

Kriterien zur Beurteilung alternativer/komplementärer Heilmethoden

Alternative Heilmethoden sind zu einem festen Bestandteil unserer Gesundheitsversorgung geworden. In drei Punkten lässt sich ein verantwortungsvoller Umgang mit diesen Methoden zusammenfassen:

1. Alternative Heilmethoden sind hilfreich zur **Vorbeugung** von Krankheiten bzw. zur Erhaltung der Gesundheit.
Beispiele: Meditation, Yoga
2. Alternative Heilmethoden sind **komplementär** (zusätzlich) einsetzbar zur Schulmedizin.
Beispiel: Wirksamkeit von Akupunktur bei Zahnschmerzen, Fibromyalgie
3. Es gibt Erkrankungen, die **nur von Schulmedizinern bzw. psychologischen Psychotherapeuten** behandelt werden sollten.
Beispiele: Unfallverletzungen, Infektionserkrankungen, Psychosen, schwere Depressionen, psychische Traumatisierungen

Entscheidet man sich für alternative Heilmethoden so ist folgendes zu bedenken:

- Vorsicht bei Anbietern, die unrealistische Versprechungen machen, z.B. Krebs oder Aids zu heilen.
- Vorsicht bei Anbietern, die eine Kooperation mit Schulmedizinern oder eine Medikamenteneinnahme sehr kritisch sehen oder ganz ablehnen. Seriöse Anbieter kooperieren mit anderen Fachdisziplinen und akzeptieren die Grenzen ihrer Möglichkeiten.
- Wird nach der Diagnose des Arztes gefragt? Es sollten keine Diagnosen mit nachgewiesenermaßen untauglichen Methoden erstellt werden, z.B. Irisdiagnostik, Kinesiologie, Pendeln.
- Alternative Heilmethoden sind Dienstleistungen. Vorsicht bei Therapeuten / Heilern, die einen Guru-Status einnehmen, z.B. keine Kritik oder keinen Widerspruch erlauben.
- Eine professionelle Therapeut-Klient-Beziehung bedeutet: keine Freundschaft, keine sexuelle Beziehung, kein Verkauf von Büchern und Seminaren, keine Schwarzarbeit.
- Bei einigen Heilangeboten besteht die Gefahr der Entwicklung einer psychischen Abhängigkeit durch Anbindung an konfliktreiche Bewegungen.
Beispiel: Dr. Rath, Dr. Hamer, Bruno-Gröning-Freundeskreis
- Für Alternative Heilmethoden gibt es keine festen Ausbildungsrichtlinien. Vor Behandlungsbeginn sollte man sich erkundigen, welchen beruflichen Hintergrund, welche Vorerfahrungen der Anbieter mitbringt.
- Die Transparenz des Vorgehens ist wichtig. Welche Ziele sollen mit welchen Methoden erreicht werden? Wird ein Behandlungsplan erstellt?
- Bei vielen alternativen Heilmethoden ist die Wirksamkeit nicht nachgewiesen. Trotzdem kann es, im Sinne eines Placeboeffektes, durch Aktivierung der Selbstheilungskräfte in Einzelfällen zu Heilungen kommen.
Beispiele: Homöopathie, Bach-Blütentherapie, Edelsteintherapie
- Bei bestimmten Erkrankungen ist die Wirksamkeit alternativer Heilmethoden durch Studien nachgewiesen
Beispiel: Qigong hilft zur Schmerzlinderung, Akupunktur ist bei Zahnschmerzen von Nutzen

Zur Klärung weiterer Fragen stehen Ihnen die MitarbeiterInnen der Beratungsstelle des Sekten-Info Essen e.V. gern zur Verfügung.