansatz geht bis auf Hippokrates zurück. Die Organe eines kranken Körpers können gereinigt werden, indem über die Haut oder andere Organe schädliche Stoffe nach außen geleitet werden. Zu den ausleitenden Therapieverfahren gehören

### > Aderlass

Der Aderlass ist ein seit Jahrtausenden übliches ausleitendes Verfahren, bei dem – je nach Konstitution – dem Patienten zwischen 50 ml und 500 ml Blut entnommen wird.

Durch das verstärkte Einströmen von Gewebsflüssigkeit in die Blutbahn können giftige Stoffwechselprodukte leichter aus dem Körper ausgeschwemmt werden. Außerdem wird die Fließeigenschaft des Blutes verbessert sowie die Blutbildung und Immunabwehr angeregt.

### > Baunscheidt-Behandlung

Die Ausleitung kommt bei dieser Methode über einen künstlich erzeugten Hautausschlag zustande. Dieser wird durch Zusammenwirken zweier Komponenten provoziert: Die Haut wird durch Nadelstiche geringfügig verletzt; die Nadelstichstellen werden mit einem hautreizenden Öl eingerieben.

### > Blutegelbehandlung

Dieses sehr alte Verfahren wirkt blutreinigend, entgiftend, entstauend und krampflösend. Das von den Blutegeln abgesonderte Hirudin wirkt nicht nur an der Biss-Stelle, sondern insgesamt entzündungs- und gerinnungshemmend. An der Biss-Stelle kommt es zum Abfluss entzündlicher Flüssigkeitsansammlungen.

### > Cantharidentherapie

Ein mit hautreizender Salbe beschicktes Pflaster wird auf die Haut gebracht. Durch die Hautreizung findet eine künstliche Verbrennung mit Blasenbildung statt. Die Punktion dieser Brandblase bewirkt über das Abfließen des in ihr angesammelten Sekretes die Ausleitung schädlicher Stoffe aus dem Körper.

### > Schröpfen

Glocken aus Glas werden auf bestimmte Hautbezirke (Schröpfreflexzonen) des Rückens gesetzt und in ihnen wird ein Unterdruck (Abpumpen oder Erwärmen der Luft) erzeugt. Dadurch wölbt sich die Haut in das Glas hinein und wird dadurch stark durchblutet. Das Blut wird also in die Haut gesogen (trockenes Schröpfen) oder fließt, nach vorherigem Einritzen der Haut, nach außen ab (blutiges Schröpfen).

Bei der **Elektrotherapie** handelt es sich um die therapeutische Anwendung des elektrischen Stroms. Bei diesen Verfahren durchfließen während der Anwendung Gleich- oder Wechselströme, die über Elektroden an der Hautoberfläche zugeführt werden, den Körper oder Körperteile. Hierbei werden verschiedene Therapiearten wie Hochfrequenz- und Niederfrequenztherapie angewendet.

### > Ultraschalltherapie

Die Ultraschalltherapie wird ebenfalls der Elektrotherapie zugerechnet. Die vom Körpergewebe aufgenommenen Schallwellen werden in Wärme umgewandelt.

Die **Hydrotherapie** ist ein wesentlicher Teilbereich der physikalischen Therapie. Sie umfasst die Gesamtheit medizinischer Behandlungsmethoden mit (äußerer) Anwendung von Wasser, z. B. als medizinische Bäder oder kneippische Güsse.

### > Colon-Hydrotherapie

Die Colon-Hydrotherapie ist eine moderne Methode des Darmbades. Mit einem speziellen Darmspülgerät wird eine intensive Ausleitung über den Darm erzielt, wodurch dieser gereinigt und die Darmflora saniert wird.

Die **Lymphdrainage** ist eine Entstauungstherapie; durch Streichmassage wird der Abfluss von Gewebsflüssigkeit über das Lymph- und Venensystem gefördert.

Die **Nervenzpunktmassage** stellt eine Sonderform innerhalb der Reflexzonenmassagen dar. Bestimmte verhärtete Stellen innerhalb der head'schen Zonen werden einzeln massiert.

## Phytotherapie

Unter **Phytotherapie** versteht man die Heilung, Linderung oder Vorbeugung von Krankheiten durch pflanzliche Arzneimittel. Diese bestehen aus Arzneipflanzen oder Teilen der Pflanzen (Blüten, Blätter, Früchte, Wurzeln, Samen usw.).

Phytopharmaka bestehen immer aus einem komplexen Gemisch von Inhaltsstoffen. Isolierte Einzelstoffe aus Pflanzen zählen nicht dazu.

### > Aromatherapie

Die Aromatherapie ist ein spezieller Teil der Phytotherapie. Zum Einsatz kommen aus Pflanzen gewonnene ätherische Öle, die – meist extern über die Haut aufgetragen – auf den Organismus einwirken.

## Sauerstofftherapien

**Sauerstofftherapien** dienen der Verbesserung der Sauerstoffzufuhr und -aufnahme und damit der Energieversorgung. Zu den Sauerstofftherapien zählen:

### > Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie nach von Ardenne (SMT)

Die SMT ist methodisch charakterisiert durch eine zeitlich begrenzte inhalative Aufnahme von hochkonzentriertem Sauerstoff, gekoppelt mit medikamentösen und physikalischen Maßnahmen zur Verbesserung der Sauerstoffaufnahme und -verwertung im Körpergewebe.

### > Ozon-Sauerstofftherapien

Zu unterscheiden sind lokale Applikationen (z. B. Beutel-, Glockenbegasung, Ozon-Wasser-Anwendungen) und die Injektionen von Ozongas- (Sauerstoff-)Mischungen.

### > Ozon-/UV-Bestrahlung – spezielle Eigenblutbehandlungen

(> siehe auch Eigenblutbehandlung)

Vorwiegend angewandte Verfahren sind:

- kleine und große Ozon-Eigenblutbehandlung
- Ultraviolettbestrahlung des Blutes
- Hämatogene Oxidationstherapie (HOT)
- UV-aktivierte Eigenbluttherapie

## Schröpfen

> siehe physikalische Therapie/Ausleitungsverfahren

## Segmentdiagnostik/Maximaldiagnostik

> siehe bioenergetische Medizin

## Spagyrik

> siehe Homöopathie

## Thymustherapie

> siehe Organotherapie

Die Aromatherapie nutzt aus Pflanzen gewonnene ätherische Öle und zählt zur Phytotherapie.



### Traditionelle chinesische Medizin (TCM)

Die TCM ist ein eigenständiges, seit über 2.000 Jahren überliefertes und bis heute weiterentwickeltes Medizin- und Therapiekonzept. Im Mittelpunkt steht die ganzheitliche Betrachtung des Menschen als Einheit von Körper und Seele. Wichtiger als in der westlichen Medizin sind in der TCM die subjektiven Symptome und Beschwerden des Patienten. Diese werden durch Befragung, Inspektion sowie Puls- und Zungendiagnose ermittelt.

Die TCM geht davon aus, dass die Lebensenergie, das Qi, in verschiedenen Leitbahnen (Meridianen) durch den Körper fließt. Ist dieser Energiefluss gestört, führt dies zu Beschwerden und Krankheiten. Folgende Therapieformen finden ihre Anwendung in der TCM:

#### > Akupunktur

Auf den Leitbahnen liegen die 361 klassischen Akupunkturpunkte. Durch gezieltes Einstechen von feinsten Nadeln (üblicherweise sterile Einmalnadeln aus Edelstahl) in ausgewählte Akupunkturpunkte werden Heilreize gesetzt. Dadurch kann die Ausgewogenheit des Energiekreislaufes wiederhergestellt werden. Neben der traditionellen Körperakupunktur gibt es noch Sonderformen wie z. B. Ohrakupunktur.

#### > Arznei-/Kräutertherapie

Die chinesische Arzneitherapie besteht im Westen überwiegend aus Kräutern. Mehrere Kräuter werden entsprechend einer individuellen Rezeptur zusammengestellt und als Tee, Granulat oder in Pillenform verabreicht.

#### > Ernährungstherapie („5-Elemente-Ernährung“)

Die chinesische Diätetik ist eine wichtige Ergänzung zur Akupunktur und Kräutertherapie. Jedem Nahrungsmittel werden bestimmte Wirkungsweisen auf den Körper zugeordnet, z. B. ob es eher wärmend oder kühlend wirkt. Je nach Diagnose und Zustand des Patienten kann so eine individuelle Ernährungsempfehlung erfolgen.

#### > Moxibustion

Mithilfe des Abbrennens von Beifußkraut wird über die Akupunkturpunkte Wärme in das Körperinnere geleitet. Zum Einsatz kommen verschiedene Methoden:

- Nadelmoxa: Moxakegel werden auf den Griff der Akupunkturnadel gesetzt. Moxazigarren werden über die Akupunkturpunkte gehalten.
- Direkte Moxa: Beifußkraut wird auf einer Scheibe Ingwer oder einer Schicht Salz über dem Akupunkturpunkt abgebrannt.

#### > Tuina

Tuina ist eine Kombination von Akupressur, Massage und manueller Therapie. Die bestimmten Grifftechniken sollen den Qi-Fluss harmonisieren und wirken auch auf die inneren Organe.

#### > Qigong

Eine Kombination von körperlichen Übungen, Atem- und Konzentrationsübungen zur Förderung des Qi-Flusses.

### Ultraschalltherapie

> siehe physikalische Therapie/Elektrotherapie

Die Naturheilkunde bedient sich bevorzugt in der Natur vorkommender Mittel und Reize für die Selbstheilung.



DKV Deutsche Krankenversicherung AG

50594 Köln

Telefon 0 18 01 / 358 100 (3,9 Ct./Min. aus dem dt. Festnetz; max. 42 Ct./Min. aus dt. Mobilfunknetzen)

Telefax 0 18 05 / 786 000 (14 Ct./Min. aus dem dt. Festnetz; max. 42 Ct./Min. aus dt. Mobilfunknetzen)

service@dkv.com, [www.dkv.com](http://www.dkv.com)