

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 74 (2017)
Heft: 1-2: Weide, Ginkgo, Birke & Co. : heilende Bäume

Artikel: Störungen vorab erkennen
Autor: Pauli, Andrea
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-737637>

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: 11.01.2026

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

Störungen vorab erkennen

Die Schulmedizin setzt auf Screening. Was bietet die Naturheilkunde in punkto Früherkennung und Vorsorge? Und wofür kommen die Krankenkassen auf? Teil 2 unseres Gesundheits-Checks.

Andrea Pauli

Durch eine frühzeitige Diagnose, durch rechtzeitiges Erkennen einer Erkrankung Schlimmeres verhindern: So könnte man den Ansatz der Schulmedizin zusammenfassen, was Vorsorgeuntersuchungen angeht. Alternativmediziner verfolgen einen anderen Weg. Für sie ist die Verhinderung einer Krankheit das Ziel.

Naturheilpraktiker TEN

«Vorsorgeuntersuchung ist nicht der treffende Begriff in der Naturheilkunde», betont Janine Breetz, Präsidentin der Naturärzte Vereinigung Schweiz (NVS). Denn dieser Ansatz aus der Schulmedizin stütze sich auf die Pathogenese, also die Suche nach dem, was krank macht. «Die Naturheilkunde stützt sich auf die Saluthogenese (Suche nach dem, was gesund erhält). Ziel der naturheilkundlichen Untersuchung und Behandlung ist der Ausgleich des konstitutionellen, individuellen Ungleichgewichts. Dies bezieht sich einerseits auf den Organismus und andererseits natürlich auch auf die Lebensumstände. Im naturheilkundlichen Verständnis wird das nicht getrennt», betont Janine Breetz. Eine konstitutionelle (anlagebedingte) Untersuchung, wie sie in der Naturheilkunde vollzogen werde, könne «keinesfalls mit einer Vorsorgeuntersuchung in der Schulmedizin verglichen werden».

Die Naturheilpraktiker setzen auf eine körperliche Behandlung, die die Selbstregulation wieder herstellt respektive auf ein Gespräch, das die momentane Lebenssituation in Bezug zu den Symptomen stellt. Naturheilkundliche Therapeuten haben den Anspruch, die Art der gesundheitlichen Störung zu erkennen und entsprechende Hintergründe zu analysieren. «Neben dem ausführlichen Gespräch und den auch in der Schulmedizin üblichen Untersuchungstechniken arbeiten Naturheilpraktiker in der

Fachrichtung TEN (Traditionelle Europäische Naturheilkunde) zum Beispiel mit der Augen- und Zungendiagnostik», so Janine Breetz.

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

«Vorsorgeuntersuchungen wie beim Schulmediziner sind in der TCM weniger verbreitet», sagt Claudia Suleck, Vorstandsmitglied der Schweizerischen Berufsorganisation für TCM. Meist kämen die Patienten mit einem konkreten Anliegen in therapeutische Behandlung. Nach erfolgreicher Behandlung einer Krankheit komme es allerdings häufig vor, «dass Patienten eine fortlaufende regelmässige Konsultation beim TCM-Therapeuten wünschen. Dies sind dann meist Behandlungen, die alle vier bis acht Wochen stattfinden, um das körpereigene System nicht mehr so extrem aus dem Gleichgewicht bringen zu lassen.»

Nach Einschätzung von Claudia Suleck «sind Vorsorgeuntersuchungen aus Sicht der TCM durchaus sinnvoll». Denn schnell drifte der Mensch durch alte Gewohnheiten wieder in Lebensweisen ab, die in der Vergangenheit für Erkrankungen und Beschwerden verantwortlich waren. «Mit einem regelmässigen vorsorglichen Termin beim Therapeuten wird der Patient an eine achtsame und gesundheitsförderliche Lebensweise erinnert.»

Bewährte Methoden vorsorglicher Untersuchungen in der TCM sind Zungen- und Pulsdagnostik, Befragung (Anamnese) und körperliche Untersuchung.

Ayurveda

«Die Ayurveda-Medizin kennt sechs Stufen der Entstehung einer Krankheit. Die Stufe fünf ist jene, bei welcher man sich meist in medizinische Behandlung begibt, weil die Symptome klar definierbar

sind», erklärt Franz Rutz, Präsident des Verbandes Schweizer Ayurveda-Mediziner und -Therapeuten. In Stufe eins kommt es zur Ansammlung oder Stauung eines Doshas (übertragen: «das, was Probleme verursachen kann») an seinem Sitz im Körper. Das geht mit unspezifischen Symptomen einher. Stufe zwei ist die Verschärfung und Verschlechterung. Der Körper schafft es nicht mehr von alleine, die aufgetretene Dysbalance ins Lot zu bringen. Die Symptome sind deutlicher wahrnehmbar, können häufig aber noch verdrängt werden.

In Stufe drei breitet sich die Dosha-Ansammlung weiter im Körper aus. Es können Folgeerkrankungen auftreten. Eine Lebensumstellung greift als einzige Gegenmassnahme nun nicht mehr.

Auf Stufe vier setzt sich der «Fehler» in anderen Organen ab, es kommt zu neuen bzw. anderen Symptomen, die nicht mehr mit dem ursprünglichen Auslöser in Verbindung gebracht werden.

Ab Stufe fünf sind die Symptome so ausgeprägt, dass sie nicht mehr zu ignorieren sind.

Auf Stufe sechs hat sich die Dysbalance derart manifestiert, dass die Symptome chronisch werden und es zu Komplikationen kommen kann.

In der Ayurveda-Medizin sei es in Konsultationen möglich, durch detaillierte Befunderhebung mit Diagnoseverfahren inklusive Zungen- und Pulsdiagnose bereits gesundheitliche Ungleichgewichte und Störungen der Stufe eins bis vier aufzuspüren und zu behandeln. «Somit bietet Ayurveda-Medizin aus Sicht der Schulmedizin gesehen ein äusserst sinnvolles Präventions- und Vorsorgesystem an: zielgerichtete, individuelle Therapie vor dem Ausbruch von schulmedizinisch bezeichneten Krankheiten», ist Franz Rutz überzeugt.

Homöopathie

«Früherkennungsuntersuchungen wie in der Schulmedizin bietet die klassische Homöopathie nicht. Mit der homöopathischen Anamnese stellt man vielmehr fest, welches Mittel der betreffenden Person am besten helfen könnte. Das ist sehr individuell», erklärt Beatrice Soldat-Braun vom Vorstand des Homöopathie Verbandes Schweiz.

PULSDIAGNOSE

Pulsmessen gehört zu den Standard-Untersuchungen in der Medizin. Der Puls gibt Aufschluss über die Häufigkeit des Herzschlages, über die Regelmässigkeit der Herztätigkeit und das Füllvolumen der Gefässe. Für Komplementärmediziner ist die Pulsdiagnose ein wichtiger Bestandteil vorsorglicher Untersuchungen.

♦ in der TCM

Schon seit über 2000 Jahren behandeln TCM-Therapeuten ihre Patienten auf der Basis der Pulsuntersuchung, diese macht fast ein Drittel der Diagnostik aus. Die Pulsqualitäten werden durch verschiedene Kriterien wie z.B. Frequenz, Kraft, Länge und Ebene definiert und bilden auf diese Weise die 28 verschiedenen klassischen Pulsbilder, die in der Traditionellen Chinesischen Medizin bekannt sind. Ziel ist, mittels Er tasten der Pulsqualität an den jeweiligen Pulsstellen präzise Informationen über die Qualität des Krankheitszustandes und den energetischen Gesamtzustand einer Person zu erhalten.

♦ im Ayurveda

Vier Basiskriterien werden in Bezug zu den drei Doshas, also zu Vata, Pitta und Kapha gesetzt: die Pulsrate (die Schnelligkeit der Pulsfrequenz), der Pulsrhythmus (die Regelmässigkeit des Pulsschlages), die Pulsamplitude (der vertikale Ausschlag des Pulses) und das Pulsvolumen (die horizontale Breite der Puls welle).



*Mehr zum Thema
Ayurveda lesen Sie
im Sommer 2017
in GN 07/08.*

Vorsorge: Was die Krankenkassen zahlen

Leistungen auf medizinischer Basis

«Wirksam, zweckmässig und wirtschaftlich» müssen die Massnahmen der medizinischen Prävention sein, damit die Grundversicherung (obligatorische Krankenpflegeversicherung, OKP) in der Schweiz sie übernimmt. Klar geregelt sind Vorsorgeuntersuchungen für Risikogruppen, etwa bei Haut- oder Darmkrebs in der Familie, da übernimmt die Kasse die Kosten. Die «Massnahmen zur frühzeitigen Erkennung in der allgemeinen Bevölkerung», deren Kosten übernommen werden, sind im Hinblick auf Erwachsene schnell aufgezählt: gynäkologische Vorsorgeuntersuchung inklusive Krebsabstrich für Frauen (Erstuntersuchung, zweite nach einem Jahr, dann alle drei Jahre), Screening Mammographie (ab 50. Lebensjahr, alle zwei Jahre) und Früherkennung von Darmkrebs (im Alter von 50 bis 69 Jahren, Untersuchung auf Blut im Stuhl alle zwei Jahre, Darmspiegelung alle zehn Jahre).

Ansonsten empfiehlt es sich, vor weiteren Vorsorgeuntersuchungen mit seinem Arzt zu sprechen und erst mal bei der Krankenversicherung nachzufragen. «Medizinische Check-ups werden von der OKP nicht vergütet», informiert die Mediensprecherin des Eidgenössischen Departements des Inneren (EDI), Michaela Kozelka.

Zentral vorgeschriebene und von den gesetzlichen Krankenkassen gezahlte Vorsorgeleistungen für Erwachsene in Deutschland sind:

Eine jährliche Genitaluntersuchung für Frauen ab 20 Jahren zur Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs, einmal jährlich ein Test auf Chlamydien, ab 30 Jahren eine jährliche Tastuntersuchung der Brust zur Krebsprävention und vom 50. bis 69. Lebensjahr alle zwei Jahre eine Mammographie.

Bei Männern ab dem 45. Lebensjahr eine jährliche Krebsfrüherkennungsuntersuchung der Genitalien und Prostata.

Ab dem 35. Lebensjahr ist alle zwei Jahre ein Gesundheits-Check-up bei Frauen und Männern zur Früherkennung von Nieren-, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Krebs empfohlen. Zusätzlich findet alle zwei Jahre ein Hautkrebs-Screening und

eine Tastuntersuchung der Lymphknoten statt. Vom 50. bis zum 54. Lebensjahr wird eine jährliche Darmuntersuchung angeboten (Test auf verborgenes Blut im Stuhl). Ab dem 55. Lebensjahr erfolgt die Darmkrebsfrüherkennung – alle zwei Jahre per Test auf Blut im Stuhl oder durch maximal zwei Vorsorge-Darmspiegelungen im Abstand von zehn Jahren.

Die Krankenkassen decken auch die Kosten für halbjährliche Besuche beim Zahnarzt ab. Zahnsteinentfernung gilt als Kassenleistung; professionelle Zahnreinigung muss man selbst zahlen.



Teil 3 unserer kleinen Serie zur Gesundheitsvorsorge erscheint in Ausgabe 03/2017. Darin berichten wir über die Herzratenvariabilität.

Welche Gesundheits-Checks machen Sie regelmässig? Was finden Sie wichtig?
Ihre Meinung online bei uns:
www.gesundheitschecks.avogel.ch

Die österreichischen Sozialversicherungsträger investieren jährlich über 400 Millionen Euro, um die Bevölkerung zur Prävention zu bewegen. Alle Frauen und Männer ab dem 18. Lebensjahr können einmal jährlich eine Vorsorgeuntersuchung in Anspruch nehmen. «Inklusive» sind eine ganze Reihe von Leistungen: körperliche Untersuchung, Bestimmung Body Mass Index (BMI), Blutuntersuchung (mögliche Blutarmut, Cholesterinwerte, Blutzucker), Harnuntersuchung, Überprüfung des Stuhls, gynäkologische Untersuchung (PAP-Abstrich), Untersuchung auf Parodontitis.

Der Fokus bei den Vorsorgeuntersuchungen in **Österreich** liegt auf der Prävention und Früherkennung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs, Stoffwechselerkrankungen, Alterserkrankungen (Hör-/Sehvermögen), Suchterkrankungen (Alkohol-, Nikotin-, Medikamentenkonsum) und Parodontalerkrankungen.

Die Untersuchungen nimmt entweder ein niedergelassener Arzt (ideal: Hausarzt) vor oder man lässt sich in einem der Gesundheitszentren der Krankenkassen respektive bei einem Vertragsarzt durchchecken.

Leistungen auf Naturheilbasis

Präventive Behandlungen auf Naturheilbasis gehören im deutschsprachigen Raum nicht unbedingt zum Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenkassen. Am «grosszügigsten» zeigt sich noch die **Schweiz**, wobei es Unterschiede bei den verschiedenen Krankenversicherungen gibt. «Eine konstitutionelle Untersuchung und Behandlung, die die gesunden Teile stärkt und so Krankheiten vorbeugt, wird von der Zusatzversicherung der Krankenkassen zu unterschiedlichen Prozentsätzen vergütet, wenn diese durch einen von der NVS oder von den Registrierstellen anerkannten Naturheilpraktiker oder eine Komplementärtherapeutin verrichtet wird. Die Vergütung setzt jedoch voraus, dass eine Symptomatik vorhanden ist. Reine Prävention wird von den Versicherern nicht vergütet», erklärt Janine Breetz (Naturärzte Vereinigung Schweiz).

«Grundsätzlich können Therapien abgerechnet werden, für die der Therapeut eine Krankenkassen-Anerkennung besitzt», sagt Claudia Suleck (SBO-TCM). «Von Registrierungsstellen anerkannte Ayurveda-

Was meint ...?	Körperliche Untersuchung

Die Ärztin /der Therapeut sucht den Körper nach Auffälligkeiten ab. Das beinhaltet: Inspektion der Haut, Überprüfung der Beweglichkeit des Halses, Tastuntersuchung der Lymphknoten, Überprüfen des Pulses an Armen und Beinen, Abhören von Herz und Lunge, Abtasten der Bauchorgane, Untersuchung der Wirbelsäule, Blutdruckmessung.

Therapeuten werden von einem grossen Teil der Krankenkassen in der Zusatzversicherung vergütet», so Franz Rutz, Präsident VSAMT. «Die Krankenkassen sind daran, die neuen Ausbildungen zum eidgenössischen Diplom in Ayurveda-Therapie und Ayurveda-Medizin generell in der Zusatzversicherung anzuerkennen.»

Ab Mai 2017 werden homöopathische Leistungen definitiv von der Grundversicherung gezahlt, sofern der behandelnde Arzt über den entsprechenden FMH Fähigkeitsausweis verfügt; Leistungen nichtärztlicher Homöopathen laufen wie gehabt über eine Zusatzversicherung für Alternativmedizin.

Alternative Heil- und Vorsorgemethoden, die sich als Ergänzung zur Schulmedizin verstehen, gehören in **Deutschland** in der Regel nicht zum Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenkassen. Doch zunehmend öffnen sich die Kassen dafür. Es lohnt sich also anzufragen, ob Kosten ganz oder zumindest teilweise übernommen werden.

Eher strikt ist man in **Österreich**: «Da Behandlungsmethoden, die der Komplementärmedizin zuge-rechnet werden, vielfach wissenschaftlich nicht anerkannt sind, können diese nicht als Sachleistung bei den Vertragspartnern der Krankenversicherungs-träger in Anspruch genommen werden. Versi-cherte haben daher die Kosten dieser Behand-lungen zunächst selbst zu tragen», informiert das Ministerium für Frauen und Gesundheit. Doch in Einzelfällen werden auf Antrag durchaus Kosten erstattet.