Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 60 (2003)
Heft: 11: Darmolypen auf der Spur

Artikel: Männer : passt auf euch auf!
Autor: Wacker, Andreas / Görner, Bernd
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554926

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: 12.07.2025

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

Männer – passt auf euch auf!

Homöopathische Selbstbehandlung für Frauen, Kinder, Senioren – dafür gibt es eine Fülle von Selbsthilfe-Büchern. Aber wo bleiben die Männer? Aufgrund ihrer Praxis-Erfahrung haben die Ärzte Andreas Wacker und Martin Socha für das starke Geschlecht einen Patientenratgeber entwickelt, der Männern den Zugang zur Homöopathie und homöopathischen Selbstbehandlung erschliesst. GN-Mitarbeiter Bernd Görner sprach mit Dr. Wacker in seiner Praxis in Mannheim.

GN: *Eines Ihrer Spezialgebiete ist die Homöopathie für Männer. Braucht es für Männer eine besondere homöopathische Therapie ?*

Dr. A. Wacker: Nein, es braucht keine besondere Therapie, denn die Mittel sind ja die gleichen, die ich auch bei Frauen anwende. Es ist vielmehr so, dass der männliche Körper andere Störungen kennt als der weibliche Organismus. Auf diese gehe ich speziell ein. Ich habe in einem längeren Zeitraum genauer die männertypischen Anwendungsgebiete betrachtet und untersucht, die mit homöopathischen Mitteln gut zu behandeln sind. Gemeinsam mit meinem Kollegen Martin Socha habe ich daraus einen Patientenratgeber entwickelt.

GN: *Was sind denn für Sie männertypische Phänomene?*

Dr. A. Wacker: Erst einmal sind sie durch den «kleinen Unterschied» geprägt, der sich anatomisch und in funktioneller Hinsicht zeigt: die Harn- und Geschlechtsorgane. Männliche Beschwerden sind meist Erektionsstörungen, Harnwegsentzündungen, Prostatavergrösserung, aber auch Haarausfall und Lampenfieber; all diese Störungen kann man homöopathisch gut behandeln. Zudem wissen wir heute, dass auch Männer in die Wechseljahre kommen. Diese Lebensphase kann naturheilkundlich sehr gut begleitet werden. Treten nun spezielle Schmerzen auf, zum Beispiel beim Wasserlassen, wenden sich die meisten Männer an den Arzt, der ihnen dafür als der alleinige Facharzt und Experte scheint, an den Urologen. Da

Starke Kerle – sanfte Therapie? Männer, die sich mit den Möglichkeiten der Homöopathie befassen, sollten bereit sein, hinter die «Kulissen» ihrer Seele und ihrer Beschwerden zu schauen.

sich nur sehr wenige Urologen auch mit der Homöopathie beschäftigen, bedeutet das eine Behandlung nach rein schulmedizinischen Regeln. Viele Patienten wünschen sich da einen anderen Weg, und der ist ja auch möglich.

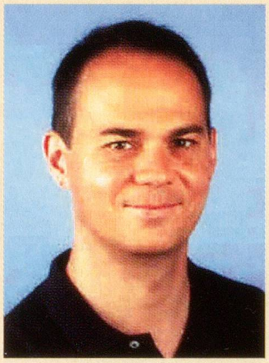
GN: *Heisst das, dass diese Patienten sich auch gleich an einen Homöopathen wenden könnten?*

Dr. A. Wacker: Da sehr viele Krankheiten des Harn- und Geschlechtstraktes eines Mannes durchaus schwerwiegend sein können, halte ich eine Untersuchung beim Urologen immer für erforderlich. Das Symptom oder die Beschwerde wirkt oft harmlos, aber bei genauerer Untersuchung zeigt sich vielleicht ein etwas komplizierteres Krankheitsbild als erwartet. Um ganz sicher zu sein, lasse ich daher Auffälligkeiten in diesem Bereich immer urologisch untersuchen. Stellt sich dann bei der Untersuchung jedoch heraus, dass der Patient tatsächlich «nur» an einer Blasenentzündung leidet, ist ein erfahrener Homöopath sicher in der Lage, diese erfolgreich zu behandeln.

GN: *Lassen sich denn auch Erektionsstörungen homöopathisch behandeln?*

Dr. A. Wacker: Zunächst einmal muss man nach den Ursachen von so genannten Potenzstörungen schauen, denn die Gründe dafür können vielfältiger Natur sein. Grob betrachtet, lassen sich Potenzstörungen in zwei grosse Gruppen unterteilen: Ursachen, die im körperlichen Bereich liegen, und Ursachen, die auf eine psychische Komponente zurückzuführen sind. Im letzteren Fall kann die Ursache für mangelnde Potenz durchaus partnerabhängig sein. Das heisst, in der Beziehung bestehen z.B. unausgesprochene Konflikte oder der Mann spürt einen gewissen Erwartungsdruck, der vielleicht real gar nicht gegeben ist. Dieser Druck bewirkt dann Unsicherheit, Versagensängste, Kontaktstörungen oder depressive Verstimmungen. Der Mann setzt sich selbst unter Spannung, und, je nachdem wie sensibel er ist, kann sich dies natürlich auch auf die Potenz auswirken. Ich denke, solche Situationen haben alle Männer schon einmal erlebt. Auch beruflicher Stress kann sich auf die Libido auswirken. Es kann aber auch sein, und dies wäre dann eine körperliche Ursache, dass die Erektionsschwäche Folge einer bislang noch nicht entdeckten inneren Krankheit ist. Wenn dies vermutet wird, sollte eine genaue Untersuchung durch Fachärzte erfolgen. Und auch hier kann es wieder sein, dass die Erektionsprobleme nicht in erster Linie körperlich bedingt sind, sondern vielleicht die Nebenwirkung eines Medikamentes, welches der Betroffene unter Umständen regelmässig einnimmt. Ist eine genaue Untersuchung erfolgt, dann bietet die Homöopathie vielfältige Möglichkeiten, die einzelnen Symptome zu behandeln. Allerdings, und das fällt manchem Mann schwerer als der Gang zum Arzt, wird eine homöopathische Behandlung von Erektionsstörungen nur dann langfristig wirken, wenn der Betroffene bereit ist, sich selbstkritisch und ehrlich zu betrachten. Die homöopathische Behandlung klopft auch Seelenzu-

Dr. Andreas Wacker



ist praktischer Arzt und Homöopath. Als Autor und Referent stehen im Mittelpunkt seiner Arbeit die Themen Homöopathie und Konzepte zur Gesunderhaltung.

Kontakt:

Rheingoldplatz, D 68199 Mannheim
Tel. D: 0621 84 11 55 / www.praxis-wacker.de
E-Mail: praxis-wacker@t-online.de

Veröffentlichungen:
Andreas Wacker/Martin Socha: «Homöopathie für Männer. Krankheiten vorbeugen, selbst behandeln und heilen», Verlag Bauer, 2002, geb., 160 S., ISBN 3-7626-0879-2
CHF 25.90/Euro 15. –

Andreas Wacker/Sabine Wacker: «Gesundheitserlebnis Basenfasten. Schlank und vital ohne Leistungsverlust», Haug Sachbuch, 2002, kart., 142 S., ISBN 3-8304-2075-7
CHF 27.20/Euro 14,95

stände ab, da sie ganzheitlich ausgerichtet ist, also Körper und Seele des Betroffenen betrachtet. Darauf muss man sich als Mann einlassen können, aber gerade bei dem Phänomen der Potenzstörung möchten viele Männer lieber Pillen schlucken, als darüber reden.

GN: *Sie möchten mit Ihrem Buch nicht nur informieren und aufklären, sondern zeigen auch Möglichkeiten der Selbstbehandlung auf. Wie sehen diese aus?*

Dr. A. Wacker: Es gibt sechs so genannte W-Fragen, die dem Patienten helfen, das richtige Präparat für seine Beschwerden herauszufinden. Diese Fragen lauten: ◆ Welche Beschwerden liegen genau vor? ◆ Wann genau treten sie auf und wann sind sie zum ersten Mal aufgetreten? ◆ Wonach sind sie aufgetreten? ◆ Wo/in welchem Bereich des Körpers genau sitzen die Beschwerden? ◆ Wie fühlen sich die Schmerzen genau an? (Sind sie z. B. brennend, stechend, ziehend, dumpf oder drückend?) ◆ Wodurch verbessern oder verschlechtern sich die Beschwerden? Es ist ratsam, sich mit diesen Fragen genau auseinander zu setzen und die Antworten sorgfältig aufzuschreiben. Das Aufschreiben ist deswegen so wichtig, da sich häufig bereits beim Notieren der ein oder andere Zusammenhang verdeutlicht. Ich rate meinen Patienten sogar, sich einen eigenen Ordner für diese Aufzeichnungen anzulegen und die Aufzeichnungen zu sammeln. Für spätere Erkrankungen können diese Informationen äusserst wichtig sein. Sind die Aufzeichnungen erfolgt und die Erkrankung benannt, können die Leser im Buch nachschlagen und die Arzneimittelbilder mit ihren Symptomen genau vergleichen. Das sollte auf keinen Fall flüchtig geschehen! In verschiedenen Tabellen werden weitere Aspekte der Symptomatik dargestellt. Bei der Arznei, die für den Leser die grösste Wiedererkennbarkeit zeigt, können dann die genannten Mittel eingesetzt werden.

Wer sich mit alternativen Therapien beschäftigt, stösst unweigerlich auch auf die Homöopathie, die nicht mit der Pflanzenheilkunde verwechselt werden darf. Homöopathische Arzneistoffe entstammen aus der Pflanzen- und Tierwelt, aus Mineralien und aus der Chemie. Die Grundsubstanzen werden verdünnt und nach einer bestimmten Gesetzmässigkeit weiter potenziert. Homöopathische Mittel gibt es als Globuli, Tabletten oder Tropfen.

GN: *So eine Selbstdiagnose ist aber doch nicht einfach. Worauf muss man denn dabei besonders achten?*

Dr. A. Wacker: Selbstbehandlung bedeutet ja nicht, dass man keinen Arzt braucht. Es ist eher so, dass der Patient, je nach Schwere von Erkrankung und Symptomen, unbedingt einen Arzt aufsuchen sollte. Eine Selbstbehandlung kann als Sofortmassnahme fungieren, um z. B. den Krankheitsverlauf positiv zu beeinflussen, aber sie kann den Arztbesuch grundsätzlich nicht ersetzen. Es gilt hier das Sowohl-als-auch-Prinzip und nicht das Entweder-oder-Prinzip. Sich selbst zu behandeln, ist nur bei akuten Krankheiten sinnvoll, bei chronischen Krankheiten liegen aber oft die wichtigen Symptome in versteckter Form vor, und der Auswahlprozess einer homöopathischen Arznei wird viel schwieriger und komplizierter. Die meisten homöopathischen Arzneien können für sehr viele unterschiedliche Beschwerden verwendet werden und lassen sich manchmal tausend verschiedenen Symptomen zuordnen. Um einen Vergleich zu wählen: es ist wie bei einem Handwerker, dessen Schrauben vielfältigst verwendet werden können. Deswegen ist es sicher gut, bei Beschwerden ei-

nen «Fachmann» aufzusuchen, der eine homöopathische Anamnese möglich macht. Darunter versteht man die genaue Befragung des Patienten hinsichtlich seiner Krankengeschichte und seiner gesundheitlichen Entwicklung seit der Geburt. Im Buch finden sich deswegen zu jedem Krankheitsbild Hinweise, wann unbedingt ein Facharzt aufgesucht werden sollte. Es will aber mehr, als nur im Krankheitsfall begleiten. Mein Anliegen ist es, Homöopathie zu erklären und Verständnis für deren Behandlungsweise zu wecken. Das geht am besten, wenn – in diesem Fall der Mann – sich mit seinem Körper, seinen Fragen und dem Buch auseinander setzt.

GN: *Oft wird von der homöopathischen Erstverschlimmerung gesprochen. Was versteht man darunter?*

Dr. A. Wacker: Dabei handelt es sich um die Erstreaktion auf ein angewendetes Medikament. Es ist eine heftige Heilreaktion, die nur dann auftritt, wenn das Medikament genau zu der Krankheit passt, etwa wie ein Schlüssel in das richtige Schloss. Die Erstverschlimmerung ist also keine Verschlechterung oder Nebenwirkung, sondern ganz im Gegenteil ein Signal dafür, dass das richtige Medikament angewendet wurde. Behandelt man sich selbst, sollte ab jetzt keine weitere Medizin mehr eingenommen werden, denn nun arbeitet der Körper selbst, und eine Verbesserung der Beschwerden ist in Sicht. Bei akuten Krankheitsbildern treten Erstreaktionen jedoch eher selten auf.

GN: *Welche Grenzen sehen Sie in der Homöopathie?*

Dr. A. Wacker: Bei der Homöopathie handelt es sich um eine Regulationstherapie, d.h. die Selbstheilungskräfte des Körpers werden unterstützt. Heilung erfolgt immer durch den Körper und wird durch Medikamente nur unterstützt. Die Homöopathie unterstützt den Körper dabei auf ideale Weise. Allerdings ist sie auf die Mitarbeit des Menschen angewiesen, der sich ihrer bedient. Sei dies durch die richtige Ernährung oder generell eine entsprechende Lebensführung. Wo der Patient nicht mitarbeitet, kann die Wirksamkeit der Homöopathie herabgesetzt oder aufgehoben werden. Das ist besonders für Männer wichtig, die sich manchmal nicht so gerne mit körperlichen Symptomen beschäftigen. Sie wollen funktionieren. Die Auseinandersetzung und das Vertrautwerden mit dieser Medizin verhilft ihnen häufig auch zu einem neuen Körper- bzw. Seelenverständnis.

GN: *Gibt es ein besonderes «Männermittel»?*

Dr. A. Wacker: Vielleicht am ehesten «Nux vomica», auch «Manager-Mittel» genannt. Ein hoher Stresspegel, wie ihn viele Führungskräfte zeigen, kann Auslöser für akute Krankheitsbilder wie Erkältungen, Bauchschmerzen, Erbrechen und Reizbarkeit sein. Alkohol, Kaffee, scharfe Gewürze, üppige Gelage und Schlafmangel sind weitere Ursachen, dass Körper und Seele reagieren. «Nux vomica» bietet hier wunderbare, schnelle Unterstützung. Aber auch hier gilt: Globuli allein machen aus einem Manager noch keinen gesunden Menschen. Sie unterstützen, aber ohne lebensverändernde Massnahmen des Betroffenen können sie allein langfristig keine Wunder bewirken. • BG

Nux vomica

Nux vomica (Brechnuss, Krähenauge) ist eines der wichtigen homöopathischen Mittel, da es vielseitig eingesetzt werden kann. Z.B bei Kopfschmerzen (Katerstimmung), zur Schnupfenvorbeugung, bei verdorbenem oder nervösem Magen, Aufstossen, Blähungen, Übelkeit oder Erbrechen, aber auch bei Muskelverspannungen, Rückenschmerzen, Ischiasbeschwerden, Neuralgien.