

Nutzung der Komplementärmedizin

Im Rahmen der Wundbehandlung



Heike Gail

Als gelernte Pflegefachfrau bestens vertraut mit der Schulmedizin, nutze ich als Naturheilpraktikerin ebenso die heilenden Kräfte der Natur

Meine berufliche Biografie zeigt sich vielseitig und vernetzt. Ich bin mit der Natur verbunden und schöpfe aus ihr die Kraft für die tägliche Begleitung von Menschen in verschiedenen Lebenssituationen.

In der Vernetzung und Verknüpfung beider Fachbereiche sehe ich den Schlüssel zum Gesundsein und Gesundwerden.

Komplementär

Der Begriff „komplimentär“ kommt aus dem lateinischen und bedeutet „ergänzend“.

Das Wort „Komplementärmedizin“ wird auch häufig durch das sinnverwandte Wort „Alternativmedizin“ ersetzt.

Am bekanntesten sind die Begriffe Homöopathie und Akkupunktur.

Wie die Definition schon sagt, soll die komplementäre Medizin die „Schulmedizin“ ergänzen und nicht ersetzen.

Geschichte

Man kann sagen, dass die Geschichte der Pflanzenheilkunde so alt ist, wie die Geschichte der Menschheit.

- **Aryurveda**, indische Heilkunst: „Lehre vom langen Leben“
- **Papyrus Ebers**, 877 Rezepte mit Heilpflanzen
- **Pythagoras von Samos**, Hippokrates und Theoprast waren nur einige die sich sehr viel mit der Heilung von Krankheiten und Wunden mit Heilpflanzen befassten
- **Hildegard von Bingen**, eine der bekanntesten Frauen die sich mit Heilmittellehre der Pflanzen beschäftigte
- **Paracelsus**, galt als Forscher und schrieb „die grosse Wundarznei“.
 - Er sagte schon immer, dass alle Dinge Gift besitzen, doch durch die richtige Dosis, es kein Gift mehr ist.

Definitionen in der Komplementärmedizin

Aromapflege

- versteht man den gezielten, geschulten Einsatz von 100 % naturreinen ätherischen Ölen, fetten Pflanzenölen, Hydrolaten und deren Aromapflegeprodukte

Phytotherapie

- Bei der Phytotherapie werden ausschliesslich Wirkstoffe von Heilpflanzen verwendet. Deshalb können hier auch Nebenwirkungen entstehen wie allergische Reaktionen oder Wechselwirkungen auf andere Medikamente

Definitionen in der Komplementärmedizin

Kommission E

- Im Jahre 1978 wurde die Kommission E erweckt, um die Arzneipflanzen zu überprüfen.

Menschen aus unterschiedlichsten Bereichen im Gesundheitswesen haben sich zusammengetan, um die Wirksamkeit und Unbedenklichkeit der Pflanzen zu überprüfen.

Definitionen in der Komplementärmedizin

Teezubereitung

Infus = heisser Aufguss (nicht mehr kochendes Wasser) aus Blüten und Blätter der Pflanzen

Mazerat = Kaltauszug, besonders für Schleimstoffpflanzen, Samen, Wurzeln , Blüten und Blätter

Dekokt = Abkochung der Wurzel – oder Rindendrogen

Tinktur = alkoholischer Auszug von heilpflanzen. Getrocknet oder frisch

Wirkstoffe der Pflanzen

Schleimstoffe

- Quellen auf und können Gele bilden
- Durch das Ablegen des Schleims wirkt der Schutzfilm reiz- und entzündungshemmend, schmerz- und juckreizlindernd



Wirkstoffe der Pflanzen

Gerbstoffe

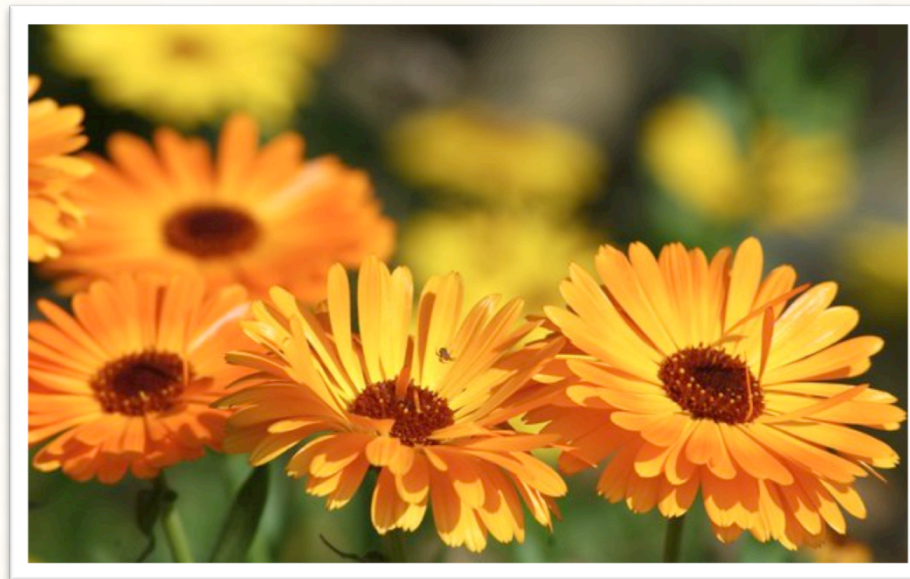
- Sie haben eine zusammenziehende, antibakterielle und entzündungshemmende Wirkung auf Haut und Schleimhaut



Wirkstoffe der Pflanzen

Flavonoide

- Grosses Wirkspektrum, keine Nebenwirkungen!
- Entzündungshemmend, verbessern die Durchblutung, verhindern die Entstehung von Ödemen



Wirkstoffe der Pflanzen

Ätherische Öle

- Sind in jeder intensiv riechenden Pflanze enthalten. Durch ihre ölige Konsistenz können sie leicht von der Haut oder über die Schleimhäute der Atemwege bzw. des Magen-Darm-Traktes aufgenommen werden.
- häufig entzündungshemmend oder entblähend.
- Hohes Allergiepotential



Möglichkeiten der Wundreinigung

Bäder

- Hier kann man entscheiden zwischen Vollbad, Teilbad oder Sitzbad. Für ein Vollbad maximal 5 – 10 Tröpf. verwenden, Anzahl anpassen an ein Teil- oder Sitzbad.
- Ein Emulgator muss unbedingt hinzugefügt werden. Dafür geeignet sind Milch, Sahne, Meersalz oder Honig. Das Öl mit dem Emulgator vermischen und erst dann zum Wasser geben.



Möglichkeiten der Wundreinigung

Spülungen

- Für eine gute Wundheilung ist es wichtig, Fibrinbeläge, Keime, Zelltrümmer, Biofilm, Nekrosen mit Hilfe einer Spülung zu lösen.
- Der zubereitete, körperwarme Tee wird dann mit einer Einmalspritze über die Wunde gespült.
- Bei einer Spülung sollte die Flüssigkeit Körpertemperatur haben, da eine zu kalte Flüssigkeit die Wundheilung für Stunden unterbrechen kann.



Möglichkeiten der Wundreinigung

Nass – Trockenphase

- Eine Wundreinigung sollte schonend und effektiv gemacht werden, dafür eignet sich die NT besonders. Diese Methode eignet sich gut zum Reduzieren bzw. zum Lösen von Zelltrümmern und Belägen von Wunden und Wundumgebung!
- Es werden sterile Kompressen – am besten drei Stück - mit einem geeigneten Tee (Eichenrinde, Kamille...) getränkt, dann werden die befeuchteten Kompressen auf die Wunde aufgelegt, zwei trockene Kompressen kommen im Anschluss noch darauf.

Einzelne Heilpflanzen im Porträt

- Salbei (*Salvia officinalis*)
- Kamille (*Matricaria recutita*)
- Ringelblume (*Calendula officinalis*)
- Eichenrinde (*Quercus robur*)
- Lavendel (*Lavendula angustifolia*)
- Johanniskrautöl (*Hypericum perforatum*)

Einzelne Heilpflanzen im Porträt

- Malve = Chäslichrut (*Malve sylvestris*)
- Beinwell (*Symphytum officinale*)
- Spitzwegerich (*Plantago lanceolata*)
- Medizinischer Honig

Selbstbehandlung mit Bedacht

- Beachten Sie bitte die besonderen Hinweise für Ihre Gesundheit. Zu Wirkung, Anwendung und Dosierung, sowie zu den Risiken und Nebenwirkungen! Die Einnahme von Heilpflanzen sollte immer mit einem Arzt, Naturheilpraktiker oder Phytotherapeutin besprochen werden, um Wechselwirkungen vermeiden zu können.
- Eine sinnvolle Therapie ist nur unter Berücksichtigung aller individuellen Besonderheiten, z. B. Art und Dauer der Beschwerden, Begleiterkrankungen usw. möglich, worauf nur in einem persönlichen Gespräch mit einer fachkundigen Person eingegangen werden kann.

Psychosomatische Sichtweise

- **Der Körper reagiert auf unterschiedlichste Art und Weise auf starke emotionale Belastungen und Lebenskrisen.**
 - Über die verschiedensten Organe, wie z.B. Herz, Lunge, Haut oder auch die Haare, teilt er mit, dass mit der Psyche etwas nicht in Ordnung ist.
- **Haut und Psychosomatik**
 - Fühlen Sie sich wohl in Ihrer Haut, geborgen und sicher? Oder ist Ihr Leben „zum aus der Haut fahren“?
 - Fühlen Sie sich dünnhäutig und wären gerne ein bisschen dickhäutiger?

Kein anderes Organsystem ist so eng und so offensichtlich mit unserer Psyche verbunden wie die Haut.

Psychosomatische Sichtweise

- **Diese Verbindungen von Körper und Psyche zu finden, ist nicht immer ganz einfach.**
 - Wenn ein Patient Schmerzen hat, eine Untersuchung aber dennoch keinen eindeutigen körperlichen Befund ergibt, gilt es, seine Lebensgeschichte und sein Umfeld genau zu studieren. Vielleicht liegt die Ursache für seine Beschwerden ja in seiner Seele.
- **Und eine wichtige Frage zum Schluss:**
 - Wieviel Zeit bleibt wirklich für den Patienten?

Bleiben Sie gesund!

Den wahren Wert von Gesundheit erfahren wir oft erst, wenn wir krank werden. Dann erkennen wir, wie selbstverständlich es ist, uns schmerzfrei zu bewegen, voller Energie zu stecken und das Leben in seiner Fülle zu genießen.



DANKE für Ihre Aufmerksamkeit