

<b>Zeitschrift:</b>	Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband
<b>Band:</b>	- (1983)
<b>Heft:</b>	12

### **Buchbesprechung:** Buchbesprechung

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 06.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## BUCHBESPRECHUNG

### Heilen ohne Gift

*Bircher-Benner-Verlag GmbH,  
Bad Homburg v. d. H., 1. Aufl.*

Das vorliegende Buch beschreibt Anwendungs- und Wirkungsweise verschiedenster Naturheilverfahren. Die aktuelle Problematik zwischen Ärzteschaft und Krankenkassen sind nachhaltig bekannt, weshalb der Selbsthilfe ein gewisser Stellenwert zugestanden werden soll. Vorsicht ist aber geboten, wo sich Selbsthilfe als Hobbymedizin zu verstehen versucht. Es gilt daher, die verschiedenen Gesichtspunkte dieses Buches genau zu analysieren.

Die Heilkraft des Wassers ermöglicht naturgemäß eine weitreichende und einfache Anwendung in Form von Bädern, Dämpfen, Aufgüssen, Wickel bis hin zum barfüssigen Schneestampfen. Das Vokabular der Pflanzenheilkunde beinhaltet Anwendung und Aufgusszubereitung von rund 50 Heilpflanzen. Um das Bild der selbständig auszuführenden Therapien zu komplettieren, werden Wandern, Schwimmen, Jogging und weitere Bewegungsmöglichkeiten beschrieben; auch der Akupressur (für banale Alltagserkrankungen) wird mit präzisen Illustrationen Rechnung getragen. Ähnlich wie die Bewegungstherapie dient auch die tägliche vollwertige Ernährung der Gesundheitspflege. Sehr umfangreich werden deshalb in einem weiteren Kapitel Vorteile der vegetarischen Nahrung und Diäten nahegebracht.

Die Aufklärung in Naturheilkunde begibt sich nunmehr in die erfolgreiche und populären Gebiete der Naturaltherapie, Akupunktur, Massagen, Yoga und autogenes Training, welche jedoch unbedingt die Präsenz eines entsprechend ausgebildeten Therapeuten erfordern. Als schlechthin obsolet erscheinen in diesem Zusammenhang Blutegel und Schröpfen. Ein besonderer Akzent wird auch auf die Homöopathie gelegt. Zu grösster Vorsicht hingegen ist zu mahnen, wenn bei schweren chronischen Leiden Heilerfolge angegeben werden. Dies gilt z. B. für den Hinweis auf Erfolge der Enzymtherapie bei MS. Eine Desinformation von Kranken könnte hier sehr leicht eintreten und eventuell sogar mit einer Gefährdung verbunden sein.

Ziel dieser Publikation ist einmal mehr das omnipotente «zurück zur Natur». Dies ist nicht im vornehinein abzulehnen, jedoch vernünftig zu gewichten. Es ist die hier angebotene Fülle von Selbstbehandlungsmethoden, die verwirrt und bei allfälligen Beschwerden die richtige Therapie zu wählen erschwert, weshalb das Prädikat «weniger wäre mehr» hier als Schlussfolgerung steht. (Der sich von diesem Buch angesprochen fühlende Personenkreis wird sich im nächsten Reformhaus mit Kräutern, Vitaminen und biochemischen Präparaten eindecken, womit zumindest dem latenten kommerziellen Interesse von Bircher-Benner entgegengekommen wird.) *EC*

*Der Zentralvorstand und die Redaktion des Physiotherapeuten wünschen allen Mitgliedern des SPV und allen Lesern frohe Festtage und ein glückliches neues Jahr.*

*Le comité central et la rédaction du Physiothérapeut souhaitent à tous les membres de la FSP et à tous les lecteurs joyeux Noël et une bonne nouvelle année.*