



**Gesundheitsladen
Bielefeld e.V.**

Naturheilverfahren &



Alternative

Heilmethoden

**Informationen für interessierte
Bürgerinnen und Bürger**

Inhaltsverzeichnis

1	VORWORT	2
2	WAS VERSTEHT MAN UNTER: NATURHEILVERFAHREN, ALTERNATIVEN HEILMETHODEN UND KOMPLEMENTÄRMEDIZIN?.....	3
3	Die „TOP 5“ DER ALTERNATIVEN HEILMETHODEN	4
3.1	Die Homöopathie	4
3.2	Die Osteopathie	5
3.3	Die Akupunktur	7
3.4	Die Anthroposophische Medizin	8
3.5	Die Phytotherapie.....	10
4	WELCHE KOSTEN ÜBERNIMMT DIE KRANKENKASSE?.....	10
5	WELCHE LEISTUNGEN MUSS ICH SELBST BEZAHLEN?	11
6	GIBT ES AUSNAHMEREGLUNGEN BEI DER KOSTENÜBERNAHME?	12
7	WIE HOCH IST DIE NACHFRAGE IN DER BEVÖLKERUNG?.....	15
8	WELCHE GRENZEN HAT DIE ALTERNATIVE MEDIZIN?.....	15
9	WEITERE BEHANDLUNGSFORMEN	18
10	INTERNETADRESSEN / QUELLEN .. FEHLER! TEXTMARKE NICHT DEFINIERT.	

1 Vorwort

Die *Naturheilkunde* und die *alternativen Heilmethoden* haben heute eine bedeutende Rolle in der öffentlichen Gesundheit - sie stehen für eine moderne Entwicklung im Gesundheitswesen, die traditionelle Erfahrungen mit neuen Erkenntnissen verbindet. Die Therapieverfahren der *alternativen Medizin* zählen zumeist nicht zu den allgemein anerkannten Methoden der angewandten *Schulmedizin* und sind somit auch kein Bestandteil der Regelversorgung der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV). Da sie aber sowohl von den Versicherten zunehmend eingefordert, als auch von den Krankenkassen vermehrt in ihren Leistungskatalog aufgenommen werden, zeigt sich eine Tendenz zum Wandel. So bieten auch Krankenhäuser die klinische Anwendung von Naturheilverfahren bereits teilweise an.

Immer mehr Patientinnen und Patienten wenden sich mit Fragen zu diesem Thema an den Gesundheitsladen Bielefeld e.V., welches wir zum Anlass genommen haben, diese Broschüre herauszugeben. Die Broschüre beschäftigt sich mit den alternativen Heilmethoden, die, wie in den Leistungskatalogen der Krankenkassen ersichtlich und von uns recherchiert wurde, am häufigsten erstattet werden. Sie soll Ihnen dabei helfen zu entscheiden, ob diese Form der Therapie für Sie richtig ist. Es werden von uns sowohl die Kostenregelungen des Gesetzgebers und der Krankenkassen dargestellt, als auch die Vor- und Nachteile der Behandlungsweisen für Sie herausgestellt.

Zur besseren Lesbarkeit wurde im Rahmen dieser Informationsschrift auf eine schriftliche Geschlechtertrennung verzichtet. Demnach beinhaltet die männliche Schreibweise (z.B. Patient, Arzt oder Versicherter) auch stets die weibliche Form. Diese Broschüre erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Sie basiert auf dem Wissensstand im März 2014.

Gesundheitsladen e.V.

2 Was versteht man unter: Naturheilverfahren, alternativen Heilmethoden und Komplementärmedizin?

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert Alternativmedizin als ein breites Spektrum von Heilmethoden. Die Naturheilverfahren und die alternativen Heilmethoden sehen sich als eine „ganzheitliche“ medizinische Ausrichtung. Sie untersucht sowohl andere Krankheitsursachen als auch andere therapeutische Wirkungsmechanismen als die Schulmedizin. Der schulmedizinische Ansatz ist eher krankheitsbezogen orientiert und beschreibt die Krankheitssymptome und -ursachen als Funktionsdefizite unseres Körpers. Erkrankungen werden hier vorrangig auf der körperlichen Ebene betrachtet und in der Regel durch medikamentöse oder operative Eingriffe behandelt.

Anders ist es in der alternativen Medizin. Hier werden die Krankheitssymptome eher als Funktionsäußerungen des Körpers gedeutet. Sie ist gesundheitsbezogen orientiert und zielt auf die Selbstheilung unseres Körpers. Die angewandten Methoden der alternativen Medizin zielen vor allem darauf ab, die natürlichen Vorgänge unseres Organismus individuell zu beeinflussen oder nachzuahmen.

Dabei sollten Sie sich bewusst sein, dass, anders als bei der medikamentösen Behandlungsform, die gewünschte Verbesserung Ihres Gesundheitszustandes manchmal länger dauert und Geduld erfordert. Zudem kann es bei manchen Therapieformen zu einer sogenannten *Erstverschlimmerung* kommen.

Von Komplementärmedizin spricht man, wenn Naturheilverfahren ergänzend zu schulmedizinischer Behandlung eingesetzt werden, z.B. in der Krebstherapie.

3 Die „Top 5“ der alternativen Heilmethoden

Da es eine große Bandbreite an alternativen Heilmethoden gibt (siehe Kapitel neun), beschränken wir uns hier auf die fünf am häufigsten in Anspruch genommenen, an deren Kosten sich die Krankenkassen vielfach beteiligen. Zu diesen zählen die Homöopathie, die Osteopathie, die Akupunktur, die Anthroposophische Medizin und die Phytotherapie.

3.1 Die Homöopathie

Die Homöopathie wurde bereits im 19. Jahrhundert von dem deutschen Arzt und Apotheker Samuel Hahnemann entwickelt. Sie basiert auf dem Grundprinzip: „Gleiches kann durch Gleiches geheilt werden“. Die Homöopathie ist eine spezielle Reiztherapie, die unseren Organismus mit bestimmten Substanzen gezielt anregt. Dabei werden Medikamente eingesetzt, die in hoher Dosierung dieselben Symptome erzeugen können, gegen die sie in sehr niedriger Dosierung eingesetzt werden. Die Inhaltsstoffe homöopathischer Mittel sind pflanzlicher, tierischer oder mineralischer Herkunft. Durch die Kombination aus Verdünnung und Verschüttelung („potenzieren“ mit einem Wasser-Alkohol-Gemisch) oder Verreibung (mit Milchzucker) sollen die dynamischen Kräfte des Körpers angeregt werden, seine Selbstheilungskräfte zu aktivieren und das seelische und körperliche Gleichgewicht wiederherzustellen.

Bei einer so genannten *Erstanamnese* erfolgt eine ausführliche Befragung durch Ihren behandelnden Arzt/ Behandler zu Ihren aktuellen individuellen Beschwerden, Vorerkrankungen, familiären Erkrankungen,



sowie zu Ihrem physischen und psychischen Gesamtbild. Er analysiert und ermittelt Ihre Symptome. Anschließend wählt Ihr Arzt/ Behandler ein geeignetes homöopathisches Mittel für Sie aus. Ihr Behandlungsverlauf und Heilungsprozess werden in der Regel in gleichmäßigen Abständen von ihm kontrolliert.

Kosten: Je nach Behandlungsumfang und Menge an homöopathischen Mitteln können diese sehr unterschiedlich ausfallen. Erkundigen Sie sich hierzu bei Ihrem Arzt oder Behandler.

Voraussetzungen für die Kostenübernahme durch die gesetzliche Krankenkasse: Sie werden nur im Rahmen eines Vertrages zur integrierten Versorgung mit dem Deutschen Zentralverein homöopathischer Ärzte e.V. (DZVhÄ) und dem Deutschen Apothekerverband (DAV) auf Kosten der Krankenkasse behandelt. Achten Sie als gesetzlich Versicherter darauf, dass Ihre Behandlung von einem Arzt durchgeführt wird, der die Zusatzbezeichnung „Homöopathie“ besitzt (Umfang siehe Leistungskatalog Ihrer Krankenkasse).

3.2 Die Osteopathie

Nicht jede Erkrankung muss durch Medikamente geheilt werden. Auch die Osteopathie beruht darauf, die Selbstheilungskräfte Ihres Körpers zu aktivieren.

Sie beschreibt unsere Gesundheit als eine Art Gleichgewicht, das unser Körper halten will.

Wenn uns dieses Gleichgewicht verloren geht,

erkranken wir. Doch unser Körper ist auch dann in der Lage, ein neues Gleichgewicht herzustellen.

Der Ansatz der Osteopathie ist einfach: *Leben zeigt sich in Form von Bewegung.*



Dort wo Bewegung verhindert wird, macht sich Krankheit breit. Die Osteopathie orientiert sich an allen kleinen und großen Bewegungen des menschlichen Körpers. Sie hilft dabei Ihre Bewegungseinschränkungen aufzuspüren und zu lösen.

Nach einer ausführlichen Erstanamnese Ihres Arztes/ Behandlers (*Osteopath*), folgt die Diagnose und Therapie. Hierzu arbeitet der Arzt / Behandler ausschließlich mit seinen Händen. Bei der Behandlung ertastet er Ihr Gewebe Schicht für Schicht, um eventuelle Bewegungseinschränkungen und Spannungen aufzuspüren. Diese werden anschließend, mit speziell für die Osteopathie entwickelten Techniken, behandelt. Die Osteopathie kommt vor allem in folgenden Bereichen zum Einsatz:

- Gelenkprobleme, Rückenschmerzen und Verstauchungen
- Verdauungsstörungen, Organsenkung oder Operationsfolgen
- Kopfschmerzen, Migräne oder Kiefergelenksproblematik
- Neurodermitis, Gürtelrose
- Menstruationsbeschwerden, sowie Geburtsvorbereitung und – nachsorge
- Entwicklungsverzögerungen und Hyperaktivität bei Kindern

Kosten: Für eine Behandlung mit ausführlicher Anamnese, Untersuchung und Behandlung mit unterschiedlichen osteopathischen Techniken liegen die Kosten meist zwischen 60 und 120 Euro.

Voraussetzungen für die Kostenübernahme durch die gesetzliche Krankenkasse: Ihre osteopathische Behandlung muss von einem Arzt erbracht werden, der Mitglied des Berufsverbandes der Osteopathen ist oder eine osteopathische Zusatzausbildung absolviert hat, die zum Beitritt in einen Verband der Osteopathen berechtigt (Umfang siehe Leistungskatalog Ihrer Krankenkasse).

3.3 Die Akupunktur

Die Akupunktur ist eine Heilmethode der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Bei dieser Behandlungsform werden mit Gold-, Silber- oder Stahlnadeln bestimmte *Akupunkturpunkte* angestochen. Diese Punkte wurden über viele Jahrhunderte aus der Erfahrung der Ärzte/ Behandler entdeckt und bestimmten Organen bzw. Körperfunktionen zugeordnet.

Energetisch oder organisch zusammenhängende Punkte sind durch sogenannte *Meridiane* miteinander verbunden. Dies sind gedachte Längslinien durch unseren Körper, denen eine bestimmte energetische Eigenschaft zugesprochen wird. Die Meridiane werden demnach als „Energienlinien“ verstanden, über die lebenserhaltene Energie (chinesisch: „Chi“) in stetigem Fluss durch unseren Körper strömt. Krankheit beruht, laut dieser Philosophie, also auf einem gestörten Energiefluss. Dieser soll durch das Einstechen der Nadeln an den speziellen Akupunkturpunkten wiederhergestellt werden. Hierbei ist es sowohl möglich, dass unser Körper ein Zuviel an Energie hat als auch ein Zuwenig. Ein Überfluss an Energie wird dabei als „Yang“ bezeichnet, einen Mangelzustand nennt man „Yin“. Durch die Akupunktur wird versucht einen Energieüberfluss abzuleiten bzw. die Bildung mangelnder Energie anzuregen. Gesundheit beruht hier auf dem Balancezustand zwischen Yin und Yang.



Für die Akupunkturpunkte gibt es bisher keine allgemein anerkannten anatomischen und physiologischen Erklärungen. Die Effekte der Akupunktur beruhen auf der Einwirkung auf unsere vegetativen und sensiblen Nervenfasern in der Haut. Demnach wird durch die Nadeln ein bestimmter Reiz ausgelöst, auf den unser Körper mit einer Reihe von Gegenregulationen reagiert. Vor der

eigentlichen Behandlung wird in einem Erstgespräch zunächst ermittelt, welche Beschwerden bei Ihnen vorliegen. Die anschließende Diagnostik wird durch eine körperliche Untersuchung und ggf. weitere Verfahren unterstützt. Auf dieser Grundlage legt Ihr Arzt / Behandler ein auf Sie zugeschnittenes Programm der zu stechenden Punkte fest. Die Akupunktur-Behandlung wird meistens in liegender Position durchgeführt. Beim Stechen können verschiedene Techniken angewandt werden. Durch leichtes Drehen oder Hin- und Herbewegen der Nadeln können zudem besondere Effekte erzielt werden. Leichte Schmerzen oder Taubheitsgefühle müssen hierbei nicht als schlechtes Zeichen gewertet werden. Die Behandlung dauert etwa 10- 30 Minuten und sollte wöchentlich durchgeführt werden. Eine Behandlungsserie umfasst in der Regel 10-15 Sitzungen. Besonders sinnvoll ist die Akupunktur bei funktionellen Störungen, wie Schmerzzuständen im Knie, Lendenwirbel, Kopf oder Rückenbereich, Störungen des Bewegungsapparates, Verdauungsstörungen oder Herz-Kreislaufbeschwerden. Weniger sinnvoll ist sie bei organischen Störungen.

Kosten: Je nach Behandlungsumfang können diese unterschiedlich ausfallen. Erkundigen Sie sich hierzu bei Ihrem Arzt bzw. Behandler.

Voraussetzungen für die Kostenübernahme durch die gesetzliche Krankenkasse: Sie müssen von einem Arzt behandelt werden, der eine Genehmigung der Kassenärztlichen Vereinigung hat. Eine Zusatzbezeichnung „Akupunktur“ gibt es derzeit noch nicht für Ärzte.

Handelt es sich bei Ihren Beschwerden um chronische Schmerzen der Lendenwirbelsäule oder des Kniegelenks übernimmt die Krankenkasse in jedem Fall die Kosten Ihrer Akupunkturbehandlung (siehe Kapitel sechs).

3.4 Die Anthroposophische Medizin

Die Anthroposophische Medizin stellt die Wechselwirkungen zwischen Körper,

Seele und Geist in den Mittelpunkt. Sie bezieht geisteswissenschaftliche Erkenntnisse mit ein, die auf Rudolf Steiner und Ita Wegman zurückgehen. Der anthroposophische Arzt / Behandler beachtet, neben organischen Befunden, auch Ihre seelische Befindlichkeit und Ihre individuelle Lebenssituation. Körperliche Veränderungen werden als Ausdruck Ihrer Seele und Ihres Geistes verstanden, die sich wiederum in Krankheit oder Gesundheit äußern. Nach einer gründlichen Anamnese Ihrer körperlichen Symptome und persönlichen Lebensumstände, wird eine schulmedizinische Diagnose gestellt. Ihr Arzt / Behandler entscheidet in einem ausführlichen Gespräch gemeinsam mit Ihnen, welcher medizinische Ansatz für Sie sinnvoll ist. Bei dieser Therapieform kommen neben der schulmedizinischen Diagnostik und Therapie, u.a. auch künstlerische Methoden wie z.B. die Musik- und Maltherapie, rhythmische Massage, Heileurythmie (eine tänzerische Bewegungsform), Gesprächstherapie zum Einsatz.

Unterstützend helfen auch anthroposophische Arzneimittel, welche aus pflanzlichen, tierischen, mineralischen oder metallischen Ausgangsstoffen bestehen können. Mit ihrer Hilfe sollen ebenfalls die Selbstheilungskräfte Ihres Körpers angeregt, die Körperfunktionen wieder ins Gleichgewicht gebracht, sowie Ihre Abwehrkräfte gestärkt werden.

Kosten: Je nach Behandlungsumfang und Menge der eingesetzten anthroposophischen Arzneimittel variieren die Kosten. Erkundigen Sie sich hierzu bei Ihrem Arzt bzw. Behandler.

Voraussetzungen für die Kostenübernahme durch die gesetzliche Krankenkasse:

Die anthroposophische Medizin muss von einem zugelassenen Arzt verordnet bzw. qualifizierten anthroposophischen Therapeuten durchgeführt werden, um ggf. von der Gesetzlichen Krankenkasse übernommen zu werden (Umfang siehe Leistungskatalog Ihrer Krankenkasse).

3.5 Die Phytotherapie

Bei der Phytotherapie (Pflanzenheilkunde) erfolgt die Heilung, Linderung und Vorbeugung von Krankheiten und Beschwerden durch rein pflanzliche Arzneimittel. Die heilende Wirkung von



Pflanzen und deren unterschiedliche Zu- und Aufbereitung ist seit Jahrhunderten und in vielen verschiedenen Kulturen bekannt. Bei dieser Therapieform sollen weniger die Symptome einer Erkrankung direkt bekämpft werden, sie zielt vielmehr darauf ab den Allgemeinzustand positiv zu beeinflussen bzw. ihn wieder herzustellen. Durch das Zusammenwirken mehrerer Inhaltsstoffe von frischen oder getrockneten Pflanzen oder Pflanzenteilen (Wurzeln, Blüten etc.), die zu Tees, Aufgüssen, Tinkturen oder Tabletten (Phytopharmaka) verarbeitet werden, soll der Heilungsprozess angeregt werden.

Kostenfaktor: Die Kosten variieren je nach angewandtem Phytopharmaka. Erkundigen Sie sich hierzu bei Ihrem Arzt bzw. Behandler.

Voraussetzungen für die Kostenübernahme durch die gesetzliche Krankenkasse: Die Phytotherapie muss ebenfalls von einem zugelassenen Arzt verordnet oder qualifizierten Therapeuten durchgeführt werden, um ggf. von der Gesetzlichen Krankenkasse übernommen zu werden (Umfang siehe Leistungskatalog Ihrer Krankenkasse).

4 Welche Kosten übernimmt die Krankenkasse?

Die Möglichkeiten der Kostenübernahme für bestimmte alternative Behandlungs-

formen durch die gesetzliche Krankenkasse ist relativ begrenzt, da etwa 95 Prozent aller Leistungen der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) vom Gesetzgeber in der sogenannten *Regelversorgung* vorgeschrieben und von den Krankenkassen nicht zu beeinflussen sind. Das bedeutet für Sie als Versicherter, dass die Krankenkasse stets die ärztliche Behandlung bezahlt, die als notwendig und wirtschaftlich definiert ist. Das muss jedoch nicht immer die Behandlungsform sein, die Sie persönlich als notwendig und wünschenswert empfinden. Neben den sogenannten *Pflichtleistungen* als Bestandteil der Regelversorgung, gibt es einige Mehrleistungen, welche die Krankenkassen Ihnen anbieten und frei gestalten können. Diese Leistungen bezeichnet man als sogenannte *Satzungsleistungen*, denn sie müssen in den einzelnen Satzungen der Krankenkassen niedergeschrieben werden.

Informationen zu den gesetzlichen Pflicht- und Mehrleistungen Ihrer Krankenkasse erhalten Sie direkt auf der Homepage Ihrer Krankenkasse oder beispielsweise unter:

krankenasseninfo.de sowie auf der Internetseite des [GKV-Spitzenverbandes](http://www.gkv-spitzenverband.de) (siehe Internetadressen am Ende der Broschüre).



5 Welche Leistungen muss ich selbst bezahlen?

Da es bisher nur wenige oder unzureichende wissenschaftliche Studien gibt, die die Wirksamkeit der alternativen Medizin zweifelsfrei nachweisen können, sind

viele der alternativen Heilmethoden (noch) nicht Bestandteil der Regelversorgung in der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV). Diese gehören zu den Satzungsleistungen („Kann“-Leistungen) der GKV. Das Angebot an Naturheilverfahren und alternativen Heilmethoden, sowie die Höhe der Kostenübernahme fallen je nach Krankenkasse unterschiedlich aus. Auch hier ist es wichtig, dass Sie sich vor Inanspruchnahme hinsichtlich der Leistungsangebote und der jeweiligen Kostenübernahme bei Ihrer Krankenkasse informieren.

Nicht zu verwechseln sind die alternativen Heilmethoden mit den sogenannten *Heilmitteln*, welche Bestandteil der Regelversorgung der GKV sind. Unter Heilmitteln versteht man persönliche medizinische Leistungen. Zu ihnen gehören Maßnahmen der physikalischen Therapie (z.B. Massagen, Krankengymnastik, Bäder, Elektrotherapie), die Sprachtherapie (Stimm- und Sprachbehandlung) und die Beschäftigungstherapie (Ergotherapie).

Eine weitere Möglichkeit für die Kostenübernahme von alternativen Heilmethoden durch Ihre gesetzliche Krankenkasse ist die Nutzung von Wahlтарifen. Hier können verschiedene Extraleistungen, ähnlich wie bei den frei gestaltbaren Tarifen der Privaten Krankenversicherung (PKV), mit in Ihren Versicherungsvertrag aufgenommen werden. Dies ist seit der Einführung des einheitlichen Beitrags in der GKV eine der wenigen Möglichkeiten für die Krankenkassen, sich von Mitbewerbern zu unterscheiden. Hierzu haben die Krankenkassen zum Teil eine große Bandbreite an Tarifen in ihrem Programm.

Die Kosten und Leistungen der jeweiligen Wahlтарife sollten Sie direkt bei Ihrer Krankenkasse erfragen und ggf. mit den Angeboten anderer Krankenkassen vergleichen.

6 Gibt es Ausnahmeregelungen bei der Kostenübernahme?

Ausnahmen gibt es für die Akupunkturbehandlung bei chronisch-schmerzkranken

Patienten. Sie wurde auf der Basis der sogenannten *gerac-Studie*, durch den Beschluss des Gemeinsamen Bundesausschusses (GBA) vom 18. April 2006, als Therapie gegen chronische Rücken- und Knieschmerzen in die Regelversorgung mit aufgenommen. Nachzulesen in der *Richtlinie Methoden vertragsärztliche Versorgung*:

Körperakupunktur - mit Nadeln ohne elektrische Stimulation bei chronisch-schmerzkranken Patienten, wird für folgende Indikationen zugelassen:

§ 1 Zugelassene Indikationen:

1. Chronische Schmerzen der **Lendenwirbelsäule**, die seit mindestens 6 Monaten bestehen und gegebenenfalls nicht-segmental bis maximal zum Kniegelenk ausstrahlen (pseudoradikulärer Schmerz),
 - mit jeweils bis zu 10 Sitzungen innerhalb von maximal 6 Wochen und in begründeten Ausnahmefällen bis zu 15 Sitzungen innerhalb von maximal 12 Wochen, jeweils mindestens 30 Minuten Dauer, mit jeweils 14-20 Nadeln;
2. Chronische Schmerzen in mindestens einem **Kniegelenk** durch Gonarthrose, die seit mindestens 6 Monaten bestehen,
 - mit jeweils bis zu 10 Sitzungen innerhalb von maximal 6 Wochen und in begründeten Ausnahmefällen bis zu 15 Sitzungen innerhalb von maximal 12 Wochen, jeweils mindestens 30 Minuten Dauer, mit jeweils 7-15 Nadeln je behandeltem Knie.

Eine erneute Behandlung kann frühestens 12 Monate nach Abschluss einer Akupunkturbehandlung erfolgen.

§ 2 Qualitätssicherung:

- (1) Die Leistungen nach § 1 können nur von Vertragsärzten erbracht und abgerechnet werden, die folgende Qualifikationsvoraussetzungen erfüllen:

1. Kenntnisse der allgemeinen Grundlagen der Akupunktur, nachgewiesen durch die erfolgreiche Teilnahme an einer Zusatzweiterbildung „Akupunktur“ gemäß den Vorgaben [...];
2. Kenntnisse in der psychosomatischen Grundversorgung [...];
3. Nachweis der Teilnahme an einem von der Ärztekammer anerkannten interdisziplinären Kurs über Schmerztherapie von 80 Stunden Dauer.
(2) [...].

Eine weitere Ausnahmeregelung ergibt sich für Sie als Patient nach dem sogenannten **Nikolaus-Urteil**. In dem Beschluss vom 06.12.2005, Az. 1 BvR 347/98, bestätigte das Bundesverfassungsgericht einen Anspruch für Versicherte auf eine Kostenübernahme für die außervertragliche Behandlungsmethode zu Lasten der Gesetzlichen Krankenversicherung, wenn für eine lebensbedrohliche oder regelmäßig tödliche Erkrankung eine Behandlung nach anerkanntem und medizinischem Standard nicht zur Verfügung steht. Es darf dann die Kostenübernahme nicht ausgeschlossen werden, wenn „eine nicht ganz entfernt liegende Aussicht auf Heilung oder spürbare positive Einwirkung auf den Krankheitsverlauf besteht“.

Zudem wissenswert für Sie ist ein Urteil des Bundesgerichtshofs (BGH). Denn bereits 1993 hat der BGH in einem Grundsatzurteil entschieden, dass ein krankenversicherter Patient von seinem Versicherer die Kostenübernahme für eine alternative Behandlung verlangen kann, wenn die „nicht wissenschaftlich allgemein anerkannte Methode in ihrer Wirksamkeit den von der Schulmedizin gebilligten Methoden gleichzustellen ist und keine höheren Kosten verursacht“. In dieser Urteilsbegründung geht der BGH auf die bis heute sehr umstrittene **Wissenschaftlichkeits-Klausel** in den Vertragsbedingungen der Privaten Krankenversicherung ein.

Hier sollten Sie vorab, ggf. mit juristischer Unterstützung, prüfen, ob dieses Urteil/ die Klausel in Ihrem Fall relevant und für Sie zutreffend ist.

7 Wie hoch ist die Nachfrage in der Bevölkerung?

Auch wenn immer mehr Krankenkassen unter den genannten Voraussetzungen alternativmedizinische Verfahren anbieten und erstatten, haben die Auseinandersetzungen in der Öffentlichkeit zu dem Thema Wirksamkeit und Effizienz von Schul- und Alternativmedizin nicht abgenommen. Trotzdem zeigt sich, dass die Patienten von der Wirkung alternativer Therapien überzeugt sind. So ergab eine Patientenbefragung im Rahmen des Gesundheitsmonitors 2012 (Bertelsmann-Stiftung, 2012), dass unter knapp 1.800 Deutschen zwei Drittel der Teilnehmer bereits alternative Heilmethoden genutzt haben. Rund 40 Prozent in den zwölf Monaten vor der Befragung. Zur Wirkung der verschiedenen Therapieformen gaben zwischen 70 und 90 Prozent der Patienten an, dass ihnen die Behandlung geholfen habe. Zudem zeigte eine Umfrage des Instituts für Demoskopie Allensbach, dass 57 Prozent der deutschen Bevölkerung schon einmal ein homöopathisches Arzneimittel eingenommen haben.

8 Welche Grenzen hat die alternative Medizin?

Zunächst ist es für Sie als Patient wichtig, sich vorab über die jeweilige Therapieform zu informieren und die Seriosität der vielseitigen Angebote vor der Behandlung zu prüfen. Diese sollte, wie bereits erwähnt, nur durch qualifizierte Ärzte/Behandler (z.B. Heilpraktiker/ Osteopathen) mit entsprechender Zusatzausbildung erfolgen. Zudem müssen Sie wissen, dass auch der alternativen Medizin Grenzen gesetzt sind. Es gibt Krankheiten mit guten Behandlungsmöglichkeiten durch Naturheilverfahren (vgl. Kapitel drei), aber auch Krankheiten bei denen nur begrenzt Behandlungsmöglichkeiten bestehen. Dies ist in der Regel bei organischen Erkrankungen der Fall, wie zum Beispiel bei Knochenbrüchen, Arthrose, Arteriosklerose.

rose, Diabetes Typ I oder Krebs. Meldepflichtige Infektionskrankheiten dürfen beispielsweise nicht mit alternativen Heilmethoden behandelt werden.

Weitere Grenzen für einen Therapieerfolg ergeben sich durch Ihre eigene Mitarbeit. Diese spielt natürlich auch in der Anwendung der Schulmedizin eine wichtige Rolle, hat aber bei der Anwendung von alternativen Heilmethoden eine deutlich größere Bedeutung. Muss ein herkömmliches Medikament „nur“ (nach Anweisung des Arztes) eingenommen werden, erfordern viele der alternativen Behandlungsformen oftmals ein höheres Maß an Mitwirkung:

- *„Haben Sie Geduld!“* Es kann dauern bis der gewünschte Erfolg eintritt und eine Besserung der Beschwerden letztlich für Sie auch spürbar ist.
- *„Zeigen Sie Willensstärke und Kraft!“* Indem Sie gewohnte Lebensweisen aufgeben, die krankmachende Faktoren begünstigen können (Nikotin, Alkohol).
- *„Bleiben sie widerstandsfähig!“* Versuchen Sie bestimmten „Verlockungen“ nicht nachzugeben, wie schnellwirkenden Schmerzmitteln oder einer ungesunden Ernährungsweise.
- *„Nehmen Sie sich die nötige Zeit!“* Auch wenn der zeitliche Aufwand durch Bewegungstherapien oder Entspannungsübungen etc. sehr groß sein kann, ist er sehr wichtig für ihren persönlichen Erfolg der Therapie.
- *„Rechnen Sie eventuell mit einem höheren materiellen Aufwand!“* Durch die Umstellung auf eine ggf. teurere Ernährung, eine neue Sportausrüstung oder Medikamente, die die GKV nicht erstattet.
- *„Bringen Sie die nötige Einsicht mit!“* Denn dies ist wohl der wichtigste Faktor, um den Sinn der empfohlenen Maßnahmen zu erkennen und die ggf. anspruchsvolle Durchführung auch zu verwirklichen.

Aber auch der beste Wille, die vielversprechendsten therapeutischen Maßnahmen und die gewissenhafteste Mitarbeit Ihrerseits bringen nichts, wenn Ihr Organismus nicht in der Lage ist, auf die ihm angebotenen Reize entsprechend zu reagieren. Die meisten der Therapieverfahren beruhen auf, dem Reiz-Reaktionsschema. Sind Sie nicht in der Lage auf bestimmte Reize zu reagieren, spricht man von einer *mangelnden Regulationsfähigkeit des Organismus*. Dies kann beispielsweise durch eine schwere Krankheit, einen körperlich schlechten Zustand nach einer schweren Operation oder auch aufgrund des Alters der Fall sein. Diese „Blockierungen“ können ebenfalls dafür verantwortlich sein, dass die Therapie vielleicht gerade bei Ihnen nicht den gewünschten Erfolg erzielt.

Zu beachten ist bei den Naturheilverfahren ebenfalls, dass bei einer sehr starken gesundheitlichen Störung oder gar lebensbedrohlichen Krankheiten etwaige Methoden ggf. zu mild oder langwierig sind. In diesem Fall sollten Sie ggf. auch eine schulmedizinische Behandlung in Betracht ziehen.

Es haben also sowohl die Schul- als auch die Alternativmedizin ihre Berechtigung im Gesundheitswesen. Sollten Sie sich für eine alternative Therapieform entscheiden, hoffen wir, Sie bei der Entscheidung, welche der beschriebenen Methode für Sie die Richtige sein könnte, unterstützt zu haben.



9 Weitere Behandlungsformen

- Akupressur, Akupunkturmassage:

Altchinesische Druckbehandlung bestimmter Hautareale zur Schmerzlinderung.

- Atemtherapie

Behandlung von Störungen der Atmung durch körperliche/ seelische Erkrankungen.

- Autogenes Training

Übendes Verfahren zur Selbstentspannung.

- Ayurvedische Anamnesen

Umfassendes Heilsystem. Betont vor allem vorbeugende Aspekte.

- Bachblütentherapie

Blüten mit besonderer Wirksamkeit/ Zuschreibung bestimmter seelischer Symptome.

- Balneotherapie

Baden, Inhalation, Trinken von Heilwässern, sowie Luftkur.

- Chelattherapie

Befreiung des Körpers von potentiell tödlichen Metallgiften.

- Chirotherapie

Behandlung von Störungen des Bewegungsapparates durch die bloßen Hände.

- Eigenbluttherapie

Aktivierung von Immunzellen durch Zuführung eigenen Blutes in den Körper.

- Elektrotherapie

Aktivierung/ Durchblutung der Muskeln und Nerven durch elektrischen Ströme/ Wellen.

- Entspannungstraining nach Jacobson

Tiefenmuskuläre Entspannung durch Techniken der Anspannung und Entspannung von Muskelgruppen.

- Eutonie

Boden als Element: Unbewusste Körperteile deutlicher fühlen, verspannte Muskeln lösen.

- Feldenkrais

Lernmethode zur ursprünglichen/ natürlichen Körperbewegung.

- Gestaltungstherapie

Bildhafte Gestaltung zum Ausdrucksträger der psychischen Innenwelt

- Heileurythmie

Gezielte heileurythmische Bewegungsübungen für gesundes Gleichgewicht.

- Heliotherapie

UV-Behandlung mit natürlichen Lichtquellen (Sonne). Gegensatz künstliche Lichtquellen (=Phototherapie).

- Hydrotherapie nach Kneipp

Anwendung von Wasserreizen zur Heilung von Krankheiten.

- Klimatherapie

Gesundheitsfördernden Auswirkungen des Wetters und des Klimas auf den Menschen.

- Kryotherapie

Kältetherapie bei Entzündungen und Verletzungen.

- Malthherapie

Behandlungsform, durch kreative Mittel. Eigene Erfahrungen durch Umgang mit Farben erweitern lassen.

- Manuelle Medizin

Siehe Chirotherapie

-Mikrobiologische Therapie

Ziel, die normale Besiedlung des Darmes mit Keimen zu erhalten/ wiederherzustellen (stärkeres Immunsystem)

- Misteltherapie

Behandlung mit Mistelextrakten (oft komplementäre Therapie-Maßnahme zur klassischen Krebstherapie).

- Neuraltherapie

Regulations- oder Umstimmungstherapie, bei der Lokalanästhetika (örtliche Betäubungsmittel) injiziert werden.

- Qigong

Spezielle Übungen mit dem Ziel der Gesunderhaltung/ den Energiefluss im Körper harmonisieren.

- Reflexzonenmassage

Massagetechnik zur Behandlung innerer Organe und Nerven über entsprechend zugeordnete Hautzonen_

- Shiatsu

Eigenständiges System energetischer Körperarbeit und Lebenskunde.

- Tai Chi

Stille und Konzentration in der Bewegung zur Verbesserung des Körpergefühls.

- Tanztherapie

Ausdrucksmedium zur Verständigung und Bewältigung von Lebensereignissen.

- Tuina

Ganzheitliche Therapiemethode: Massagekunst der Traditionellen Chinesischen Medizin.

- Yoga (und/oder Meditation)

Meditative Technik. Als Weg zur geistigen Vervollkommnung durch Disziplin des Körpers.

Für nähere Informationen zu den jeweiligen Therapieformen und Kosten erkundigen Sie sich bitte bei Ihrem Arzt bzw. Behandler oder Ihrer Krankenkasse.

10 Internetadressen / Quellen

Berufsverbände der jeweiligen Heilmethode

Bertelsmann-Stiftung, Gesundheitsmonitor 2012

Bundesministerium für Gesundheit, www.bmg.bund.de

Gemeinsamer Bundesausschuss, www.g-ba.de

GKV-Spitzenverband, www.gkv-spitzenverband.de

Institut für Demoskopie Allensbach, www.ifd-allensbach.de

[http:// www.krankenkasseninfo.de](http://www.krankenkasseninfo.de)

Robert Koch-Institut (2002), www.rki.de

