

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 53 (1996)  
**Heft:** 3: PMS - die Tage vor den Tagen : die Ursache und die probaten Mittel

**Artikel:** Die erste naturheilkundliche Ambulanz für Frauen  
**Autor:** Gerhard, Ingrid  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-557618>

### **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:** 02.05.2026

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

**Spezial-Service für  
GN-Leserinnen  
in der Schweiz**

**Telefonberatung  
«von Frau zu Frau»**

**Haben Sie Probleme  
mit Wechseljahr- oder  
Menstruations-  
beschwerden oder  
möchten Sie mehr  
wissen über die beiden  
neuen homöopathi-  
schen A. Vogel-Mittel  
Menosan  
und Menstruasan,  
dann erhalten Sie  
im März Auskunft von  
Frau Dr. S. Bommer,  
Montag bis Freitag,  
von 8.30 bis 10.30 Uhr:**

**Tel. 071/ 48 62 65**

enheilkunde bewährte Mittel kombiniert, die auf natürliche und sanfte Weise guttun bei Unwohlsein, Krämpfen, Spannungsgefühlen, Periodenschmerzen, Reizbarkeit und Gemütsverstimmungen.

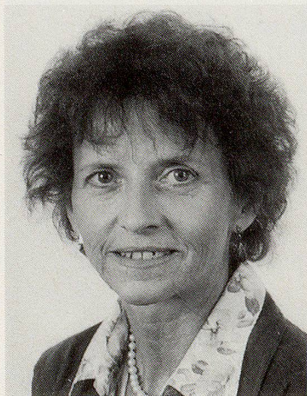
### **Kleine kritische Anmerkung zum Schluss**

Die Erkenntnis, dass Östrogene oder ein «Mangel» daran so enorm wichtig für das weibliche Wohlbefinden seien, wurde aus Tierversuchen abgeleitet. Doch die Wirklichkeit sieht anders aus. Sicher wirkt die Psyche auf die Hormone und umgekehrt, doch die Frauen sollten sich dagegen wehren, ihre psychische und geistige Verfassung und Leistungsfähigkeit zu eng mit einem normierten Östrogenspiegel verknüpfen zu lassen.

So einfach ist es nicht! Frauen mit angeblich hormonell bedingten Beschwerden haben völlig normale Hormonspiegel, andere, die sich gesund, fit und ausgeglichen fühlen, würden sich unter Umständen über anomale Werte wundern. Ein ausschliesslicher Zusammenhang zwischen Geschlechtshormonen und der körperlichen und geistigen Verfassung von Frauen wurde noch in keinem einzigen Fall nachgewiesen. Vernünftigerweise sollte man die «Unpässlichkeiten», die in einem Frauenleben auftreten, zwar nicht klaglos hinnehmen und wegdrängen (wie es unsere Grossmütter vielfach taten - tun mussten), aber auch nicht uneingeschränkt den Hormonen anlasten. • IZR

## **Die erste naturheilkundliche Ambulanz für Frauen**

Seit Dezember 1993 besteht an der Frauenklinik der Universität Heidelberg ein Ambulatorium für Naturheilkunde. Es ist dem zähen Ringen der Leiterin des Ambulatoriums, Frau Professor Ingrid Gerhard, und der mächtigen Hilfe von Veronica Carstens, selbst naturheilkundlich orientierte Ärztin und Frau des ehemaligen Bundespräsidenten Carl Carstens, zu verdanken, dass die Naturheilkunde sich endlich im Rahmen einer Universität beweisen und etablieren kann.



**Prof. Dr. med. Ingrid  
Gerhard, Frauenklinik  
an der Uni Heidelberg**

Frau Professor Gerhard hatte sich schon in den Jahren zuvor im Rahmen ihrer Lehr- und Forschungstätigkeit an der Universität Heidelberg intensiv um naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten bemüht. Insbesondere die Akupunktur und die Homöopathie bei der Behandlung von Fruchtbarkeitsstörungen lagen ihr sehr am Herzen. Die dabei gewonnenen Ergebnisse waren so vielversprechend, dass auch der Vorstand des Universitätsklinikums Heidelberg und das Direktorium der Frauenklinik dem Aufbau dieses Ambulatoriums zu-

stimmt. Dieses Ambulatorium beschäftigt neben einer Reihe von Ärztinnen und Ärzten, die auf verschiedene naturheilkundliche Richtungen spezialisiert sind, auch einen Statistiker und eine Dokumentationsassistentin, damit neben den diagnostischen und therapeutischen Angeboten für interessierte Patientinnen auch die wissenschaftlich korrekte Auswertung nicht zu kurz kommt. Das Ambulatorium wird zusätzlich von der Carstensstiftung finanziell unterstützt, um die Wirksamkeit naturheilkundlicher Behandlungen wissenschaftlich belegen zu können. Wie man sich leicht vorstellen kann, ist die Nachfrage von seiten interessierter Patientinnen riesengross. Wir haben daher zum zweijährigen Bestehen des Ambulatoriums mit Frau Professor Gerhard über dieses innovative Projekt gesprochen.

### «Vieles ist zu tun, vieles steht uns im Weg»

**GN:** Frau Prof. Gerhard, worin unterscheidet sich das von Ihnen geleitete Ambulatorium an der Universitäts-Frauenklinik von anderen?

**IG:** Zum einen bieten wir als einziges Ambulatorium einer Universitätsklinik in Deutschland Naturheilverfahren für alle Bevölkerungsschichten an. Das sind vor allem Homöopathie, Akupunktur, Elektroakupunktur, Ernährungslehre, orthomolekulare Medizin und Kinesiologie. Zum anderen stellt die umweltmedizinische Betreuung der Patientinnen einen weiteren Schwerpunkt dar. Das beinhaltet die Abklärung, ob Umweltbelastungen wie Holzschutzmittel, Amalgam, Palladium oder andere zahnmedizinische Füllungsmaterialien, Schwermetalle oder organische Lösungsmittel einen Einfluss auf die gestörte Gesundheit unserer Patientinnen haben können.

**GN:** Wie läuft eine Sprechstunde ab?

**IG:** Die Patientinnen müssen zuerst einmal im Rahmen der «normalen» schulmedizinischen Untersuchungen vollständig abgeklärt sein. Das erspart uns viel Zeit. Dann werden sie je nach Störung einer entsprechenden naturheilkundlichen Studie zugeteilt. Dies ermöglicht die wissenschaftliche Bewertung des Behandlungserfolges. Meiner Erfahrung nach sind Akupunktur und Homöopathie durchaus gleichwertig. Anschliessend werden dann von spezialisierten Ärztinnen und Ärzten die Behandlungen durchgeführt.

**GN:** Wie steht die Universität Heidelberg nach zwei Jahren Ambulanzbetrieb zu Ihren Projekten?

**IG:** Bedauerlicherweise ist das Verhältnis nicht sehr gut. Die Universität hat weiterhin Probleme, unsere Existenzberechtigung anzuerkennen, da sie immer noch keinen Bedarf für die Naturheilkunde erkennen kann. Leider bläst uns von hier der stärkste Wind ins Gesicht. Aber die Unterstützung von seiten der Politik und interessierter Laien ist sehr gross. Und schliesslich: die Patientinnen sind begeistert.



**Vollkorngetreide ist ein wichtiger Lieferant für Phytoöstrogene (weibliche Hormone aus Pflanzen).**

**«Die Umwelt wirkt sich auf die Fruchtbarkeit aus»**

**GN:** Ein Schwerpunkt Ihrer Forschungstätigkeit sind Fruchtbarkeitsstörungen. Können naturheilkundliche Verfahren tatsächlich helfen?

**IG:** Ja, wir machen viele Untersuchungen zu diesem Thema. Fruchtbarkeitsstörungen nehmen ja auch im Laufe der letzten Jahre an Häufigkeit zu. Dabei sind Frauen und Männer gleichermaßen betroffen. Mit Akupunktur und Homöopathie lassen sich oft erstaunliche Resultate erzielen.

**GN:** Welchen Einfluss haben Umweltfaktoren Ihrer Erfahrung nach bei Fruchtbarkeitsstörungen?

**IG:** Einen nicht zu unterschätzenden Einfluss. Wir haben Studien mit der Wirkung von Amalgam auf die Fruchtbarkeit durchgeführt. Dabei war in mindestens 30 Prozent der Fälle eine erhöhte Amalgambelastung nachweisbar. Wenn die Verschreibung von speziellen Mineralstoffen und Vitaminen zusammen mit einer Ernährungsumstellung keinen Erfolg bringt, habe ich unter bestimmten Voraussetzungen die Amalgamentfernung empfohlen. Dann konnten sogar manchmal Patientinnen wieder schwanger werden, die es vorher auch mit mehrmaligen künstlichen Befruchtungsversuchen nicht geschafft haben.

*Frau Prof. Gerhard verwendet dabei hauptsächlich die Vitamine C und E und die Mineralien Selen, Zink und Kalzium.*

**«PMS ist mehr als ein Modethema»**

**GN:** Auch klimakterische Beschwerden sind ja sehr weit verbreitet. Wie gehen Sie diese Problematik an?

**IG:** Ganz wichtig sind die richtige Ernährung und der Verzicht auf Genussgifte wie Nikotin und Kaffee. Auch ein hoher Milchkonsum ist nicht günstig. Vielmehr sollten neben Gemüse vor allem Vollkorngetreide (Dinkel, Hirse, Buchweizen etc.) Hauptbestandteil der Nahrung sein. Die im Getreide enthaltenen natürlichen Phytoöstrogene können die gestörte hormonelle Situation im Klimakterium normalisieren. Bei dieser Art von Ernährung ist auch der im Alter gefürchtete Knochenschwund (Osteoporose) kaum zu erwarten.

**GN:** Zur Zeit wird viel über das prämenstruelle Syndrom gesprochen. Wie sind Ihre Erfahrungen dazu?

**IG:** Das ist ein wichtiges Thema. Circa 75 Prozent unserer Patientinnen leiden daran, d.h., sie fühlen sich in der zweiten Zyklushälfte depressiv, aufgebläht oder haben ein starkes Spannungsgefühl in den Brüsten. Oft genügt es, Vitamin B 6 zusätzlich einzunehmen, auch wenn die Blutwerte für Vitamin B 6 im normalen Bereich liegen. Meines Erachtens sind die Vitamin-B-6-Werte viel zu niedrig angesetzt. Vitamin B 6 ist gerade in Vollkorngetreide wie Dr. Max Bircher-Brenner empfohlen hat, in grossen Mengen enthalten. Manchmal müssen auch Nachtkerzenöl, Magnesium und Vitamin E zusätzlich eingenommen werden, um die PMS-Syndrome sicher zum Verschwinden zu bringen.

**GN:** Frau Professor Gerhard, wir danken Ihnen für das Gespräch und wünschen Ihnen viel Erfolg in Ihrer Ambulanz. Hoffen wir, dass mit dem Fortschreiten und nach Abschluss der Studienprojekte auch die Universität von der Berechtigung naturheilkundlicher Behandlungen überzeugt sein wird.

• StS