

Hans M.¹⁾ ist ein kräftiger junger Mann Ende 30, energisch, freundlich. In unserem Auftrag suchte er wegen Kreuzschmerzen Heilpraktiker auf. Beim Praxisbesuch ging es für den Tester um erste Informationen zum Kennenlernen: Datenerhebung, Befund, Behandlungsvorschlag. Er sollte und wollte auf keinen Fall behandelt oder gar akupunktiert werden. Doch der Heilpraktiker ignorierte die Bitte des Patienten. Er setzte ihm bei der Untersuchung eine Akupunkturnadel –

rücklings: „Sehen Sie, das haben Sie nicht einmal gemerkt. Ist doch gar nicht so schlimm.“ Er meinte wohl, dem neuen Patienten die Angst nehmen zu müssen – per Nadel im Rücken.

Die skurrile Szene zählt zu Erlebnissen der eher negativen Art bei unserem Test von Heilpraktikern in größeren Städten in Nordrhein-Westfalen und Niedersachsen (siehe „So sind wir vorgegangen“). Sie blieben die Ausnahme. Überwiegend ist Positives zu berichten. Die Testpatienten fühl-

ten sich meist ernst genommen. Die Frage, ob sie bei einer Erkrankung in Zukunft auch einen Heilpraktiker konsultieren würden, bejahten sie nach dem Test übereinstimmend. Ein 50 Jahre alter Testpatient mit Rückenschmerzen fasste seine Eindrücke so zusammen: „Ich war

Mit Nadel und Globuli

Heilpraktiker Was passiert bei einem Heilpraktiker? Unsere Testpatienten lobten die Gesprächsatmosphäre, erlebten aber auch Bizarres wie Akupunktur wider Willen.

BERUFSBILD HEILPRAKTIKER

Was sie tun, wird nicht geprüft

Von Akupunktur bis Geistheilung, von Homöopathie bis Zelltherapie – Heilpraktiker praktizieren vieles, oft auch Exotisches.

Kein Ausbildungsberuf: Angesiedelt zwischen Gesundheitsfürsorge und ärztlichem Handeln, ist der Beruf des Heilpraktikers überwiegend eine deutsche „Spezialität“. Etwa 20 000 praktizieren hierzulande, private Krankenversicherer allein geben pro Jahr weit über 100 Millionen Euro für deren Therapien aus. Das Berufsbild enthält Besonderheiten. Sie sind erstaunlich, da es um das Behandeln von Menschen geht: Die Berufsordnung ist nicht rechtsverbindlich, Heilpraktiker ist kein Ausbildungsberuf.

Voraussetzungen: Ein Mindestalter von 25 Jahren, körperliche, geistige und seelische Eignung (ärztliches Attest, polizeiliches Führungszeugnis), Hauptschulabschluss, eine bestandene Prüfung und Genehmigung durch das zuständige Gesundheitsamt sind Zulassungsvoraussetzungen. Es gibt keine vorgeschriebene Ausbildungs- und Prüfungsordnung, keine Fortbildungspflicht oder Überprüfung durch das Gesundheitsamt nach bestandener Prüfung. Wer die schriftliche Prüfung besteht, zum Beispiel 40 von 65 Fragen richtig beantwortet, wird zu einer mündlichen Prüfung zugelassen. Ist diese gemeistert, hat man

bestanden. Die Prüfung beim Gesundheitsamt kann (anderswo) wiederholt werden. Die Durchfallquoten liegen regional unterschiedlich zwischen 20 und 80 Prozent. Heilpraktiker-Prüfungen decken ausschließlich schulmedizinisches Wissen ab, nicht das später gewählte Therapiegebiet.

Was sie nicht dürfen: Heilpraktiker dürfen keine sexuell übertragbaren Krankheiten behandeln, aber Prostatavergrößerung, Ovarialzysten, Menstruationsbeschwerden oder Endometriose (Wucherung der Gebärmutter Schleimhaut außerhalb der Gebärmutter). Sie müssen Infektions- und andere ernste Krankheiten erkennen oder lebensbedrohliche Zustände – und den Arzt rufen. Wissenschaftliche Beweise für angewandte Therapien sind oft nicht vorhanden oder eher dünn. Das Heilmittelwerbe-gesetz verbietet (Werbe-)Aussagen über die Wirkung nicht bewiesener Therapien. Bislang ist für Patienten die Qualität von Heilpraktikern kaum zu erkennen. Zertifizierungen gibt es noch nicht lange. Heilpraktiker können in bestimmten Fällen aber Alternativen bieten oder den Arzt ergänzen – für Patienten eine ganz persönliche Entscheidung.

1) Alle Namen und Altersangaben von der Redaktion geändert.



überrascht, fühlte mich umfassender und individueller bedient, als ich es von meinem Facharzt gewohnt bin. Ich kann mir vorstellen, einmal wieder zu einem Heilpraktiker zu gehen.“

Viel Zeit fürs Gespräch

Der Test sollte in einer Momentaufnahme zeigen, ob Heilpraktiker nach empfohlenen

Qualitätsstandards arbeiten. Dafür haben wir Heilpraktiker ausgesucht, die klassische Homöopathie oder Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) praktizieren, also eine Positivauswahl getroffen. Es sind zwei anerkannte Säulen heilkundlichen Handelns mit eigenen, geschlossenen Konzepten der Diagnostik und Therapie. Keiner der Tester hatte vor Testbeginn Erfahrungen mit Heilpraktikern. So zählte für sie schon der erste Eindruck: Heilpraktiker und ihre Praxen, meist gemütlicher ▶



KLASSISCHE HOMÖOPATHIE

Extrem verdünnt

Die Frage nach der Wirksamkeit ist nicht immer geklärt.

Dem Menschen, nicht dem Einzelorgan mit krankhaften Symptomen gilt die Aufmerksamkeit homöopathischer Heilpraktiker. Die „klassische Homöopathie“ arbeitet nach Regeln von Samuel Hahnemann (1755–1843). Das wichtigste Prinzip in der klassischen Homöopathie: „Heile Ähnliches mit Ähnlichem“ – immer mit einer einzigen Arzneisubstanz. Daneben haben sich auch Komplexmittel-Homöopathie oder die Biochemie nach Schüssler etabliert.

Typisch: Tropfen, Streukügelchen (Globuli), Tabletten, Salben, Injektionslösungen mit zum Teil extrem verdünnten, nicht mehr nachweisbaren Stoffen. Heuschnupfen oder Neurodermitis, Asthma und Kopfschmerzen sind typische Behandlungsfelder.

Es gibt unter anderem Hinweise auf therapeutische Wirksamkeit bei Atemwegsinfektionen, verschiedenen Allergieformen, Arthrose, Weichteilrheumatismus, Hauterkrankungen und Migräne.

TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

Breites Angebot

In China wird etwa jeder zehnte Patient nach den Prinzipien der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) behandelt.

Diagnose: Neben Anamnese vor allem Zungen- und Pulsdiagnostik.

Heilpflanzen: Älteste und wichtigste Therapie. Auskochen von etwa 4 bis 20



individuell gemixten Heilkräutern. Trinkmenge pro Tag: bis zwei Tassen.

Ernährungsberatung und -therapie: Lebensmitteln und Gewürzkräutern werden bestimmte Eigenschaften (Kühlen, Wärmen) zugeschrieben.

Akupunktur: Bei einer typischen Behandlung werden 5 bis 15 Nadeln gesteckt. Nach chinesischer Vorstellung löst die Akupunktur „Energieblockaden“, die Funktionsstörungen oder Schmerzen verursachen. Westliche Mediziner setzen Akupunktur vor allem zur Schmerzbehandlung ein.

Moxibustion: Langsames Verglimmen gepresster Kräuter.

Akupressur: Akupunkturpunkte werden mit den Fingerspitzen gedrückt.

Tuina-Massage: Zum Teil schmerzhaft, unter anderem Bindegewebs- und Reflexzonenmassage, Chirotherapie.

Qigong: Entspannungsübungen aus Bewegungs-, Atem-, Konzentrations- und Meditationstechniken.

Zum Teil gibt es Überschneidungen mit naturwissenschaftlichen Erkenntnissen: Akupunktur ist inzwischen in Bereichen der Schmerztherapie anerkannt. Chinesische Heilkräuter aus der Apotheke sind geprüft, etwa auf Pestizide.

SO SIND WIR VORGEANGEN

Im Oktober und November 2007 suchten vier geschulte Tester je zehn Heilpraktiker mit den Schwerpunkten **Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)** oder **klassische Homöopathie** in drei größeren Städten in Nordrhein-Westfalen und Niedersachsen auf. Insgesamt erfolgten 40 Testberatungen bei Heilpraktikern, je 20 pro heilkundlicher Richtung.

Alle vier Tester, zwei Frauen und zwei Männer, hatten ein chronisches Leiden (Allergie oder Rückenschmerzen) und nahmen die Beratungen bei den Heilpraktikern als Neupatienten verdeckt in Anspruch. Sie wurden vor Testbeginn ausführlich zu Therapieverfahren und Beratungsinhalten geschult. Die Testpatienten baten die Heilpraktiker der beiden heilkundlichen Richtungen jeweils um einen Beratungstermin mit dem Ziel, einen individuellen Behandlungsvorschlag zu erhalten.

Alle Schritte der Beratungsgespräche wurden in einem standardisierten Erhebungsbogen dokumentiert. Die Dokumentation der Beratungsgespräche wurde von einem Gutachterteam ausgewertet. Das Gutachterteam bestand aus einem naturheilkundlich qualifizierten Arzt und zwei Heilpraktikern mit den Tätigkeitsschwerpunkten „Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)“ oder „Klassische Homöopathie“.

Bewertet wurden der Service und die Vorabinformation, die Anamnese, die Diagnostik, die Informationen zur Therapie und die Gesprächsatmosphäre. Maßgeblich war dabei, ob die von den Heilpraktikern gestellten Fragen, begleitenden Informationen und Untersuchungsschritte in das Heilungskonzept und zu den Konventionen der jeweiligen Therapierichtung passten.

40 GESPRÄCHE BEI HEILPRAKTIKERN: SO WURDEN UNSERE TESTPATIENTEN BERATEN

Service und Vorinformation

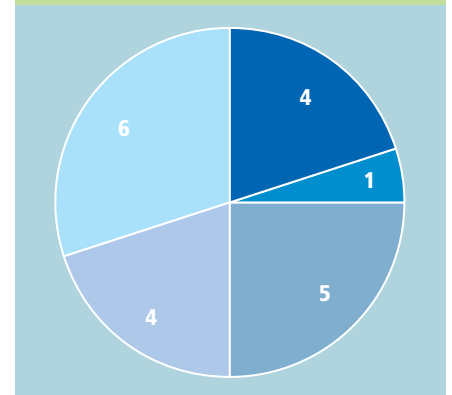
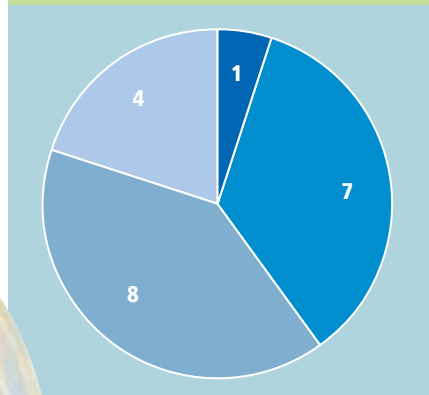
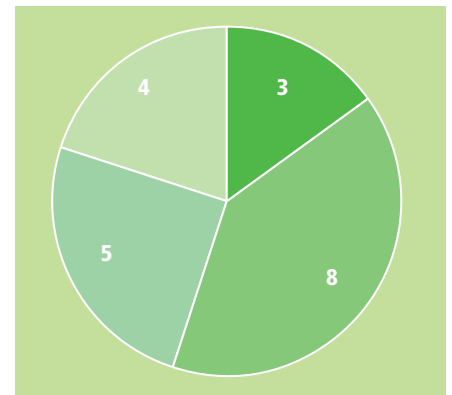
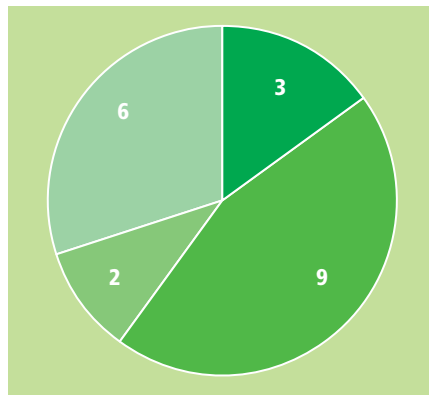
Homöopathen: Service, Praxisorganisation und Gesamteindruck waren meist positiv. Allerdings wurden die Kosten für das Erstgespräch und für Folgetermine häufig erst auf Nachfrage vorab genannt. Auch die Zahlungsmöglichkeiten blieben spontan ungenannt. Gesprächsdauer 30 bis 180 Minuten, Kosten der Sitzung 40 bis 180 Euro, einmal gratis.

TCM-Heilpraktiker: Der Anteil (sehr) guter Bewertungen bei Service und Vorinformation ist etwas geringer als bei den Homöopathen. Gesprächsdauer 30 bis 105 Minuten, Kosten der Sitzung 20 bis 120 Euro; ein Fall gratis.

Medizinische Fragen

Homöopathen: Drei umfassende, aber keine sehr gute Anamnese. Fragen nach der aktuellen Medikamenteneinnahme und schulmedizinischen Behandlung waren oft lückenhaft.

TCM-Heilpraktiker: Hier ergab sich ein differenzierteres Bild. Es gab sehr umfassende medizinische Befragungen, aber in fast jedem dritten Fall sehr lückenhafte. In der Tendenz wurden im Rahmen der Befragung zur Krankengeschichte vergleichsweise noch weniger Fragen zur aktuellen Medikamenteneinnahme und schulmedizinischen Behandlung der Testpatienten gestellt.



FALLZAHLEN Bewertungen basieren auf jeweils 20 verdeckten ersten Beratungsgesprächen bei TCM-Heilpraktikern und Vertretern der klassischen Homöopathie. Siehe „So sind wir vorgegangen“.

Traditionelle Chinesische Medizin



als beim Arzt, oft licht und in warmen Farben gehalten, kamen bei den Testpatienten in der Regel gut an („Wohnzimmeratmosphäre“). Sachlich-kühle „Arztstuden“ – der Therapeut hinter dem Schreibtisch am Computer, der Patient davor – waren hier die Ausnahme. Fast alle Heilpraktiker boten einen guten Service und waren sehr freundlich. Sie nahmen sich für das Ge-

spräch meist sehr viel Zeit – bis zu drei Stunden für den ersten Kontakt zu dem neuen Patienten. Da kommt ein Mediziner mit dem ökonomischen Zwang zur „5-Minuten-Medizin“ nicht mit.

Nicht nur die Atmosphäre stimmte, sondern auch der Gesprächsstil. Homöopathen und TCM-Heilpraktiker wurden dabei nur in Nuancen unterschiedlich bewertet. Bei Anbietern der klassischen Homöo-

Homöopathische und TCM-Fragen

Homöopathie: Die Mehrzahl hielt sich an die „klassische“ Homöopathie. In der Sorgfalt und im Umgang mit der Erhebung der Patientendaten (Anamnese) gab es erhebliche Unterschiede.

Aus TCM-Sicht: Auch hier gab es viele (sehr) lückenhafte und wenige (sehr) umfassende Beratungen. Konform mit der Lehre der Traditionellen Chinesischen Medizin wurde meist auch Zungen- und Pulsdiagnostik angewendet, nach den Regeln der Lehre und auch relativ ausführlich. Zur Psyche der Testpersonen gab es vergleichsweise weniger Fragen.

Informationen zur Therapie

Die meisten aufgesuchten Heilpraktiker erfüllten Ansprüche, die Fachleute von einer zumindest zufriedenstellenden **Homöopathie** oder **Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)** erwarten. Bei TCM wurde meist Akupunktur empfohlen, von den Homöopathen homöopathische Mittel, aber auch Verfahren außerhalb des Systems wie die Dorn-Therapie. Von Homöopathen wurden die Tester häufig wenig umfassend bis lückenhaft über die Therapie informiert. Anders bei der TCM. Das Urteil zu fast allen Gesprächen: „sehr umfassend“.



Klassische Homöopathie

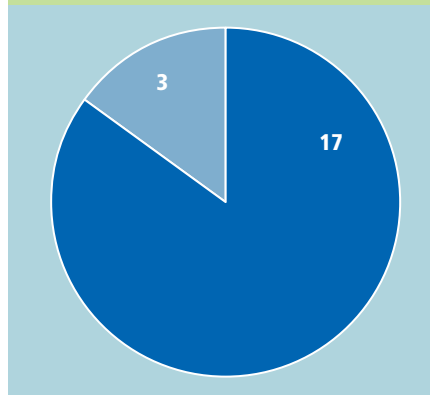
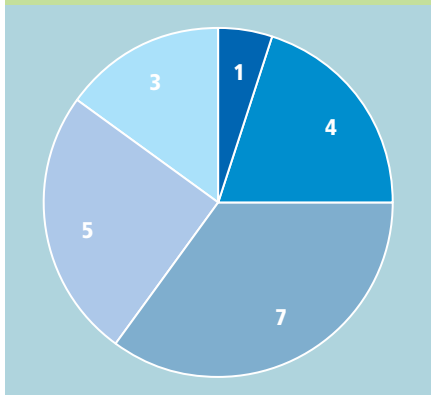
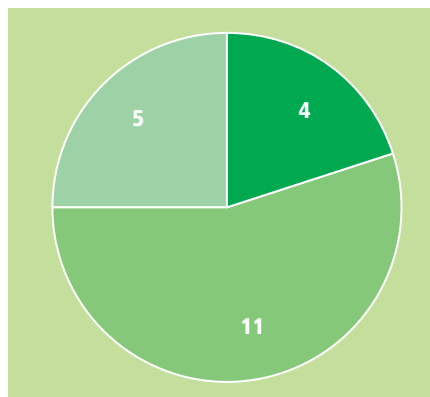
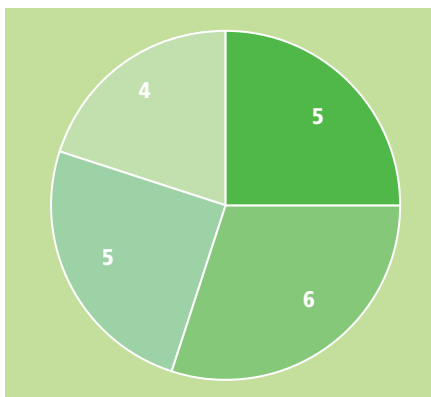
nach heiklen Themen wie dem Sexualleben gefragt – ein Punkt, der in der homöopathischen Anamnese eher später angesprochen wird.

Patientenbefragung unterschiedlich

Bei der Anamnese, also beim Erfragen der medizinischen Vorgeschichte und des aktuellen Befindens des Patienten, gab es allerdings erhebliche Unterschiede. Bei den Homöopathen waren Ablauf der Befragung, strukturelles Vorgehen und abschließende Therapieempfehlung im Vergleich zur TCM einheitlicher. Insgesamt wurde die Anamnese häufig nur (sehr) lückenhaft durchgeführt. Bei den TCM-Heilpraktikern erfolgte meist zusätzlich eine Puls- und Zungendiagnostik. Diese ergänzenden Diagnoseverfahren beurteilt die STIFTUNG WARENTEST aber kritisch.

Die reine Lehre manchmal verlassen

Ein dicker Wermutstropfen: Einige Heilpraktiker beschränkten sich nicht auf ihr spezifisches Fachgebiet, sondern setzten ▶



Sehr umfassend Umfassend Weniger umfassend
Lückenhaft Sehr lückenhaft

pathie empfanden die Tester Atmosphäre und Gesprächsstil nur bei 3 von 20 Besuchen als negativ, bei weiteren zwei Besuchen eher mittelmäßig. Bei den restlichen 15 Besuchen war ihre Bewertung besser. Bei der abschließenden Frage „Haben Sie das Gefühl, bei diesem Heilpraktiker gut aufgehoben zu sein?“, antworteten die Tester 14-mal mit „ja“ und „eher ja“, 6-mal mit „nein“ und „eher nein“.

Sehr umfassend Umfassend Weniger umfassend
Lückenhaft Sehr lückenhaft

Bei den Heilpraktikern mit TCM-Schwerpunkt wurden Atmosphäre und Gesprächsstil bei 5 der 20 Besuche als mittelmäßig beurteilt, darunter einmal wegen eingeschränkter Deutschkenntnisse eines chinesischen Heilpraktikers – die Verständigung litt erheblich. Fünf Besuche wurden als gut bewertet, der Rest sehr gut. Auffällig die vorsichtige Gesprächsführung: Nirgendwo wurde schon beim Erstbesuch

Stichhaltige Argumente

Akupunktur gehört zu den alternativen Heilmethoden, für die es wissenschaftliche Studien mit Wirksamkeitsnachweisen gibt.

Komplexe Therapie: In Deutschland gibt es mehrere Tausend Ärzte, die sich an den Methoden der traditionellen chinesischen Medizin orientieren. Weitaus mehr Mediziner und auch Therapeuten ohne medizinische Qualifikation, wie Heilpraktiker, bieten Akupunkturbehandlung an. Etwa 60 Einrichtungen in Deutschland bilden angehende Akupunkteure aus. Hauptsächlich wird zwischen einem A-Diplom mit 140 Stunden Ausbildung und einem B-Diplom mit 350 Stunden unterschieden. Traditionell ausgerichtete Akupunkteure bestehen auf mindestens 350 Stunden. Nur so lerne der Therapeut die komplexe chinesische Syndromtherapie, bei der festgelegte Punkte nicht nach

einem Schema, sondern für jeden Patienten individuell genadelt werden.

Studien zur Wirksamkeit: Die Nadelstich-Therapie war lange umstritten. Die US-Gesundheitsbehörde NIH wertete Tausende von widerstreitenden Studien aus. In Deutschland gab es mehrere Patientenstudien und einen großangelegten Modellversuch der Krankenkassen mit positivem Ergebnis. Sie dürfen Akupunktur bei chronischen Rücken- und Knieschmerzen bezahlen. Die Wirksamkeit ist bei bestimmten Krankheitsbildern unterschiedlich: Manchmal ist der Nutzen wissenschaftlich belegt, manchmal kann aber auch eine Scheinakupunktur (an „falschen“ Punkten und weniger tief) das Leiden lindern.



1) Alle Namen und Altersangaben von der Redaktion geändert.

ergänzend zum Teil wissenschaftlich nicht haltbare Verfahren ein. Einzelne Therapeuten hielten sich auch kaum an fachliche Empfehlungen. Dabei ist bemerkenswert, dass trotz unserer Auswahl „klassischer“, gut ausgebildeter Homöopathen-Heilpraktiker einige die Lehre ihres naturheilkundlichen Systems sowie die Qualitätsvorgaben der Berufsverbände verließen oder auf ihre Weise interpretierten.

So setzten die Homöopathen ergänzend auch andere Methoden ein wie zum Beispiel die Irisdiagnostik, Bioresonanz (je einmal) und die Kinesiologie (zweimal). Die Wirksamkeit dieser Verfahren ist wissenschaftlich nicht erwiesen.

Manuelle Therapien empfohlen

In zwölf Fällen wurden Einzelmittel nach dem Vorbild der klassischen Homöopathen verordnet, weitere viermal für später erwogen oder bewusst nicht oder noch nicht verordnet. Und in vier Fällen wurde gar keine klassische Homöopathie mit einem Einzelmittel empfohlen. Therapieempfehlungen der Homöopathen waren neben Einzelmitteln auch Schüssler Salze und die zwischen Chiropraktik und TCM angesiedelte Dorn-Therapie oder bei Rückenschmerzen die Cranio-Sacral-Therapie (ein Gebiet der manuellen Medizin). Sie wurde einmal sogar explizit anstelle der Homöopathie gewählt. Das Verfahren hat sich aus der Osteopathie, bestimmten Grifftechniken eines US-Arzt, entwickelt. In einem Fall wurde zusätzlich die Neuraltherapie empfohlen, bei der ein Medikament zur örtlichen Betäubung (Lokalanästhetikum) eingesetzt wird. Im Ratgeber der STIFTUNG WARENTEST „Die andere Medizin“ wird empfohlen, damit allenfalls kundige Ärzte zu beauftragen – für den Fall gefährlicher allergischer Reaktionen.

Eher selten Ernährungsempfehlungen

Während 20 Prozent der Homöopathen nicht nach den Grundsätzen der klassischen Homöopathie vorgehen, unternahmen TCM-Heilpraktiker bei ihren Behandlungsvorschlägen seltener „Ausflüge“ in andere therapeutische Gefilde: Zweimal wurde auch hier die Dorn-Therapie empfohlen, einmal die Cranio-Sacral-Therapie sowie Vitamingaben. Als diagnostisches Verfahren wurde einmal auch Kinesiologie mit Irisdiagnostik angewandt. TCM-Heilpraktiker blieben mehr ihrem heilkundlichen Schwerpunkt verpflichtet, empfahlen unter anderem Arzneitherapie, Tuina und Qigong (siehe „Mehr als

Nadeln“, S. 89). Empfohlen wurde vor allem Akupunktur, die Arzneitherapie dagegen nicht so häufig. Nach Auskunft unserer Gutachter ist das nicht unbedingt negativ zu bewerten. In China ist die Arznei- und Kräutertherapie ein eigenes Fach. Nur wenige Akupunkteure sind in Personalunion auch Arzneitherapeuten. Enttäuschend ist, dass im Test eine weitere wichtige Behandlungsmöglichkeit bei TCM-Heilpraktikern eine eher geringe Rolle spielte: Ernährungsempfehlungen. Sie sind wesentlicher Bestandteil Traditioneller Chinesischer Medizin.

Zu viel versprochen

Aufgabe der Testpatienten war es auch, zu dokumentieren, ob vom Therapeuten eine Besserung der Beschwerden oder Heilung versprochen wurde. Bei Homöopathen war das 10-mal der Fall, bei TCM-Heilpraktikern gleich 14-mal. Zwar sind bei Rückenschmerzen nach Akupunktur unter Umständen Besserungen zu erwarten, ein seriöser Heilpraktiker sollte Patienten aber nichts versprechen.

Erstgespräch 20 bis 180 Euro

Wichtig sind auch die Honorare. Denn Krankenkassen übernehmen bei Heilpraktikern nichts. Beim Homöopathen kostete das Erstgespräch zwischen 40 Euro (für 60 bzw. 80 Minuten) und 180 Euro (für 105 bzw. 120 Minuten). Der Mittelwert des Honorars lag bei 100 Euro, die mittlere Gesprächsdauer bei 98 Minuten. Die Kosten des TCM-Erstgesprächs beliefen sich auf 20 Euro (für 30 bzw. 60 Minuten) bis 120 Euro (für 100 Minuten). Im Mittel zahlten unsere Testpersonen 52 Euro für 63 Minuten. Eine homöopathische Konsultation war in der Regel länger und kostete mehr als beim Heilpraktiker mit Schwerpunkt Traditionelle Chinesische Medizin. Später folgende Sitzungen kosten meist weniger. Ungewöhnlich: Zwei Heilpraktiker führten ein Gespräch über 30 beziehungsweise 40 Minuten gratis. Dass beim Honorar nicht mit der Stoppuhr gearbeitet wird, war im Test eine gute Erfahrung.

Patienten vergrault

Es gab auch Episoden, die Patienten vergrault haben. Sabine S.¹⁾ ging wegen ihres Heuschnupfens zum Heilpraktiker. Der hörte auch die Lunge ab. Doch die knapp 30-Jährige hatte das Gefühl der „Anzüglichkeit“. Es wurde mehr Wäsche beiseitegeschoben und Haut freigelegt als nötig. „Bei dem hätte ich die Anamnese bei ei-



nem weiteren Termin nicht fortgesetzt.“ Bei einem Homöopathen begann ein Gespräch erst nach längerem Warten. Als die Testerin das ansprach, war die Reaktion heftig. Der Heilpraktiker gab Erklärungen mit einem aggressiven, ungehaltenen Unterton ab – und nannte Erkrankung, Diagnose sowie den kompletten Namen des zuvor behandelten Patienten.

Eine 75-jährige Homöopathin beunruhigte ihren neuen Patienten. Sie formulierte bizarre Krankheitstheorien, verteilte Impfungen („Todespilze“) und andere erprobte medizinische Therapien.

TIPPS Worauf Sie beim Heilpraktikerbesuch achten sollten:

- Treten Sie aktiv auf, lassen Sie sich Diagnose und Behandlungsansatz erklären. Handelt es sich wirklich um „klassische“ Homöopathie oder TCM? Beachten Sie die Checkliste (*siehe rechts*).
- „Stimmen“ die Person und die Praxis? Geht man auf Ihre Fragen und Anliegen ein? Wird Ihnen die Arbeitsweise erläutert, werden auch bereitwillig die Kosten der Behandlung angesprochen?
- Holen Sie eventuell eine Zweitmeinung ein. Machen Sie sich auch ein Bild von Werbe-Flyern und der Homepage.
- Informieren Sie sich auch in unserem Buch „Die andere Medizin“. Im Anhang finden Sie eine Übersicht mit Bewertungen der meisten alternativen Verfahren.

ACHTUNG Lassen Sie sich bei ernsten, gefährlichen Erkrankungen vom Arzt behandeln, nicht ausschließlich vom Heilpraktiker. Schulmedizinisch sollte alles abgeklärt werden. Es gibt homöopathisch und naturheilkundlich orientierte Ärzte. Informieren Sie Ihren Arzt, wenn Sie noch anderweitig behandelt werden. Heilverfahren können nach Absprache auch kombiniert werden. ■

CHECKLISTE

■ **AUSWAHL** Vertrauen Sie nicht jedem, der seine Heilkunst anbietet. Kann er eine Ausbildung vorweisen? Arbeitet er nach Qualitätsstandards? Die klassische Homöopathie und die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) sind zwei anerkannte Fachgebiete mit eigenen Qualitätskriterien und Ausbildungsanforderungen.

■ **HOMÖOPATHIE** Die Befragung zur Krankengeschichte (Anamnese) sollte im ersten Gespräch mindestens 60 Minuten dauern. Ist sie klassisch homöopathisch, wird neben den aktuellen Beschwerden auch nach Lebensbedingungen, psychischem und körperlichem Befinden, Empfinden, nach Vorlieben und Abneigungen gefragt. Die Therapie sollte zunächst aus nur einem verordneten Mittel bestehen. Andere Verfahren sollte der Homöopath, wenn überhaupt, nur ergänzend anwenden.

■ **TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN (TCM)** Sie besteht aus einer Vielzahl von Verfahren. Akupunktur und Ernährungstherapie sollten in jedem Fall angeboten werden. Die Patientenbefragung sollte mindestens 20 bis 30 Minuten dauern. Die Anamnese sollte Ernährung, Vorlieben, Wärme-Kälte-Empfinden und „Vegetativum“ (zum Beispiel Schwitzen) klären. Fragen Sie auch nach der Anzahl der geplanten Akupunkturen und nach den Preisen.

■ **VORSICHT** Keine Behandlung mit TCM oder Homöopathie bei akuten ernsthaften und bei vital bedrohlichen Erkrankungen; bei unklarer Diagnose; wenn Ihnen der Heilpraktiker rät, Medikamente abzusetzen oder eine ärztliche Behandlung abzubrechen; sich abfällig über andere medizinische Therapien äußert; Heilung verspricht oder Sie nur ausweichende Antworten zu den Kosten und zur Dauer der Behandlung erhalten.

