

## Kongress der GAMED –

## Wiener Internationale Akademie für Ganzheitsmedizin



## **SALUTOGENESE – WEGE ZUR GESUNDHEIT** **Wien, 8. – 9. November 2019**

[www.salutogenese-kongress.com](http://www.salutogenese-kongress.com)  
[www.gamed.or.at](http://www.gamed.or.at)

## **Salutogenese - Wege zur Gesundheit**

In der konventionellen Medizin steht die Diagnose der Krankheit und ihre möglichst spezifische Therapie im Vordergrund. Dabei wird in der Regel ein reduktionistischer Denkansatz verfolgt, wie er für die naturwissenschaftliche Denkweise charakteristisch ist und dem die klinische Medizin in nicht unerheblichem Ausmaß ihre Erfolge verdankt. Es wird daher in diesem Zusammenhang von einer pathogenetisch orientierten Medizin gesprochen. Das Gesundheitswesen investiert praktisch die gesamte intellektuelle und finanzielle Kapazität in die Erforschung von Krankheitsmechanismen und Krankheitsbekämpfung.

Gesundheit und Krankheit sind jedoch komplexe Phänomene die nicht nur von genetischen, biologischen und psychologischen Faktoren, sondern auch von familiären, sozialen und kulturellen Aspekten abhängen. Auf dieser Basis beruht auch der bio-psycho-soziale Ansatz von A. Antonovsky, der in der Folge zum Konzept der Salutogenese erweitert wurde.

Bei diesem Konzept stehen nicht krankheitsfördernde Faktoren im Vordergrund, sondern alle jene Umstände und Bedingungen die Gesundheit ermöglichen und erhalten.

### **Veranstaltungsort:**

Gesellschaft der Ärzte in Wien Billrothhaus  
Frankgasse 8  
1090 Wien  
[www.billrothhaus.at](http://www.billrothhaus.at)



### **Ehrenschutz:**

Peter Hacker - Amtsführender Stadtrat für Soziales, Gesundheit und Sport

### **Wissenschaftliche Leitung:**

Ao. Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Markt  
MR Dr. med. Gerhard Hubmann

**DFP : 14 medizinische DFP-Punkte**

## **Abstracts und Lebensläufe der ReferentInnen in der Reihenfolge der Vorträge**

ao. Univ.-Prof. Dr. med. Wolfgang Marktl

Assoc.-Prof. Priv. Doz. Dr. Thomas Dorner, MPH

Univ.-Prof. Dr. med. Dieter Melchart

Mag. Dr. Peter Nowak

Dr. med. Susanne Schunder-Tatzber

Dr. med. Walter Wührer

Dr. med. Otto Ambros

Univ.-Prof. PD. Dr. Tadeusz Peter Panhofer, MBA

MR Dr. med. Gerhard Hubmann

Dr. med. Gerhard Kögler

Dr. phil. I, Corinne I. Heitz

Ulrike Köstler

Univ.Prof. Dr. Paul Haber

Dr. med. Felix Badelt



## **ao. Univ.-Prof. Dr. med. Wolfgang Marktl**

### **Die Zeitstruktur des Organismus und die Salutogenese**

Gesundheit ist ein komplexer Begriff bei dem eine große Zahl von Determinanten eine Rolle spielt. In der Zivilisationsgesellschaft mit ihren vielfältigen technischen Möglichkeiten tritt die Bedeutung der Beziehung zwischen dem Menschen und natürlichen Umwelteinflüssen nicht selten in den Hintergrund. Menschen leben in künstlichen Umwelten und entziehen sich auf diese Art den natürlichen Reizen aus der Umwelt. Die Bewältigung der ständig aus der Umwelt einwirkenden Reize durch den lebenden Organismus ist aber eine von vielen Facetten der Gesundheit.

Aus der Sicht der Chronobiologie wird der Beachtung der Zeitstruktur der lebenden Organismen im Zusammenhang mit Gesundheit zu wenig Beachtung geschenkt. Der Begriff Zeitstruktur bezieht sich auf die Tatsache, dass alle Funktionen in lebenden Organismen durch rhythmische Funktionen mit unterschiedlichen Charakteristika gekennzeichnet sind. Aber auch in der natürlichen Umwelt treten rhythmische Phänomene – z.B. der Hell-Dunkel-Wechsel der 24-Stundenperiode, der Jahreszeitenwechsel etc. - auf. Jürgen Aschoff hat in Bezug auf den Menschen den Ausspruch getan wonach „der Mensch ein rhythmisch gegliedertes Wesen in einer rhythmisch gegliederten Umwelt ist“.

Gesundheit ist nach Ansicht der Chronobiologie auch durch die Aufrechterhaltung einer guten zeitlichen Ordnung innerhalb des Organismus und deren Abstimmung mit den natürlichen Rhythmen der Umweltreize zu definieren. Störungen dieser zeitlichen Ordnung widersprechen dem Prinzip der Salutogenese und haben nachweislich gesundheitsabträgliche Folgen. Einige wesentliche Beispiele dafür werden im Vortrag vor- und zur Diskussion gestellt.

Geboren am 14. 5. 1944 in Waiern/Kärnten.

Besuch der Volksschule in den Jahren 1950 bis 1954 in Klagenfurt.

Besuch des Realgymnasiums in Klagenfurt von 1954 bis 1962, Matura am 4. 7. 1962.

Medizinstudium in Innsbruck und Wien in den Jahren 1962 bis 1968.

Promotion zum Dr.med.univ. am 15. 6. 1968 in Innsbruck.

Vom 1.11.1968 bis 31.12. 1969 sowie vom 1. 4. 1970

bis zum 31. 5. 1972 Assistenzarzt am Institut für allgemeine und experimentelle Pathologie der Universität Wien, vom 1. 1. 1970

bis zum 31. 3. 1970 Assistenzarzt an der 1. Chirurgischen Univ. Klinik in Wien.

Seit 1. 6. 1972 am Institut für Medizinische Physiologie der Universität Wien.

Erlangung des Ius practicandi im Jahre 1976.

Habilitation für medizinische Physiologie am 14. 1. 1983.

Leiter der Abteilung für Umweltphysiologie und Balneologie am Zentrum für Physiologie und Pathophysiologie der Med.Univ. Wien bis 1.10.09,

Versetzung in den Ruhestand an der MUW mit 1.10.09

Von 1. 4. 1986 bis Ende 2010 Leitung des Ludwig Boltzmann Institutes zur Erforschung physiologischer Rhythmen in Bad Tatzmannsdorf.



Juni 1994 Anerkennung als Facharzt für medizinische Leistungsphysiologie  
Ernennung zum tit.a.o.Univ.Prof. mit 4.10.1994  
Verleihung des Ehrenkreuzes für Wissenschaft und Kunst, I. Klasse, durch den Bundespräsidenten mit Datum von 28.09.2001  
Ehrenmitglied des Verbandes Österreichischer Kurärzte  
Ehrenmitglied des Dachverbandes der komplementärmedizinisch tätigen Ärztinnen und Ärzte Österreichs  
Verleihung der „Crystal Medal“ der Slowakischen Gesellschaft für Bioregenerative Medizin (The Slovak Bioregenerative Medicine Association), mit Datum vom 11.9.2013.  
Verleihung des Goldenen Ehrenzeichens für Verdienste um das Land Wien mit Datum vom 17.4.2015

Wissenschaftliche Arbeitsgebiete:

Ernährungs- und Stoffwechselphysiologie,  
Balneologie und medizinische Klimatologie,  
Chronobiologie, Ganzheitsmedizin

Funktionen in wissenschaftlichen Vereinigungen und Verbänden:

Leitung der Abteilung Wissenschaft im Österr. Heilbäder- und Kurorteverband,  
Mitglied des erweiterten Vorstandes und Ehrenmitglied des Verbandes Österr. Kurärzte,  
derzeit 1. Vorsitzender der Österr. Gesellschaft für Balneologie und medizinische Klimatologie.

Vorsitzender des Akademischen Rates der GAMED - Wr. Internat. Akademie für Ganzheitsmedizin; von Juni 2000 bis Juni 2003 Vizepräsident der GAMED - Wr. Internat. Akademie für Ganzheitsmedizin,  
Seit 24.06.2003 Präsident der GAMED - Wiener Internationale Akademie für Ganzheitsmedizin,

Mitglied der Codex-Kommission bis 2007

Von 01.01.2002 bis 2009 Med.-Wiss. Leiter der Akademie für den Diätdienst und ernährungsmedizinischen Beratungsdienst im AKH Wien,

Seit 29.01.2002 Vizepräsident des Akademischen Institutes für Ernährungsmedizin

Seit Juli 2016 Leiter des Karl-Landsteiner Instituts für Traditionell Europäische Medizin

Seit September 2016 Mitglied der Wissenschaftskommission beim Bundesministerium für Landesverteidigung

Publikationstätigkeit: derzeit 302 wissenschaftliche Publikationen, wissenschaftlicher Redakteur des Handbuchs der natürlichen Heilmittel Österreichs 1985, laufende Vortragstätigkeit im In- und Ausland, Teilnahme an Sendungen von Rundfunk und Fernsehen.

## **Assoc.-Prof. Priv. Doz. Dr. Thomas Dorner, MPH**

### **Salutogenese als Konzept und Werkzeug in Public Health**

Public Health verfolgt die Vision, eine möglichst hohe Gesundheit für möglichst alle Menschen zu erreichen. Sie gilt als die Wissenschaft für und Lehre von Gesundheit in allen Politikfeldern., und gliedert sich in die Hauptströmungen Gesundheitsförderungsforschung und Gesundheitsversorgungsforschung, sowie deren Kombination „Ganzheitlichkeit“ ist neben „Wissenschaftlichkeit“, „Unabhängigkeit“ und „Dialogbereitschaft“ eine der vier Grundwerte der Österreichischen Gesellschaft für Public Health.

In diesem Zusammenhang versteht sich Ganzheitlichkeit dahingehend, dass Gesundheit von vielen verschiedenen Faktoren (Determinanten) beeinflusst wird. Auf individueller Ebene sind dies biologische, psychische und soziale Faktoren, genauso wie emotionale, spirituelle und sexuelle. Auf Bevölkerungsebene sind dies Dinge wie Friede, Unterkunft, Bildung, ausreichende und gesunde Ernährung, sicheres und ausreichendes Einkommen, ein stabiles Ökosystem, Nachhaltigkeit und soziale Gerechtigkeit. Damit wird der „Health-in-all-Policies“-Charakter von Public Health deutlich.

Für die individuelle Gesundheit bedeutet Ganzheitlich aber auch, nicht lediglich den Gesundheitszustand oder gar eine Krankheit in den Mittelpunkt des Interesses zu rücken, sondern den gesamten Menschen mit allen Ressourcen und Belastungen. Je mehr Gesundheitsressourcen ein Mensch zur Verfügung hat, umso eher kann dieser Mensch Belastungen tolerieren, ohne krank zu werden. Salutogenese und in der Konsequenz Gesundheitsförderung beschäftigen sich damit, vor allem die Gesundheitsressourcen von Menschen zu erkennen und zu fördern. Ressourcen und Belastungen gibt es auf verschiedenen Ebenen, etwa auf der Ebene der gesunden Lebensweisen, auf Ebene der Persönlichkeit, auf Ebene der sozialen Unterstützung oder im Bereich der Gesundheitsdienste.

Beispiele für Gesundheitsressourcen im Bereich von Lebensweisen wären ausreichende körperliche Aktivität, gesunde Ernährung, erfüllende Sexualität, Partnerschaft oder Familie. Beispiele für personale Gesundheitsressourcen wären Kontrolle über das eigene Leben zu haben, Sinnhaftigkeit, Gesundheitswissen zu haben, und das Vertrauen, Ziele erreichen zu können. Beispiele für soziale Gesundheitsressourcen wären soziale Unterstützung durch Freunde zu haben, oder etwa in der Arbeit soziale Anerkennung zu erfahren. Beispiele für Gesundheitsressourcen im Bereich der Gesundheitsversorgung wären die Empfänglichkeit für Gesundheitsförderung, die Inanspruchnahme präventiver Leistungen, die Wahrnehmung der adäquaten medizinischen Versorgungsebene, oder die Leistbarkeit von Behandlungsoptionen.

Es gibt viele Konzepte und Modelle, sowohl für die individuelle Gesundheit, als auch für Public Health, in denen viele der erwähnten Gesundheitsressourcen eine große Rolle spielen. Zu diesen Konzepten zählen etwa Sozialkapital, Gesundheitskompetenz („health literacy“), Kohärenzsinn von Aaron Antonovsky, das Effort/Reward Modell von Johannes Siegrist, oder das Job-Demand-Control-Modell von Robert Karasek.

In einer integrierten Gesundheitsversorgung werden alle diese Aspekte berücksichtigt, und Patientinnen und Patienten mit all ihren Belastungen und Ressourcen auf verschiedensten Ebenen wahrgenommen. Auch wenn es im Versorgungssystem nicht immer möglich sein wird, alle Belastungen von Patientinnen und Patienten zu minimieren, sollten sie dennoch adäquat adressiert und ernst genommen werden. Gesundheitsförderung, im Sinne von

Stärkung von Gesundheitsressourcen, auch um Gesundheitsbelastungen zu kompensieren, spielt in der integrierten Versorgung eine wichtige Rolle.

Seit 2012 Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Public Health. Seit Oktober 2009 ist er als Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Zentrum für Public Health der Medizinischen Universität Wien, Abteilung für Sozial- und Präventivmedizin tätig und leitet dort die Unit Lifestyle & Prevention. Seit 2017 ist er stellvertretender Leiter der Abteilung für Sozial- und Präventivmedizin.

Im November 2001 promoviert Prof. Thomas Dorner nach dem Abschluss des Studiums der Humanmedizin von der Medizinischen Fakultät der Universität Wien zum Dr. med. univ., 2007 schloss er den Universitätslehrgang „Master of

Public Health“ der Universität Wien und der Medizinischen Universität Wien ab. 2011 habilitierte er für Sozialmedizin / Public Health an der Medizinischen Universität Graz. Prof. Thomas Dorner ist seit 2013 als Guest Researcher am Karolinska Institutet, Department of Clinical Neuroscience, Section of Insurance Medicine, Stockholm, Schweden tätig.

Zu seinen Forschungsschwerpunkten gehören Gesundheitsförderungsforschung, Versorgungsforschung, soziale Gesundheitsdeterminanten, Gesundheitswirkungen durch Lebensstil und soziale Aspekte bei chronischen Erkrankungen, sowie Determinanten für Work Disability (Krankenstände und Frühpensionierungen)

Er ist Berater in zahlreichen österreichischen und internationalen Gremien. Auf internationaler Ebene sind dies unter anderem die European Public Health Association (2016 war er Präsident der European Public Health Conference), des WHO Regional Office Europe, oder des European Networks for Prevention and Health Promotion in Primary Care. Auf nationaler Ebene sind dies unter anderem der Beirat für Altersmedizin, der Lenkungsausschuss Gesundheitsfolgenabschätzung, die Nationalen Ernährungskommission, oder der Fachbeirat für Gesundheitsstatistik.





## **Univ.-Prof. Dr. med. Dieter Melchart**

### **Erfahrungen in der Implementierungspraxis von Salutogenese-Projekten**

Die Implementierung von Salutogenese in Medizin und Gesundheitsversorgung gestaltet sich schwierig. Es werden Beispiele aus der praktischen Projekterfahrung vorgestellt. Eigenverantwortung und Solidarität als Systemprinzipien sind in der Gesundheitsversorgung nicht gleichwertig. Nach wie vor ist die Einbindung des Individuums als aktiver Partner in Form von Gesundheitsförderung, Krankheitsprävention und Patientenschulung unzureichend, obwohl vielen die Bedeutung eines proaktiven Gesundheitssystems und die Notwendigkeit der Eindämmung der Chronifizierung von Kranken bekannt ist. Die passive pathogen-orientierte Behandlung behält weiter ihre Dominanz vor der Klienten- und Patientenaktivität im Prozess der Gesundheitsversorgung.

Leiter des Kompetenzzentrums für Komplementärmedizin und Naturheilkunde (KoKoNat); Klinikum rechts der Isar, Technische Universität München (TUM)

Website: <http://www.kokonat.med.tum.de>

Jahrgang 1954

Akademische Laufbahn

2003 Habilitation im Bereich Naturheilkunde an der Universität Zürich

2006 bis dato: Gastprofessor an der Beijing University of Traditional Chinese Medicine (BUCM), Volksrepublik China

2010 bis dato: Titularprofessor an der Medizinischen Fakultät der Universität Zürich, UniversitätsSpital / Schweiz

2010 bis 2015: Erste Universitäts-Professur für Naturheilkunde in Bayern.

Stiftungsprofessur für Naturheilkunde und Komplementärmedizin der Erich-Rothenfußer-Stiftung München am Klinikum rechts der Isar, Technische Universität München.

2016 bis dato: Außerplanmäßige Professur und Venia legendi für Naturheilkunde und Komplementärmedizin an der Technischen Universität München



### **Arbeitsgebiete, Forschungsschwerpunkte und Projekte**

Schwerpunkte der Forschungsarbeit sind Qualitätsforschung, klinische Studien, Arzneimittel der TCM, Lebensstil-Medizin.

Projekte: Klinikverbund Münchener Modell; Erste Deutsche Klinik für ganzheitsorientierte Grundversorgung Simbach; DAK Erprobung einer Rehaklinik für Naturheilkunde Bad Elster; Krankenkassenmodellvorhaben für Akupunktur, ambulante Naturheilkunde, Lebensstilprogramm; Netzwerk IGM-Campus in Bayern.

Aufbau einer Zertifikatsfortbildung zum IGM-GesundheitsCoach an der Fakultät für Gesundheit, Technische Hochschule Deggendorf (THD)



## **Mag. Dr. Peter Nowak**

### **Salutogenese als Grundlage für die Stärkung der Gesundheitskompetenz in Österreich**

Ein Kernelement der Salutogenese-Theorie ist die vermittelnde Position von Kohärenzgefühl zwischen Einsatz eigener Ressourcen angesichts der Herausforderungen des Lebens und ihre Wirkung auf Gesundheit. In der international anerkannten Definition von Gesundheitskompetenz (Sörensen et al. 2012) sind die drei wesentlichen Aspekte des Kohärenzgefühls aufgenommen. Damit sind Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit auch zu zentralen Orientierungspunkten der Stärkung von Gesundheitskompetenz geworden. Die weltweite Konjunktur von Gesundheitskompetenz („health literacy“) als zentrale Gesundheitsdeterminante hat nicht zuletzt mit den systematischen und vielgestaltigen Interventionsmöglichkeiten zur Stärkung der Gesundheitskompetenz zu tun. Im Zusammenspiel von Kompetenzen der Menschen und der Komplexität der angebotenen Gesundheitsinformationen und Systembedingungen bieten sich große Entwicklungspotentiale.

In Österreich wurde die Stärkung der Gesundheitskompetenz der Bevölkerung bereits 2012 zum vordringlichsten Gesundheitsziel auf nationaler Ebene erklärt. In den Folgejahren gelang mit der Einrichtung der Österreichischen Plattform Gesundheitskompetenz (ÖPGK; [www.oepgk.at](http://www.oepgk.at)) ein erster großer struktureller Schritt. Inzwischen hat sich ein breites Spektrum von Umsetzungsmaßnahmen entwickelt, die von Bund, Ländern, Sozialversicherungsträgern und Organisationen verschiedener Politikbereiche umgesetzt wird. Im Vortrag werden die wesentlichen Umsetzungszugänge – gute Gespräche über Gesundheit und Krankheit, gute Gesundheitsinformationen sowie gesundheitskompetente Organisationen und Settings – erläutert und aktuelle Umsetzungsinitiativen in Österreich präsentiert.

Seit September 2013 ist Peter Nowak Leiter der Abteilung „Gesundheit und Gesellschaft“ an der Gesundheit Österreich GmbH, Wien. Von 2013 bis 2015 war er in der wissenschaftlichen Begleitung des Gesundheitsziels 3 „Gesundheitskompetenz der Bevölkerung stärken“ auf Bundesebene maßgeblich eingebunden und auch in der Entwicklung der Österreichischen Plattform Gesundheitskompetenz (ÖPGK). Aktuelle Arbeitsschwerpunkte sind Gesundheitskompetenz (Senior Researcher im Team der Koordinationsstelle der ÖPGK), Gesprächsführung in der Krankenversorgung, Gesundheitsförderung und Patientenorientierung in der Krankenversorgung und Begleitung strategischer Prozesse im Rahmen der Gesundheitsreform.



#### **Aus- und Weiterbildung, Frühere Tätigkeit**

Dr. Peter Nowak war seit über 30 Jahren als Sozialwissenschaftler in der Weiterentwicklung des österreichischen Gesundheitswesens tätig. Er hat Sprachwissenschaft und Psychologie in Wien studiert. Am Ludwig Boltzmann Institut für

Medizinsoziologie war er von 1986-2008 für medizinsoziologische Forschungen und Entwicklungsprojekte im Gesundheitswesen (Integrierte Versorgung, Qualitätsmanagement, Patientenorientierung) und in der Gesundheitsförderung zuständig. Seit 1990 war er Lehrbeauftragter an mehreren Universitäten. Bis Jänner 2011 war er Stellvertretender Institutsleiter und Senior Researcher am Ludwig Boltzmann Institute Health Promotion Research in Wien zuletzt mit den Forschungsschwerpunkten Partizipation und Gesundheitsförderung, Selbsthilfe- und Patientenorganisationen und Arzt-Patient-Kommunikation. Seit Februar 2011 war er in der Gesundheit Österreich GmbH zunächst mit der Weiterentwicklung des Wissensmanagement im Gesamtunternehmen beauftragt und dann bis August 2013 auch Stellvertretender Leiter des Bundesinstituts für Qualität im Gesundheitswesen (BIQG).

## **Dr. med. Susanne Schunder-Tatzber, MAS, MBA, MSc**

### **Arbeit & Salutogenese**

Der oft geäußerten Aussage, dass Arbeit krank macht, wird in diesem Vortrag der salutogenen Wirkung der Arbeit gegenüber gestellt.

Die Bedeutung der Arbeit für den einzelnen Menschen ist abhängig von seiner kulturellen, politischen, sozialen und religiösen Umwelt, sowie von der Zeit, in der dieser Mensch gerade lebt. Der umfassende Ausdruck der gesellschaftlichen Integration eines Menschen gründet sich in seiner wesentlichen Dimension auf die Arbeit. Einkommen, soziale Sicherheit, Sozialprestige und Sozialkontakte außerhalb von Familie und Partner sind somit deutliche salutogenetische Aspekte der Arbeit – neben der reinen Sicherung Arbeit unserer Existenz.

Das kulturelle Verständnis von Arbeit unterliegt jedoch einem kontinuierlichen Wandel – und diesem Vortrag werden historische Beispiele gebracht.

Am Beispiel von psychosomatischen Gesundheitsbeeinträchtigungen von Arbeitslosen und negativen Auswirkungen von langen Krankenständen chronisch Kranker werden die salutogenen Aspekte von Arbeit verdeutlicht.

Weiters wird auf die wichtige Arbeit von ArbeitsmedizinerInnen zur Erhaltung und Förderung von Gesundheit Arbeitender aufmerksam gemacht.

Studium der Humanmedizin an der Universität Wien 1981 -1987  
Studium der Traditionell Chinesischen Medizin an der  
Hochschule für TCM, Fuzhou, Prov. Fujian, VR China 1988 -1989  
Postgradualer Lehrgang für Ganzheitsmedizin 1992 -1993

Ehrenamtliche Tätigkeit im Wiener Roten Kreuz 1979 – 1994  
sowie Notarztstätigkeit 1993 – 1999

Forschungstätigkeiten am Institut für Pharmakologie der Univ.  
Wien 1987 – 1988

Mitarbeit und Vorstandsmitglied an der Wiener Internationalen  
Akademie für Ganzheitsmedizin (Präsident: Univ. Prof. Dr. A. Stacher) 1992 -2003 und  
wieder ab 2016

Lehr- und Prüfungstätigkeit an der Öst. Akademie für Arbeitsmedizin seit 2000  
Seit 2003 Aufgaben im Bereich Forschung, Dokumentation, internationale Beziehungen  
und Lehre an der Wiener Internationalen Akademie für Ganzheitsmedizin.

Ab Jänner 2006 – Medizinische Leitungsaufgaben bei der OMV & „Head of Health  
Manangement“ der OMV seit 2011

Mitarbeit am EU FP 7 Project CAMbrella – A pan-European research network for  
Complementary and Alternative Medicine (CAM) - Jänner 2010 – December 2011

Ab September 2011 –Präsidentin der Österreichischen Akademie für Arbeitsmedizin &  
Prävention

Ab Oktober 2011 – Wahl zur Präsidentin des „European Council for Pluarility in Medicine“



## **Dr. med. Walter Wührer**

### **Das Vorsorgedilemma**

In der Früherkennung versucht man bereits manifeste Erkrankungen zu entdecken, um diese dann meist rein symptomatisch zu behandeln. Dr. Wührer beleuchtet kritisch die derzeit etablierte Vorsorge und zeigt die Schwächen des Systems auf. Verhindert die Mammographie Brustkrebs oder das PSA Screening Prostata Krebs? Was bringt die Hautvorsorge? Welche Rolle spielt der Darm bzw. das Mikrobiom für die Gesundheit ? Früherkennung ist gut Frühvermeidung ist besser ... Wie können mit ursachenbezogener Diagnostik und Therapie schon Krankheitsprozesse im Ansatz erkannt und vermieden werden ? Was hält uns gesund? Dieser Vortrag will Hintergrundwissen und neue Perspektiven vermitteln, damit Sie nicht zum Spielball einer Krankheits- oder Gesundheitsindustrie werden. Ein Plädoyer für ein selbstbestimmtes gesundes Leben.

Dr. med. univ. Walter Wührer, Arzt für Allgemeinmedizin, Praxis für ursachenbezogene Heilkunde und Regulationsmedizin (über 15 Jahre)  
Approbation 2004 und Anerkennung zum Facharzt für Allgemeinmedizin mit Zusatzbezeichnung Notfallmedizin durch die Regierung von Oberbayern  
Tätigkeiten als Notfallmediziner in der Internistischen Notaufnahme der Uniklinik Salzburg und als Notarzt in Bayern, 10 Jahre Lehrarzt für Allgemeinmedizin  
3 mal Teacher of the Year, Recherchebeauftragter für Evidence Based Medicine am Institut für Allgemeinmedizin, Uiversitätslehrgänge "Klinische Studien" (Salzburg) und "Medizinische Hypnose" (Wien). TCM Diplom der Univ. Nanjing (VR China) und diverse komplementäre Ausbildungen.  
Entwicklung des IATRIK Heilkunde Konzeptes für ursachenbezogene Heilkunde und Regulationsmedizin.



## **Dr. med. Otto Ambros**

### **Herzratenvariabilität und Salutogenese: ein psychosomatischer Ansatz**

Die Psychosomatische Medizin beschäftigt sich mit den biologischen, psychologischen und sozialen Elementen in Entstehung, Verlauf und Bewältigung von Krankheit und Gesundheit. Aufgrund der bio-psycho-sozialen Genese von Erkrankungen sind in der Behandlung bio-psycho-soziale Ansätze notwendig. Dabei steht der Patient als Individuum im Mittelpunkt des Interesses.

Im biopsychosozialen Modell bedeutet Gesundheit die ausreichende Kompetenz des Systems „Mensch“, beliebige Störungen auf beliebigen Systemebenen autoregulativ zu bewältigen. Nicht das Fehlen von pathogenen Keimen (Viren, Bakterien etc.) oder das Nichtvorhandensein von Störungen/Auffälligkeiten auf der psychosozialen Ebene bedeuten demnach Gesundheit, sondern die Fähigkeit, diese pathogenen Faktoren ausreichend wirksam zu kontrollieren.

Im Modell der Salutogenese geht es insbesondere darum, Schutzfaktoren ausfindig zu machen, die die Aufgabe haben, den Menschen vor Krankheit zu schützen und damit insgesamt das Kohärenzgefühl festigen. Bei der Suche nach Einflussfaktoren auf den Erhalt bzw. die Verbesserung von Gesundheit, präsentierte Antonovsky ein breites Spektrum an Faktoren, die eine Korrelation mit dem Gesundheitszustand aufweisen.

Die Herzratenvariabilitäts-Messung wird zur Ermittlung der Balance des autonomen Nervensystems eingesetzt. Unter Herzratenvariabilität versteht man die zeitlichen Abstände zwischen zwei Herzschlägen. Diese Abstände sind nicht gleichmäßig, sondern unterliegen ständigen Schwankungen, was für Gesundheit spricht. Anhand dieser Herzrhythmusanalyse kann sowohl die Erholungs- und Regenerationsfähigkeit eines Menschen als auch dessen Stress- und Belastungserleben abgeleitet werden.

Salutogenes und Herzratenvariabilität bilden gemeinsam eine wesentliche Erweiterung des diagnostischen Spektrums und der psychosomatischen Interventionsmöglichkeiten.

1983: Promotion zum Doktor der Gesamten Heilkunde in Wien

1988: Konsiliartätigkeit beim Grünen Kreis - Suchttherapie

1992: Eintragung in die Psychotherapeutenliste des Bm. für Gesundheit

1994: Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie

1994 bis 2002: Leitung der Herzambulanz und Psychosomatik-Ambulanz im Gesundheitszentrum Süd der WGKK

1995: Eröffnung einer Ordination als Facharzt für Innere Medizin und Psychotherapeut in 1160 Wien

1997: Eintragung in die Psychotherapeutenliste mit Fachspez. KIP

1999: Gründung des „Institut für Psychosomatik und Biofeedback“

2002: Postgraduatelehrgang „Arbeitspsychologie“ der Akademie für Arbeitsmedizin

2002: Gründung der Fa. „well-working“ – Unternehmen für Gesundheitsmanagement

2004 – 2005: Professionell -Lehrgang für Systemisches Coaching in Wien

2002: Mitbegründer der Arbeitsgruppe Psychokardiologie der



Kongress: Salutogenese – Wege zur Gesundheit | 8. – 9.. November 2019, Wien

Österr. Kardiologischen Gesellschaft  
2018: Lehrtherapeut der Österr. Ärztekammer

Leiter der Arbeitsgruppe Psychokardiologie  
Vizepräsident der Österr. Gesellschaft für Psychosomatik in der Inneren Medizin  
Leiter Ausbildungscurriculum Psychokardiologie

**Univ.-Prof. PD. Dr. Tadeusz Peter Panhofer, MBA**

**Das Mikrobiom und die Regulationmedizin als multimodales Therapiekonzept beim Psychosozialen Metabolischen Syndrom (PSALMS): Erfahrungsmedizin & Evidenzbasierte Medizin im ganzheitlichen Konsens**

Derzeit sind knapp 2 Milliarden Menschen weltweit übergewichtig und 650 Millionen sind adipös (WHO 2018). Die Folgen von Übergewicht und Adipositas werden im Psychosozialen Metabolischen Syndrom (PSALMS) zusammengefasst: Diabetes mellitus, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck, erhöhtes Krebsrisiko, nicht-alkoholische Leberverfettung, Arthritis und psychosoziale Probleme, die insgesamt zu einer Kostenexplosion für die weltweiten Gesundheitssysteme führen. Die Konventionelle Medizin und die Regulationsmedizin (Traditionelle & Komplementäre Medizin) haben unterschiedliche Erklärungen zum Übergewicht und verschiedene Zugänge zu ihrer Behandlung. Beide Medizinsysteme sind mittlerweile evidenzbasiert.

Die Kombination aus konventioneller Schulmedizin und begleitender komplementärer & traditioneller Regulationsmedizin ist vor allem im fernöstlichen Kulturkreis akzeptiert und etabliert sich zunehmend in den europäischen und angloamerikanischen Breitenkreisen. Sowohl die konventionelle Medizin als auch die Regulationsmedizin (Orthomolekulare Medizin) setzen im Bereich der Metabolischen Medizin auf das Mikrobiom (Gesamtheit der Darmbakterien des Gastrointestinaltraktes). Eine wichtige Rolle bei der Darm-Hirn-Achse spielt neben dem Mikrobiom auch das Metabolom (kurzkettige Fettsäuren durch bakterielle Fermentation von Präbiotika). So können neben der Akupunktur auch Präbiotika & Probiotika den Vagus selektiv beeinflussen und Neurotransmitter im Hypothalamus und mehreren Hirnnervenkernen freisetzen. Zusätzlich hat das Mikrobiom einen starken Einfluss auf die Verdauung, das Immunsystem, die Körperzusammensetzung (Viszeralfett) sowie die Auswirkungen von PSALMS: Lebersteatose, Insulinresistenz, Lipidstoffwechselstörungen, Depressionen, Gefäßverkalkungen, etc. Zusammenfassung: Ein multifaktorielles pandemisches Problem wie PSALMS lässt sich nur durch ein multimodales personalisiertes und individualisiertes Therapiekonzept mit Integration der konventionellen Schulmedizin als auch der komplementären Regulationsmedizin langfristig und präventiv in Angriff nehmen. Das Mikrobiom ist sowohl im diagnostischen als auch therapeutischen Bereich aus einem modernen evidenzbasierten Behandlungskonzept nicht mehr wegzudenken.

Peter Panhofer hat während des Medizinstudiums die Begeisterung für den ganzheitlichen Zugang der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) entdeckt und ist während seiner Ausbildung zum Allgemeinen & Viszeralchirurgen der fernöstlichen Weltanschauung treu geblieben. Nach Ausbildungen in der TCM Akademie Wien (Akupunktur, Qi Gong) und der MedChin Gesellschaft (Kräutertherapie) und einem sehr





lehrreichen Studienaufenthalt in Chengdu, China (Schwerpunkt: Onkologie) unterrichtet er seit 2010 mit voller Begeisterung bei der MedChin und der ÖGA (Österreichische Gesellschaft für Akupunktur). Der Brückenschlag zwischen Ost & West und der komplementären & konventionellen Medizin ist sein erklärtes Ziel. Übergewicht und Metabolisches Syndrom sind die neue Plage des 21. Jahrhunderts. Eine integrative Therapie mit Chinesischer Medizin und othomolekularer Medizin (Mikrobiom, Metabolom, Mikronährstofftherapie) soll das Spektrum der meist nur chirurgisch therapierbaren Pandemie erweitern. Trotz modernster Instrumente und Therapien kann auch der herausragendste Arzt eines nicht immer beeinflussen: den Zustand des Patienten als wichtigsten Risikofaktor. Die integrative Komplementärmedizin soll die konventionelle Medizin beim Gesundheitsprozess unterstützen und den PatientInnen Lebensqualität und Ausgeglichenheit geben. So kann die integrative Komplementärmedizin häufig das Zünglein an der Waage sein und den Weg zur Mitte weisen – dorthin, wo Tradition zu Innovation wird.  
Motto: In dir muss brennen, was du in anderen entzünden willst

### **Werdegang**

Mai 2018 Lehrstuhl für Komplementärmedizin mit Schwerpunkt TCM: Sigmund Freud Universität (SFU) Wien  
Mai 2017 Habilitation im Fach Chirurgie: Medizinische Universität Wien  
Sep. 2016 Österr. Ärztekammerdiplom: Akupunktur  
Dez. 2015 Österr. Ärztekammerdiplom: Klinischer Prüfarzt  
März 2015 Master of Business Administration (MBA): Wirtschaftsuniversität Wien  
Juli 2012 Facharzt für Chirurgie: Bariatrische Chirurgie, Medizinische Universität Wien  
Sep. 2010 Österr. Ärztekammerdiplom: Chinesische Pharmakologie und Kräuterkunde  
Apr. 2003 Promotion zum Doktor der gesamten Heilkunde  
1996–2003 Studium der Humanmedizin an der Universität Wien (A 201)  
1988–1996 Bundesgymnasium Piaristengasse, Krems, Niederösterreich  
1984–1988 Volksschule Senftenberg, Niederösterreich

### **Lehrtätigkeit**

Seit 2018 Lehrtätigkeit an der SFU: Chirurgie, Komplementärmedizin  
Seit 2015 Lehrtätigkeit an der ÖGA: TCM Grundlagen und Akupunktur  
Seit 2010 Lehrtätigkeit an der MedChin: Chinesische Pharmakologie und Kräuterkunde  
2006–2017 Lehrtätigkeit an der Medizinischen Universität Wien  
2004–2008 Kursleiter Komplementärmedizin; Krankenpflegeschule Heeresspital, Wien  
2003–2006 Kursleiter Anatomie Krankenpflegeberufe; Krankenpflegeschule – AKH Wien  
1998–2003 Studienassistent und Demonstrator Institut für Anatomie, Abteilung III Medizinische Fakultät Wien – Univ. Prof. Dr. Gruber

## **MR Dr. med. Gerhard Hubmann**

### **Ganzheitsmedizin und Salutogenese**

Derzeit vollzieht sich eine Bewusstseinsweiterung in unserem Gesundheitswesen, von der Pathogenese – der Entstehung und Entwicklung von Krankheit – hin zur Salutogenese – der Entstehung und Erhaltung von Gesundheit.

Wenn man bedenkt, dass die Einflüsse, die zu einem gesunden Leben führen zu 35 % einem gesunden Lebensstil, zu 35 % dem sozialen Umfeld, 10 % genetisch bedingt und nur etwa 20 % einer medikamentösen Intervention anzurechnen sind, dann kann man sich den Stellenwert einer ganzheitlichen Zugangsweise zu diesem Thema vorstellen.

Ganzheitliche Denkweise ist der Ausdruck eines Weltbildes, das den Menschen wieder als Einheit von Körper, Geist und Seele in seiner Umwelt sieht und ihn in seiner Beziehung zur Natur wiederherstellt.“ Ganzheitlich ist nicht nur die Methode, sondern auch das Welt- und Menschenbild von Arzt und auch Patient. Berücksichtigt wird das (naturwissenschaftlich) Messbare und auch das Nicht-Messbare. Der Mensch kann nicht isoliert von seiner Umgebung gesehen werden, es wird nicht eine Krankheit „bekämpft“, sondern ein natürlicher gesunder Zustand „gefunden“. Wichtig ist der individuelle Mensch mit seiner Beziehung in seinem biopsychosozialen Umfeld. Das schließt komplexe physiologische und psychologische Faktoren genauso ein wie Ernährung und Umwelteinflüsse, die therapeutische Kompetenz genauso wie die Gesundheitsvorsorge und Prävention. Die Voraussetzung Gesundheit zuzulassen und Krankheit zu bewältigen, ist die Fähigkeit des Organismus zur Selbstregulation und zur Selbstheilung.

Familienstand: verheiratet, 2 Kinder, Ines geb. 1989,  
Alina geb. 1991

15.10.1959 geb. in Wien

1966-1970 Volksschule

1970-1978 Besuch des Gymnasiums mit Matura

1978-1984 Medizinstudium an der Universität Wien

Jänner 1985 Promotion zum Doktor der gesamten  
Heilkunde an der

Universität Wien

Jänner-August 1985 Wehrdienst beim österreichischen  
Bundesheer/ Heeresspital

Oktober 1985-Dezember 1989 Turnusarzt im Hanuschkrankenhaus

Jänner-Dezember 1989 Abteilung Heilmittelverrechnung der WGKK

1. Juli 1989 Ordinationseröffnung in Wien/Kalksburg

1990-2000 Chefarzt der Österreichischen Staatsdruckerei

1992 -2013 Ärztl. Leiter einer geriatrischen Bettenstation im Pensionistenheim am  
Rosenberg

2003 Eröffnung Ganzheitsmedizinisches

Therapiezentrum „MEDICUS“ mit

Dr. Christian WUTZL in Wien/Kalksburg

2012-2017.1 Leiter des Zentrums für Integrative Medizin (ZIM)  
In Therme Wien Med



#### AUSBILDUNGEN UND ARBEITSSCHWERPUNKTE

- > Diplom für Ganzheitsmedizin
- > ÖÄK – Diplom Akupunktur
- > ÖÄK – Diplom Homöopathie
- > Gründungs- und Vorstandsmitglied der Österreichischen Gesellschaft für Mikroimmuntherapie (MEGMIT)
- > Vorstandsmitglied der Österr. Gesellschaft für Bio-Immun-Gen-Therapie (BIGMED)
- > Vizepräsident der Wiener Internationalen Akademie für Ganzheitsmedizin (GAMED)
- > Berater der Wiener Gebietskrankenkasse für Komplementärmedizin und Salutogenese
- > Lehrgangleiter des Masterstudiums „Ganzheitliche Therapie und Salutogenese“  
FH Campus Wien

#### BEHANDLUNGSSCHWERPUNKTE

Mein Schwerpunkt der Therapie chronischer Erkrankungen liegt in der Wiederherstellung einer harmonischen Funktion des Immunsystems.

Synergistische Therapiestrategien gilt es zum Wohl der Patienten und Patientinnen sinnvoll abzustimmen – Komplementärmedizin bietet sowohl im molekularen Therapiespektrum (Phytotherapie, Orthomolekulare Medizin, TCM etc.) als auch auf feinstofflicher Ebene (Homöopathie, Mikroimmuntherapie, Homotoxikologie, psychoneuroimmunologische Strategien etc.) eine Vielfalt an Möglichkeiten.

## **Dr. med. Gerhard Kögler**

### **Salutogenese und traditionelle Medizin**

Um die Bedeutung von traditioneller Medizin in Bezug auf Salutogenese, also die Entstehung von Gesundheit zu erahnen, sollten wir doch kurz den Begriff Gesundheit verstehen. Ich habe für mich mehrere Definitionen gewählt. Der Balanceakt zwischen Gesundheit und Krankheit erinnert stark an das evolutionäre Spiel zwischen unseren von Geburt an mitgebrachten Voraussetzungen, in dieser Welt zurechtzukommen, und den von außen auf uns einwirkenden Einflüssen. Diese Einflüsse können durch Umwelt oder auch durch unseren eigenen Lebensstil entstehen. Spiel bedeutet damit, dass Gesundheit weniger ein Zustand ist als ein Weg, der sich täglich aus Neuem mit unserem Ja zum Leben unter unseren Füßen entwickelt. Im Gegensatz zur konventionellen, modernen Medizin, wo man sich sehr erfolgreich den nahen Ursachen von Krankheit widmet, beschäftigt sich die traditionelle Medizin aber mit den fernen Ursachen. Sie analysiert die Konstitution und legt großen Wert auf individuellen Lifestyle. Damit ist sie nicht nur kurativ, sondern auch gleichzeitig präventiv gut aufgestellt und kann einen wichtigen Beitrag zur Salutogenese leisten. In dem Vortrag möchte ich nun kurz eine Konstitutionsbestimmung erklären, aber auch traditionelle Lifestyle Modifikationen erläutern. Auch auf den Umstand, dass wir evolutionär vieles mit den Pflanzen gemein haben, viele Rezeptoren dieser in uns haben und wir sie deshalb als unsere Helfer gut nutzen können, möchte ich näher eingehen.

Geboren in Wien, 1956, Vater von drei Kindern,  
verheiratet mit Vera Kögler  
Studium Medizin an der Universität Wien, danach KH Tulln  
1 Jahr am Psychiatrischen KH Gugging, seit 1984 Arzt für  
Allgemeinmedizin  
Zahlreiche Zusatzausbildungen wie TCM Akupunktur,  
Neuraltherapie, Sportmedizin, Onkologie  
Ausbildung in der Akademie für Traditionelle Europäische  
Medizin  
6 Jahre lang ärztlicher Leiter eines  
Rehabilitationszentrums  
Leiter des medizinischen Zentrums „lifeAGents“  
Mitglied der Österreichischen Gesellschaft für Phlebologie  
Mitglied der GSAAM (Deutsche Gesellschaft für Antiaging und Präventivmedizin) und  
mehrerer anderer medizinischer Gesellschaften  
Gastprofessor an der Liaoning Universität für Traditionelle Chinesische Medizin  
(Shenyang)  
Gastprofessor an der Shenyang Medical University  
Präsident des Vereins für Universale Kulturmedizin  
Ärztlicher Leiter der TEM – Akademie (Traditionelle Europäische Medizin)  
Buch Burnout im BACOPA Verlag  
Verschiedenste Artikel und Publikationen zum Thema Traditionelle Medizin



## **Dr. phil. I, Corinne I. Heitz**

### **Der Begriff der Gesundheit**

Die Schwierigkeit einer Definition zwischen Wahrnehmung und Messung  
Dies ist auch der Titel meiner interdisziplinären Dissertation in Philosophie und Medizin  
gewesen, welche ich 2012 an der Universität Zürich eingereicht habe. Es gibt für den  
Begriff der Gesundheit keine klare Definition und dennoch, wird Gesundheit als ein zu  
erreichendes Ziel proklamiert.

Zwischen wissenschaftlich-objektiver Messbarkeit und erfahrbar-subjektiver  
Wahrnehmung eröffnen sich völlig unterschiedliche Herangehensweisen an den Begriff  
und damit an das Phänomen der Gesundheit.

Wirtschaftliche, medizinische, gesellschaftliche und individuelle Interessen im Hinblick auf  
Gesundheit scheinen miteinander zu kollidieren. Die bestehende Diskrepanz zwischen  
stetig steigenden Kosten im Gesundheitssystem und einer Gesellschaft, die dennoch  
augenscheinlich immer „kränker“ wird, macht die Notwendigkeit einer gültigen Definition  
davon, was Gesundheit eigentlich ist, umso deutlicher.

Der Vortrag soll beleuchten, was es für uns als Ärzt\*innen und Therapeut\*innen bedeutet,  
wenn das «angebliche» Ziel unseres Handelns nicht wirklich klar umrissen ist. Oder es stellt  
sich die Frage, ob «Gesundheit» überhaupt ein Ziel sei. Beispiele aus meiner Praxis runden  
den Vortrag ab.

Geboren 1956 in Zürich, 1975 Abitur / Matura in Zürich.  
bis 1977 Studium der Medizin an der Universität Basel  
(abgebrochen).

ab Herbstsemester 1977 Studium an der Universität  
Zürich, Philosophische Fakultät  
bis 1981 Abschluss mit Lizentiat an der Universität Zürich  
in Fachrichtungen: Kunstgeschichte, Philosophie und  
Kirchengeschichte.

Ab 1981 -1995 Tätigkeit bei einer (der) Grossen Schweizer  
Bank, EDV, Konzeption und erste Kontakte mit  
ganzheitlichen Modellen und vernetztem Denken etc.

1983 fast ein Jahr Reise per Motorrad durch Indien (hier nachzulesen. Indienreise)  
seit 1987 selbständig in Deutschland in EDV und Konzeption, freie Mitarbeiterin für  
Generaldirektion der Schweizerischen Bankgesellschaft

ab 1992 Heilpraktiker-Ausbildung

1995 Prüfung zur kantonal approbierten Heilpraktikerin/Naturärztin des Kantons  
Appenzell Ausserrhoden (CH)

1996 Staatliche Überprüfung zur Heilpraktikerin in Tübingen (D)

Mai 1996-April 1997 eigene Praxis in Deutschland

1996/97 Ausbildung in Chiropraktik nach Dr. Ackermann, Stockholm

seit Mai 1997 bis heute Praxis in der Schweiz in CH-9427 Wolfhalden

2000 Vorträge über komplementäre Krebstherapien, ganzheitliche Modelle in Theorie und  
Praxis, Cusanus Akademie, Brixen/Bressanone Italien

2001 Diplom in Computer-Regulations-Thermographie IMAT

2001 Vortrag über Brustkrebs, Cusanus Akademie, Brixen/Bressanone Italien



- 2001 Ernährungs- und Vitalstofflehre, IEG Richterswil
- 2001 Weiterbildung auf dem Gebiet der Phytotherapie, insbesondere „hormonelle Substitution“, Gesundheitszentrum GmbH, D-Markdorf
- 2002 Diplomlehrgang in Homotoxikologie (Homotoxikologische Gesellschaft D-Baden-Baden und Albuquerque NM USA)
- ab 2002 Lehrgänge in „Mikroimmuntherapie“ (DeGeMIT/Deutsche Gesellschaft für Mikroimmuntherapie, D-Freiburg)
- 2001-2002 Westliche Phytotherapie, HJS-Education
- 2003 eigene Kurse in Computer-Regulations-Thermographie
- ab 2006 bis 2013 Präsidentin der „Schweizerischen Vereinigung für Mikroimmuntherapie“ und Kursleiterin Weiterbildung Mikroimmuntherapie (Schweiz)
- 2011 Publikation des Fachbuches „Mikroimmuntherapie, Diagnostik und Therapie immunologischer Erkrankungen“, Foitzick Verlag (heute: ML-Verlag), Augsburg 2011
- 2012 Promotion, Universität Zürich philosophische Fakultät I zum Dr. phil. I mit der Dissertation „Der Begriff der Gesundheit“ (interdisziplinäre Arbeit in Philosophie und Medizin).
- 2012 Gründung eines eigenen Verlages Zwei-Wölfe Verlag GmbH
- 2015 Publikation: Die Schilddrüse, Diagnostik und alternativmedizinische Therapie von Schilddrüsenerkrankungen Die Schilddrüse
- 2016 Publikation 2. Auflage Mikroimmuntherapie
- 2017 Ressortleitung und Redaktion "Gesundheit und Krankheiten" bei einem Gesundheits-Online-Portal (Das Projekt wurde aufgegeben)
- 2018 Gründung der online Naturheilkunde-Akademie
- Diverse Fachartikel und Vorträge im Rahmen der beruflichen Tätigkeit.

## Ulrike Köstler

### Nutze die Kraft der Natur:

#### Salutogenesefaktor Natur – Potentiale für Gesundheit und Prävention

In den letzten Jahren ist der Trend zu vermehrten Aktivitäten in freier Natur deutlich spürbar. Der Wunsch nach Naturnähe ist nicht nur eine romantische Sehnsucht der urbanen Bevölkerung. Durch Aufenthalte in der Natur spüren Menschen in ihrer körperlichen, seelischen und sozialen Verfassung ein vermehrtes Wohlbefinden. Die günstige Wirkung von Naturerfahrung auf die Gesundheit des Menschen ist inzwischen durch evidenzbasierte Daten gut belegt. Die zunehmende Verstädterung und damit einhergehende Entfremdung der Natur führt sogar zu einem „Nature Deficit Syndrom (Louv 2005, Taylor 2001) mit psychisch und somatisch negativen gesundheitlichen Auswirkungen.

Es ist nahezu paradox, dass die Ergebnisse waldmedizinischer Forschungen aus Japan (Shinrin Yoku) das Interesse am Vorhandensein wertvoller gesundheitlichen Ressourcen des alpinen Raumes zu wecken schienen. Seit einigen Jahren erfährt die Natur unseres Lebensraumes als Gesundheitsquelle verstärkte Aufmerksamkeit. Die Heilwirkungen der heimischen Waldluft, aber auch der Bewegung in freier Natur (Wanderung), sowie Wasser, Luft, heimische Pflanzenstoffe und regionale biologische Lebensmittel rücken zunehmend in den Fokus der Wissenschaft.

Der Vortrag liefert Impulse Naturerleben bewusst als salutogenetischen Faktor zu betrachten und einzusetzen.

Geburtsdatum: 29.03.1961

Geburtsort: Wien

Eltern: Dkfm. Alfred Partsch, Kaufmann u. Elfriede Partsch, Angestellte

Staatsbürgerschaft : Österreich

Schulbildung: 1967 - 1971 Volksschule Friedrichsplatz, 1150 Wien

1971 - 1980 Wirtschaftskundliches Realgymnasium, 1130 Wien

Abschluss: 1980 Matura

Studium: 1980 - 1984 Dolmetschstudium an der Universität Wien, Volkswirtschaft an der Universität Wien

2013 - 2016 Universitätsstudium: Master of Natural Medicine, Donauuniversität Krems

Berufliche Tätigkeiten: 1986 - 2016 Leitung der Niederlassung (Bereich Österreich) eines deutschen mittelständigen Pharmaunternehmens (eigenständiges Produktmanagement, Marketing, Eventorganisation, Key Account Management, Betreuung von klinischen Studien, Personalführung etc.) mit Schwerpunkt Komplementärmedizin.

Fremdsprachenkenntnisse: Englisch, Italienisch, Spanisch

Sonstige Tätigkeiten: 1990 - 2005 ehrenamtl. Leitung Sekretariat: Österreichische Gesellschaft für Onkologie, Redaktionsleitung des

Journal der Österreichischen Gesellschaft für Onkologie,

2003 TCM Ausbildung, Ausbildung zur QiGong-Lehrerin:

2013 TEH-Ausbildung (Traditionelle Europäische Heilkunde), Unken





Kongress: Salutogenese – Wege zur Gesundheit | 8. – 9.. November 2019, Wien

2014: Gründung und Leitung des Vereins

Plattform HEILKRAFT DER ALPEN

Kongressorganisation: Heilkraft der Alpen

[www.heilkraftderalpen.com](http://www.heilkraftderalpen.com)

aktuell Vizepräsidentin FORUM VIA SANITAS

laufend Vortragstätigkeit bei ganzheitsmedizinischen Kongressen und Fortbildungen  
(Phytotherapie, TCM,)

Familie: geschieden, 3 erwachsene Kinder

Ulrike Köstler

Kulstrunkstrasse 10/3

5026 Salzburg,

Hötzendorfstrasse 117

2345 Brunn/Gebirge

Tel: 0664 1356776

E-Mail: [ulli.koestler@natuvis.com](mailto:ulli.koestler@natuvis.com)

## **Univ.-Prof. Dr. Paul Haber**

### **Bewegung ist Medizin**

Bis zum Ende des 19. Jhdt. War die große Mehrzahl der Menschen im Berufsalltag körperlich aktiv mit einem Tagesenergieumsatz von etwa dem Doppelten des Grundumsatzes. Dies hat sich bis heute, auf Grund der gravierend veränderten Berufswelt mit überwiegend sitzender Lebensweise, auf etwa das 1,5-fache reduziert. Dieser Verlust an physischer Aktivität führt zu Verminderung von Morphologie und Funktion der Kreislauforgane, des Stoffwechsels, der Muskelmasse, der Knochen und sogar der kognitiven Funktionen mit Folgeerkrankungen Arteriosklerose, Diabetes 2, Osteoporose und Demenz und erhöhter Mortalität aus jeglicher Ursache. Regelmäßige körperliche Aktivität vermag diese Folgen zu verhindern wobei der Muskelmasse eine ähnliche präventive und therapeutische Wirkung zukommt wie der Kreislauffunktion.

1970 Promotion zum Dr. med. univ.

1980 FA für Innere Medizin

1984 Habilitation für Sport- und Leistungsmedizin

1994 Additivfacharzt für internistische Sportheilkunde

1991 Ernennung zum tit.a.o.Universitätsprofessor.

1980 – 2000 und Stellvertreter des Klinikvorstandes der II. Medizinischen Univ. Klinik und der Univ. Klinik für Innere Medizin IV.

1991 - 2007 Stellvertretender Abteilungsleiter der klinischen Abteilung Pulmologie am AKH Wien

1992 Gründung der Abteilung Sport- und Leistungsmedizin an der Univ. Klinik für Innere Medizin IV

Mehr als 240 wissenschaftliche Publikationen und Bücher (Kardiologie, Pulmologie, Leistungsmedizin, Ernährung)

2007 Emeritierung

Österreichischer Meister im Schwimmen 1964

1992 und 1996 Mannschaftsarzt des Österreichischen Olympiateams in Barcelona, bzw. Atlanta.

Träger des goldenen Ehrenzeichens der Stadt Wien

Ehrenmitglied der Österreichischen Gesellschaft für Pneumologie (ÖGP)

Ehrenmitglied der Österreichischen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (ÖGSMP)



## **Dr. med. Felix Badelt**

### **Altchinesische Gesundheitsmuster – heute**

Das harmonische Zusammenspiel bipolarer Aspekte (vgl. Yin – Yang – Taiji) sowie des Verschiedenartigen (vgl. 5 Wandlungsphasen bzw. „Elemente“) in der Natur und im Menschen gilt gemäß altchinesischer Naturphilosophie als wesentliches Merkmal optimaler Lebensbedingungen (modern: Salutogenese). Bipolare Aspekte unseres Denkens, Fühlens und Handelns lassen sich im Sinne von These-Antithese; aktiv-passiv; mir selbst – anderen gegenüber sowie positiv-negativ konkret formulieren und unterschiedlichen psychosozialen „Elementen“ beifügen: Kontakterlebnisse (bei Feuer), Sorgsamkeit (bei Erde), säuberliche Unterscheidung (bei Metall), individuelle Begrenzung und Bereitstellung, Motivation (bei Wasser); persönlicher Entfaltung, Leistung (bei Holz) . Alle diese „Elemente“ sind noch zusätzlich atmosphärischen Einflüssen (innen der eigenen Lustbesetzung, außen der Umwelt (vgl. Luft?) ausgesetzt. Resilienz fördernde, harmonische Formen der Dynamik einerseits und riskante Muster bzw. Abläufe andererseits lassen sich sowohl innerhalb einzelner Yin-Yang- Aspekte als auch unter den 5 verschiedenen „Elementen“ darstellen und mittels vieler Beispiele aus dem täglichen Leben bestätigen.

Weitere Infos auch unter: [www.ganzheitsmedizin-badelt.at](http://www.ganzheitsmedizin-badelt.at)

Geboren am 21.4.1948 in Wien

1972 Promotion an der Med. Universität Wien

1972 – 1976 Turnus an der Wiener Allg. Poliklinik

1976 – 1977 Truppenarzt bei UNFICYP

1977 – 2019 niedergelassen als Arzt für Allgemeinmedizin  
in 1170 – Wien,

bis 2013 als Kassenvertragsarzt mit allen Kassen und  
Lehrpraxisbefugnis;

in den letzten Jahren ausschließlich Wahlarztstätigkeit

1977 – 1987 Mitarbeit in der Österr. Gesellschaft für  
Akupunktur bei J. Bischko

Akupunkturdiplom 1978, Handbuchbeitrag für J. Bischko:

Chinesische Klassik aus ärztlicher Sicht, 1984, Haug Verlag mit Vorworten von Prof. Ringel  
und J. Bischko

1987 – 1994 Studium der Elektroakupunktur nach Voll (EAV) und bioelektrischer  
Funktionsdiagnostik (Pflaum),

sowie Studium klassischer Homöopathie nach M. Dorcsi mit ÖÄK Diplom-Abschluss  
Homöopathie 1994

1992 Artikelbeitrag im 1. Band: in Schriftenreihe der GAMED, Band 1, Elektrodiagnostik:  
Bioelektrische Punktmessung als diagnostische und therapeutische Suchmethode in der  
Praxis (Hg. O. Bergsmann)

1994 – 2002 Vize-Präsident im Dachverband Österreichischer Ärzte(Innen) für  
Ganzheitsmedizin (Präsidentin Dr. G. Neundlinger)

2003: Seither wiederholt Vorträge zum gleichen Themenkreis – u.a. in Peking (2008 und  
2011), 2009 Seminar an der Universität Wien, philosophische Fakultät (für Prof. F.  
Wallner);



seit 2016 Vorträge für Prof. Hisaki Hashi – Universität Wien, philosophische Fakultät bzw. für den Verein für komparative Philosophie und interdisziplinäre Bildung (KoPhil), Mitwirkung beim internationalen Symposium „Philosophy of Nature in Cross-Cultural Dimensions“, Universität Wien mit Artikelbeitrag in entsprechendem Band 5 der Schriftenreihe KoPhil, (ed. H. Hashi), Verlag Dr. Kovac  
Kursgestaltung zum Thema Altchinesische Systeme und Psychosomatische Medizin für die Österreichische Gesellschaft für Akupunktur 2017 und 2019  
2018 – 2019 : Praxisseminar - Angebote zum Thema: „Hautwiderstandsmessungen an ausgewählten Akupunkturpunkten und anderen Messpunkten nach R. Voll zu diagnostischen und therapeutischen Zwecken“; Zielgruppe: Ärzte(Innen) mit Akupunktur- und Homöopathie Basiskenntnissen  
Früherer und aktueller medizinischer Tätigkeitsumfang siehe Homepage  
[www.ganzheitsmedizin-badelt.at](http://www.ganzheitsmedizin-badelt.at)

## Fragebogen Polare Dynamik und Lebensstil

Beiliegender Fragebogen dient der individuellen Erfassung von häufigen Gedanken, Gefühlen und Handlungsweisen in unserem täglichen Leben, deren jeweilige polare Dynamik körperlich oder seelisch stabilisierend oder destabilisierend wirkt.

Meistens bewegen wir uns abseits von den Extremformulierungen links und rechts um den Nullpunkt herum, ausgewogen um die Mitte. Mitunter fühlen wir uns aber auch deutlich näher einer Extremposition als der anderen. Außerdem kann es neben starken Schwankungen auch Extremschwankungen und starke Konflikte geben, möglicherweise auch „weder – noch“ Konstellationen, bei denen beide Seiten im Leben nicht wahrgenommen werden (dann sollte Position 0 angekreuzt werden). Zur Veranschaulichung im Folgenden Beispiele, wie in unterschiedlichen Fällen einzelne Zeilen in der Tabelle ausgefüllt werden sollten:

entsprechender Gewichtung eines Pols	3	2	1	0	1	2	3
normale Schwankungen abseits von Extremen			x		x		
einer Seite näher als der anderen		x			x		
einer Seite deutlich näher als der anderen		x					
stark schwankend		x				x	
extrem schwankend oder in Konflikt	x						x
Das Thema spielt in meinem Leben keine Rolle				x			
Ich will darauf nicht eingehen oder ich weiß es nicht							

Je nach Ausgangsposition ergeben sich folgende Anwendungsmöglichkeiten:

### 1. als mögliche Hilfe zur Selbsthilfe bzw. zur Selbsterfahrung:

In vielen Fällen regt bereits die Beschäftigung mit diesem Fragebogen mit seinen vielfältigen Alternativen zum Überdenken des eigenen Lebensstils an. Vielleicht wurden bislang einige Alternativen gedanklich ausgeblendet bzw. dominieren andere im eigenen Leben.

2. als Vorbereitung oder Ausgangspunkt für ein vertrauensvolles Gespräch mit nahen Bezugspersonen (Partner, Freunden etc.) oder mit Ihrem psychosomatisch aufgeschlossenen Arzt zur Erfassung eigener Stressfaktoren bzw. von Risikofaktoren bei vordergründig körperlichen Beschwerden oder als Vorbereitung vor einer Psychotherapie.

Gewichtung eines Pols	3	2	1	0	1	2	3	Gewichtung des Gegenpols
viel Freude, viel Glück				0				viele Enttäuschungen, viel Leid
beengend gebunden				0				einsam, allein
übermütig, oft berauscht				0				traurig, unglücklich
sehr mitfühlend, viel Mitleid				0				gefühllos, kalt
sehr einfühlsam				0				spüre nur mich selbst, bin wehleidig
sehr kontaktfreudig				0				sehr zurückgezogen, verschlossen
sehr beliebt, viel Freunde				0				unbeliebt, oft angefeindet
Ich liebe nur andere				0				Ich liebe nur mich selbst
sehr kreativ, leicht begeistert				0				einfallslos, innerlich leer
Erlebnisreichtum				0				Erlebnisarmut, Eintönigkeit
Ich liebe mich				0				Ich hasse mich

## Polare Dynamik und Lebensstil

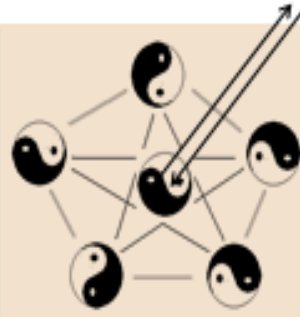
<b>Gewichtung eines Pols</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>Gewichtung der Gegenseite</b>
bin eher herrisch, dominant				0				fühle mich unterdrückt, beherrscht
bin mächtig, unabhängig				0				bin machtlos, total abhängig
egozentrisch				0				selbstlos
bin fanatisch, eigensinnig				0				bin ängstlich, ziellos
überfordere mich selbst				0				werde von anderen überfordert
unzufrieden, hohe Ansprüche				0				bin völlig zufrieden, anspruchslos
bin angespannt, immer bereit				0				völlig entspannt, locker, gelassen
bin voller Ziele,				0				bin unmotiviert, gleichgültig
hohes Selbstbewusstsein				0				niedriges Selbstbewusstsein
hohe soziale Position				0				niedrige soziale Position
Ich arbeite nur für mich				0				Ich bin sehr hilfsbereit
Ich setze mich meistens durch				0				Ich gebe immer nach
sehr viel eigene Entfaltung				0				sehr viel persönliche Zurückhaltung
bin sehr aggressiv, reizbar				0				bin sehr schüchtern
bin sehr tüchtig, leistungsstark				0				bin leistungsschwach, hilflos
bin Leistungssportler				0				bin völlig unsportlich
bin sehr ehrgeizig, strebsam				0				bin eher untätig, bequem
kämpferisch, streitsüchtig				0				resignierend, nur kein Streit
aggressiv gegenüber anderen				0				bin aggressiv zu mir selbst
fühle mich räumlich beengt				0				fühle mich ganz verloren
denke viel über die Zukunft				0				bin sehr vergangenheitsorientiert
bin redegewandt, schlagfertig				0				bin eher sprachlos
gesteigerte Lust, Lebenslust				0				fehlende Lust, bin frustriert
lache leicht, voller Humor				0				humorlos, habe nichts zu lachen
ungezwungen, wenig Distanz				0				bin sehr distanziert, verschlossen
bin sehr rasch, sehr schnell				0				bin sehr langsam
komme immer zu früh				0				komme immer zu spät
bin immer in Zeitnot				0				vorwiegend Langeweile
bin extrem wendig, flexibel				0				bin schwerfällig, unflexibel, starr
bin meist unausgelastet				0				bin völlig überlastet
bin sehr vergesslich				0				grübeln, kann nicht vergessen
beschönigend; optimistisch				0				bin sehr pessimistisch; klagend
konsumfreudig, viele Schulden				0				bin sehr vermögend, sparsam
Ich werde eher verwöhnt.				0				werde vernachlässigt, bin fremd
unvorsichtig, vertraue leicht				0				überevorsichtig, misstrauisch
Ich gebe mehr als ich nehme				0				Ich nehme viel mehr als ich gebe
bin sehr großzügig				0				ich bin eher geizig
sorge für (pflege) nur andere				0				umsorge (pflege) nur mich selbst
sozial geehrt; eher bevorzugt				0				sozial verachtet; benachteiligt
viel tadeln, beschuldigen,				0				eher loben, verzeihen, rechtfertigen
bin übergenu, pedantisch				0				bin ungenau, schlampig
strenges Gewissen, ehrlich				0				wenig Skrupel, oft unehrlich
kritisiere nur mich selbst				0				kritisiere nur andere
sehr pflichtbewusst				0				häufig ungerecht behandelt
Tagesablauf streng geregelt				0				Tagesablauf sehr unregelmäßig

# Polare Grundfunktionen

eigene Entfaltung – Zurückhaltung, Anpassung;  
handeln, sich einsetzen – geschehen lassen;  
sich durchsetzen – nachgeben;  
für andere – für sich selbst etwas tun

Nähe – Distanz; Antrieb – Hemmung; Lust –  
Befriedigung; Zeit, Lust, Lebensraum für  
sich – für andere; flexibel – beständig;  
koordinieren – sich anpassen

begrenzt – unbegrenzt universal;  
individuelle Macht - Ohnmacht  
selbstständig - abhängig,  
Einengung - Aufgeschlossenheit;  
kompetent – inkompetent;  
motiviert – zufrieden; von sich –  
von anderen verlangen

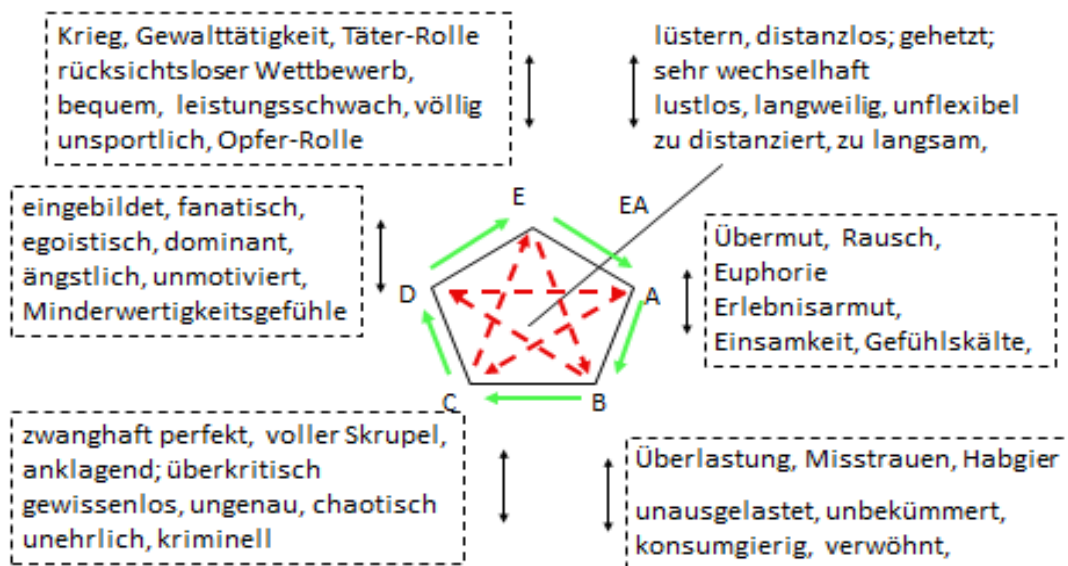


leben – sterben;  
Freude, Liebe, Glück –  
Leid, Schmerz, Abneigung,  
Enttäuschung;  
gemeinsam – allein;  
sich binden – loslösen;  
anderen – sich selbst zuwenden  
andere - sich selbst lieben

Kritik – Wertschätzung; Pflicht – Recht;  
genau – großzügig; geordnet – ungeordnet;  
beschuldigen - verzeihen;  
unterscheiden – an (ver-, aus-,)gleichen;  
andere – sich selbst kritisieren (loben)

Vorsicht – Vertrauen, belastet – entlastet,  
nehmen – geben; sparen- konsumieren,  
verbrauchen; versorgen – versorgt werden  
für sich selbst – für andere sorgen;  
sich merken – vergessen (können)

## Beispiele für Mangel und Überschusssymptomatik einzelner Phasen





## Salutogenese – Pathogenese interpretiert gemäß altchinesischer Naturphilosophie

Salutogenese	Pathogenese
Subjektiv ausgewogenes Leben und Erleben möglichst vieler bipolarer Aspekte in unserem Denken, Fühlen und Handeln zur Optimierung körperlicher und psychosozialer Gesundheit	Bipolare Fehldynamik (Balancestörungen, reduzierte oder gesteigerte Dynamik bzw. Konflikte bipolarer Aspekte) gelten als Risiko für persönliche psychosoziale und /oder psychosomatische Gesundheit
Arbeit am Gleichgewicht innerhalb aller unserer 5 Wandlungsphasen unter Beachtung der natürlich vorgegeben uhrzeigergemäßen Reihenfolge zyklischen Förderung und ihrer gegenseitigen diagonalen Begrenzung	Gewohnheitsmäßiger Phasenwandel, gegen den Uhrzeiger, gegenseitiges Aufschaukeln benachbarter Phasen, oder einseitige persönliche Lustbesetzung kann Phasendominanz - und damit oft verbunden: destabilisierende diagonale Unterdrückung oder Missachtung hervorrufen
Auf Harmonisierung atmosphärischer Einflüsse (Klima; kulturelles Umfeld, Medien, Politik, Zeitmanagement etc.) achten	System -Destabilisierung kann auch durch ungenügenden Schutz vor Wetterfaktoren und durch das persönliche psychosoziale Umfeld hervorgerufen werden.

### Gliederung von Körperfunktionen und zugehörigen Symptomen gemäß „Funktionskreisen“ der Akupunktur bzw. Phasenwandlungslehre

#### Le-Gb: körperliche Entfaltungsfunktionen:

Muskelbewegung und Transportfunktionen, Peristaltik, Nervenleitung, Zellwachstum, Entgiftung, Sehkraft, Muskelkraft, Kraftgefühl, Krämpfe, Windempfindlichkeit, Verletzungsfolgen, Blutungen

#### KS -3E: Somatische Anpassungsfunktionen

von Lust an Zeit und Umwelt: Veg. NS, gestörte Regulationsfunktionen – Kreislauf, Blutdruck (Schwindel, Beengung, Druckgefühle), Libido, hormonelle Regulation, Wetterfühligkeit

#### N – Bl; somatischer Halt durch

Abgrenzung, Bereitstellung: genetische Information, Wandfunktionen, osmotischer Druck, Urogenitaltrakt, Knochen, Bandscheiben, Muskeltonus, Haltung, Rückenschmerzen; Schlaf, Spannungsschmerzen, Stress, Blasenbeschwerden, Kontinenz, kälteempfindlich, schwerhörig



#### He- Dü: somatischer Austausch:

Bewusstsein, Sensibilität, Sinneswahrnehmungen, Schmerzempfindlichkeit, Durchblutung, Appetit, Ernährung, Fieber, Entzündung, Herzbeschwerden, Hitzeeinwirkung, Berauschung, Bewusstseinsveränderung

#### Lu – Di: Somatische Säuberung :

Haut(reinheit), Dickdarm, Schleimhäute der oberen und unteren Atemwege, (spez.) Immunität, venöser Kreislauf (Thrombosen?), gestörter Geruchssinn, Husten, Juckreiz, Asthma, Allergien; Obstipation, Reizdarmbeschwerden; krank durch trockene Luft

#### MP-Ma: Somatische Verarbeitung, Aufbereitung,

Speicherung: Verdauung, (Speicheldrüsen, Magen, Pankreas), (unspezifische) Immunität, Gedächtnis, Lymphdrüsenfunktionen, Schwellungen, Stauungen, Völlegefühl, krank durch Nässe, Fäulnis, gestörter Geschmacksinn,

## Die GAMED - Wiener Internationale Akademie für Ganzheitsmedizin

[www.gamed.or.at](http://www.gamed.or.at)

Die Wiener Internationale Akademie für Ganzheitsmedizin (GAMED) ist als **Kompetenzzentrum für Ganzheitsmedizin** der ganzheitlichen Sichtweise aller körperlichen, psychischen und geistigen Bereiche des Menschen in Gesundheit und Krankheit verpflichtet.



### GANZHEITSMEDIZIN

Der Begriff Ganzheitsmedizin steht für die **Integration von universitärer, naturwissenschaftlich ausgerichteter Medizin und Komplementärmedizin unter besonderer Berücksichtigung psychischer und geistiger Aspekte**. Er steht als Signal für die Behandlung von Kranken und nicht von Krankheiten sowie für **verstärkte Wahrnehmung und Erforschung komplexer und regulativer Prozesse des Organismus auf allen möglichen Erkenntnisebenen** (1). Die Ganzheitsmedizin sieht den Menschen in seiner **seelisch-körperlichen Gesamtheit und in der Interaktion mit seiner Umwelt** und berücksichtigt die Subjektivität und Individualität der Symptome und Reaktionen der Patienten in Diagnose und Therapie. (2)

Quellen:

(1) Springer Lexikon Medizin (2004).

(2) Markt W: Notwendigkeit eines Dialogs zwischen Schulmedizin und Komplementärmedizin In: Frass, Maier, Reiter (Hrsg.) Grundlagen und Praxis komplementärmedizinischer Methoden (2004).

### Patientennutzen

Ganzheitsmedizin ist die ärztliche Kombination von Schul- und Komplementärmedizin. Sie unterstützt den Menschen mit den individuell am besten geeigneten Maßnahmen zur Vorbeugung, Linderung und Heilung von Krankheiten und bietet ein großes Einsparungs-potenzial für das Gesundheitsbudget. Die GAMED (Wiener Internationale Akademie für Ganzheitsmedizin) leistet seit 25 Jahren mit einer Fülle hochqualitativer Aktivitäten zur Aus- und Weiterbildung, Aufklärung und Qualitätssicherung etc. einen wesentlichen Beitrag zur Etablierung der Ganzheitsmedizin in Österreich.

Die moderne Schulmedizin hat in den letzten Jahrzehnten beachtliche Fortschritte erzielt - allerdings vielfach um einen hohen Preis: Kostenexplosion und Zeitdruck im Gesundheitssystem führen häufig zu einer "Fünf-Minuten-Medizin". Viele Menschen fühlen sich damit in ihrer komplexen "Ganzheit" nicht ausreichend betreut. Dies ist in der "Ganzheitsmedizin" anders: Hier werden auch die **individuellen Bedürfnisse wahrgenommen** und in der Diagnose und Therapiewahl berücksichtigt. Die **Nachfrage nach komplementär-medizinischen Methoden steigt** daher kontinuierlich: Bereits **70-80 % der österreichischen Bevölkerung bevorzugen eine Kombination aus Schul- und Komplementärmedizin** (Karmasin-Umfrage 2011). Zudem zeigen immer mehr Studien, dass die **Wirksamkeit komplementärer Therapieverfahren auch nach den modernen Standards der Evidence-based Medicine nachweisbar ist**.

### **Volkswirtschaftlicher Nutzen - Ganzheitsmedizin spart Kosten**

Die Ganzheitsmedizin besitzt ein **großes Einsparungspotenzial für das Gesundheitssystem** und einen hohen volkswirtschaftlichen Nutzen:

Die Untersuchung einer Schweizer Krankenkasse ergab, dass die Berücksichtigung der Komplementärmedizin vergleichbare Kosten wie die Schulmedizin, jedoch durch eine bessere Arzt-Patienten- Beziehung und geringere Nebenwirkungen eine höhere Kosteneffizienz aufweist (1).

Die Analyse einer niederländischen Versicherung zeigte bei von Hausärzten mit Zusatzausbildung in Homöopathie, Anthroposophie oder Akupunktur behandelten Patientinnen und Patienten eine Kostenersparnis von sieben Prozent durch kürzere Spitalsaufenthalte und geringere Medikamentenkosten (2).

Eine britische Studie zeigte, dass viele komplementäre Methoden bei Krankheiten wirksam sind, in denen die Schulmedizin keine zufrieden stellenden Therapieerfolge erzielen kann. Dazu gehören chronische Krankheiten, Angst, Stress, Depression, Palliativmedizin und Schmerztherapie. Die Einbindung der Komplementärmedizin in das Gesundheitssystem bietet demnach Einsparungsmöglichkeiten von bis zu 30 % der Arztkosten und 50 % der Kosten rezeptpflichtiger Medikamente (3).

Quellen:

(1) Studer HP, Busato A: Comparison of Swiss Basic Health Insurance Costs of Complementary and Conventional Medicine. Forschende Komplementärmedizin 2011;18:315-320.

(2) Kooreman P, Baars EW: Patients whose GP knows complementary medicine tend to have lower costs and live longer. Eur J Health Econ 2011 Jun 22.

(3) Smallwood C: The Role of Complementary and Alternative Medicine in the NHS. An Investigation into the Potential Contribution of Mainstream Complementary Therapies to Healthcare in the UK (2005).

### **Fazit**

Ganzheitsmedizinische Behandlung ist keineswegs mit höheren Kosten verbunden. Gezielte ganzheitliche Gesundheitsvorsorge hilft vielmehr, das Auftreten chronischer Krankheiten zu verzögern oder ganz zu verhindern. Menschen, die kürzer krank bzw. länger gesund sind, haben eine höhere Lebensqualität und sind deutlich leistungsfähiger. Dies ermöglicht eine längere Erwerbsfähigkeit mit **deutlichen sozialen und ökonomischen Vorteilen für die Menschen, aber auch für Unternehmen und die gesamte Volkswirtschaft.**

Nähere Infos unter: [www.gamed.or.at](http://www.gamed.or.at)

Bitte melden Sie sich auch für unseren monatlichen Newsletter an:

<https://www.gamed.or.at/de/Newsletter-AktuelleAusgabe>

**GAMED - Wiener Internationale**

**Akademie für Ganzheitsmedizin**

Tel +43-1-688 75 07

Fax +43-1-688 75 07-15

Mail [office@gamed.or.at](mailto:office@gamed.or.at)

Montag bis Donnerstag: 9 - 16 Uhr

Otto Wagner Spital

Sanatoriumstrasse 2 / Gebäude G

1140 Wien