



ELTERNRATGEBER

Alternative Heilmethoden, Teil III

Stand Juli 2022



Dieser und weitere
Elternratgeber

GPA GESELLSCHAFT
PÄDIATRISCHE
ALLERGOLOGIE
UMWELTMEDIZIN

ELTERNRATGEBER

Alternative Heilmethoden

Teil III: Verfahren ohne bewiesene Wirkung

Peter J. Fischer, Schwäbisch Gmünd

Liebe Eltern,

Teil III des Ratgebers beschäftigt sich mit Methoden, die zwar häufig bei Allergien auch bei Kindern und Jugendlichen angewendet werden, deren Wirksamkeit zur Behandlung dieser Erkrankungen aber nie wirklich bewiesen werden konnte.

Homöopathie

Die Homöopathie wurde von dem deutschen Arzt Samuel Hahnemann (1755–1843) Anfang des 19. Jahrhunderts begründet. Sie verspricht ganzheitlich, individuell auf jede Patientin bzw. jeden Patienten zugeschnitten und besonders sanft zu sein. Hahnemann behauptete, dass Krankheit durch eine Verstimmung der „Lebenskraft“ des Menschen entsteht. Homöopathische Mittel könnten auf diese „Lebenskraft“ einwirken und die Gesundheit dadurch dauerhaft wiederherstellen.

Prinzipien

Ähnlichkeitsregel, Simile-Prinzip:

In der Lehre der Homöopathie geht man davon aus, dass Ähnliches mit Ähnlichem geheilt werden könne.

Dies bedeutet, dass eine Substanz, die bei einer gesunden Versuchsperson bestimmte Krankheitssymptome hervorruft, bei einer erkrankten Person ähnliche Krankheitserscheinungen zum Verschwinden bringen soll.

Potenzierung: Ein zweites Merkmal der Homöopathie ist die Verwendung von starken Verdünnungen („Potenzen“) in

Form von Tropfen oder Streukügelchen (Globuli). Die Ursubstanzen werden zu diesem Zwecke unter Schütteln verdünnt (in der Sprache der Homöopathie „potenziert“). D1 bedeutet hierbei eine Verdünnung von 1:10, D2 von 1:100, C1 von 1:100, C2 von 1:10.000 usw. Bei einer Verdünnung von 1:1 Million (D6) würde sich in einem z. B. mit Wasser gefüllten 50-Liter-Tank noch maximal 1 Tropfen der Ausgangssubstanz befinden. Ab einer Verdünnung von 1:24 Millionen (D24 bzw. C12) kann allerdings rein physikalisch im Arzneimittel kein einziges Molekül der Ausgangssubstanz mehr enthalten sein. Durch das Potenzieren gehe „Energie“ auf die Trägersubstanz (z. B. Milchzucker) über, erklären Homöopathen die Wirkung der Mittel.

Kritik

Kritiker führen vor allem diese Punkt an: Die theoretischen Grundlagen der Homöopathie sind mit wissenschaftlichen Methoden nicht nachvollziehbar. Das Gedankengebäude der Homöopathie wurde in den letzten 200 Jahren in keiner Weise dem enormen Erkenntniszuwachs der Medizin angepasst. Eine Arzneimittelwirkung ist bei den hohen Verdünnungen nicht erklärbar. In einer Hochpotenz sind z. B. mehr Moleküle aus der Wand des Glasbehälters, in dem geschüttelt wird, enthalten als vom Ausgangsstoff – die Glasmoleküle sollen allerdings nach der Lehre der Homöopathie keine Wirkung entfalten. Auch 200 Jahre nach ihrer Einführung hat die Homöopathie keinen

Wirksamkeitsnachweis nach wissenschaftlichen Kriterien liefern können. Studien, welche die Wirksamkeit der Homöopathie nachweisen sollen, sind meist von unbefriedigender Qualität. Je höherwertiger eine Untersuchung ist, desto weniger Effekte konnten gezeigt werden. Beispielsweise wurde eine Studie zur homöopathischen Behandlung der Neurodermitis nach 4 Jahren vorzeitig abgebrochen, da sich kein Behandlungserfolg gezeigt hatte [4]. Die Wirkung homöopathischer Medikamente geht in den meisten Untersuchungen nicht über die eines Placebos (= Medikament ohne Wirkstoff, Scheinmedikament) hinaus. Das heißt, der Glaube an die Wirksamkeit des Medikaments (Placeboeffekt), auch vermittelt durch die Zeit und Zuwendung des Verordners, z. B. in der ausführlichen Erstanamnese, spielt offenbar eine ausschlaggebende Rolle. Dieser Placeboeffekt hat bei praktisch jeder Therapie, auch in der wissenschaftlichen Medizin, eine (hilfreiche) Bedeutung. Aber nur wenn der tatsächliche Effekt einer Substanz über den erwarteten oder gemessenen Placeboeffekt hinausgeht, sprechen Forscherinnen und Forscher von einer Wirksamkeit der geprüften Substanz (s. auch [↗ Teil I des Elternratgebers](#) im Journal 01/2021). Im Gegensatz zu anderen Arzneimitteln müssen für homöopathische Mittel ab D4 Wirkung, Nebenwirkungen und Unbedenklichkeit nicht nachgewiesen werden. Die Homöopathie bietet für alle möglichen – vor allem leichte – Störungen ein entsprechendes Mittel an. Dies kann die Neigung fördern, auch bei geringfügigen Beschwerden sofort zum Medikament als Hilfe von außen zu greifen, anstatt auf die Selbstheilungskräfte des Körpers zu bauen und diese aktiv zu unterstützen.

Bewertung

Samuel Hahnemann hat große Verdienste erworben, indem er sich zu seiner Zeit für eine verbesserte Hygiene in der Medizin

einsetzte und sich z.B. vehement gegen den unkritischen Einsatz des Aderlasses wehrte. Eine spezifische Wirksamkeit der Homöopathie, die über die eines Scheinmedikaments hinausgeht, konnte allerdings nie nachgewiesen werden. Einige Ärztekammern haben wegen des fehlenden wissenschaftlichen Wirksamkeitsnachweises die Homöopathie inzwischen aus der Weiterbildungsordnung gestrichen. Bei der Verwendung von starken Verdünnungen (sog. Hochpotenzen) sind keine Nebenwirkungen zu erwarten. Bei geringen Verdünnungen (sog. Niedrigpotenzen) können aber durchaus Vergiftungen oder allergische Reaktionen auftreten. Homöopathische Mischpräparate („Komplexmittel“) haben mit der Lehre Hahnemanns, der immer individuelle Einzelmittel verordnete, nicht mehr viel zu tun. Einen homöopathischen Cocktail, der allen hilft, kann es nach der Theorie der klassischen Homöopathie nicht geben. Dennoch werden solche Mittel im Rahmen der homöopathischen Therapie verwendet. Die Homöopathie hat auch nichts mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie) zu tun, bei der Pflanzeninhaltsstoffe mit pharmakologisch nachweisbarer Wirkung (z.B. Gerbstoffe aus Eichenrinde oder Schwarztee) therapeutisch genutzt werden.

Schüßler-Salze

Prinzipien

Nach der Meinung von Wilhelm Schüßler (1821–1898) ist ein Mensch dann gesund, wenn seine Zellen ausreichend mit Mineralstoffen versorgt sind und sich deren Moleküle ungehindert bewegen können. Der Mensch erkrankt dann, wenn die Zellen bei der Abwehr krankmachender Reize Mineralstoffe verlieren und sich die verbliebenen Moleküle nicht mehr richtig bewegen können. Alle Erkrankungen werden durch eine Entzündung erklärt und in 3 verschiedene Entzündungsstadien eingeteilt. Behandelt wird nach der Zuord-

nung zum Entzündungsstadium und der Bestimmung der Konstitution der Patientin oder des Patienten mit anorganischen Salzen, die nach dem Verfahren der Homöopathie zu D3, D6 und D12 potenziert werden. Die Ähnlichkeitsregel der Homöopathie kommt hier allerdings nicht zur Anwendung.

Bewertung

Die Erklärungsversuche Schüßlers zur Entstehung von Krankheiten sind mit der heutigen wissenschaftlichen Medizin nicht in Einklang zu bringen. Mineralsalze sind wichtig für viele Abläufe im Organismus, jedoch lassen sich bei weitem nicht alle Erkrankungen durch einen Mineralstoffmangel erklären. Auch sind viele Erkrankungen nicht durch eine Entzündung bedingt. Wissenschaftliche Wirksamkeitsnachweise dieser Behandlungsmethode liegen nicht vor. Zu beachten ist, dass zwischen niedrig verdünnten Schüßler-Salzen von 1:1000 (D3) und anderen Medikamenten Wechselwirkungen auftreten können, die schädlich sein können. Schüßler-Salze können einen echten Mineralstoffmangel nicht ausgleichen.

Bachblüten

Prinzipien

Für Edward Bach (1886–1936) war Krankheit „das Ergebnis eines Konflikts zwischen höherem Selbst und Persönlichkeit“. 38 negative Seelenzustände sollen sich in präzisen Beschwerden äußern und durch Einnahme von 38 speziellen Blütenextrakten gebessert werden. Daneben soll eine fixe Kombination von 5 Blütenkonzentraten als „Notfalltropfen“ dienen. Damit könne das nahezu gesamte medizinische Spektrum von Krankheiten und Störungen behandelt werden.

Bewertung

Bachs Krankheitsverständnis ist mit der modernen Medizin nicht vereinbar. Ein

wissenschaftlicher Wirksamkeitsnachweis seiner Methoden liegt nicht vor.

Schlussfolgerung

Für die genannten Methoden ließ sich wissenschaftlich nicht nachweisen, dass sie eine Wirksamkeit besitzen, die über den Effekt eines Scheinmedikaments hinausgeht. Wollen Sie dennoch zu diesen Methoden greifen, sollten Sie Folgendes beachten (siehe auch [↗ Teil I des Ratgebers](#)):

- 1 Eine wirksamere Behandlung darf nicht versäumt oder abgesetzt werden. Dies gilt vor allem für schwere und akute Erkrankungen.
- 2 Bei Einnahme gewisser Substanzen in niedrigen Potenzen sind Vergiftungen oder allergische Reaktionen möglich.
- 3 Vorsicht ist geboten bei der Verabreichung von alkoholhaltigen Medikamenten an Kinder und Schwangere.

Dr. med. Peter J. Fischer

Praxis für Kinder- und Jugendmedizin
Kinderpneumologie – Allergologie
Mühlbergle 11 | 73525 Schwäbisch Gmünd

Alle 4 Teile dieses Ratgebers finden Sie unter [↗ https://www.gpau.de/eltern-kinderinfos/elternratgeber](https://www.gpau.de/eltern-kinderinfos/elternratgeber)

Weitere Informationen

- 1 Ernst E. Alternative Medicine. A Critical Assessment of 150 Modalities. Springer Nature Switzerland 2019
- 2 Federspiel K, Herbst V. Die Andere Medizin. „Alternative“ Heilmethoden für Sie bewertet. Stiftung Warrentest, 5. Aufl. 2006
- 3 Grams N. Was wirklich hilft. Kompass durch die Welt der sanften Medizin. Berlin: Aufbau Verlag, 2. Aufl. 2020
- 4 Siebenwirth J, Lüdtker R, Remy W, Rakoski J, Borelli S, Ring J. Wirksamkeit einer klassisch-homöopathischen Therapie bei atopischem Ekzem. Eine randomisierte, placebokontrollierte Doppelblindstudie. Forsch Komplementmed 2009; 16: 315–323