

Ausgabe Dezember 2009

**Thema:        Angst – die schlimmste Seuche unserer Zeit**

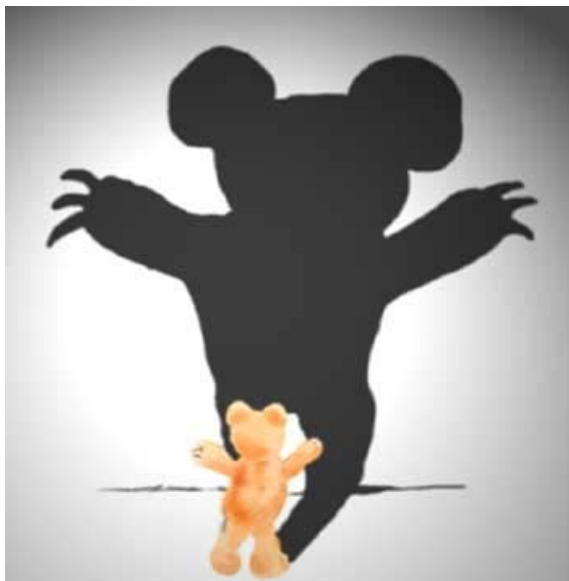
Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Patienten und Freunde der Habichtswald-Klinik,

hier erscheint nun der 83. naturheilkundliche Newsletter der Inneren Abteilung der Habichtswald-Klinik. Ich möchte Ihnen kurz und bündig kleine, leicht umsetzbare Tipps aus der Naturheilkunde an die Hand geben. Nicht immer wird der Tipp für Sie zutreffen, aber vielleicht kennen Sie jemanden in Ihrer Umgebung, für den gerade dieser Tipp die Lösung seines Problems darstellen kann.

Ich habe die Tipps nach bestem Wissen und Gewissen verfasst. Ihre Umsetzung ist in der Regel nebenwirkungsarm. Trotzdem kann jemand auch auf die harmloseste Pflanze eine allergische Reaktion entwickeln – um nur ein Beispiel zu nennen. Mit den Tipps können leichte bis mäßige Gesundheitsstörungen oft erstaunlich gut behandelt werden. Bei stärkeren Beschwerden oder bei einer Verschlechterung sollten Sie jedoch nicht zu lange zögern, zum Arzt zu gehen.

„Furcht besiegt mehr Menschen als irgendetwas anderes auf der Welt.“  
(Ralph Waldo Emerson, amerikanischer Philosoph)

Haben Sie nicht auch den Eindruck, dass in den letzten Jahren immer mehr die Angst regiert? Angst vor dem Klimawandel, Angst vor dem Zusammenbruch des globalen Finanzsystems, Angst vor immer neuen Infektionen. Nicht, dass ich diese Ängste klein reden und alles durch die rosarote Brille betrachten möchte. Wir haben zweifellos Probleme und sollten keineswegs den Kopf in den Sand stecken, sondern adäquat damit umgehen. Genau diesen adäquaten Umgang vermisse ich allerdings.



**Nicht immer ist das Schreckensgespenst an der Wand wirklich gefährlich**

Wir haben Angst vor Terroranschlägen auf Flugzeuge und lassen unsere persönlichen Freiheiten dafür so weit einschränken, dass wir uns bei jedem Flug genauestens durchsuchen lassen und jede halbvolle Trinkflasche oder teures Parfüm im Müll entsorgen müssen. Unsere Sicherheit und Freiheit soll von Bundeswehrsoldaten am Hindukusch verteidigt werden, woran die Mehrheit der deutschen Bevölkerung selbst nicht glaubt. Gleichzeitig lagern in den Waffenarsenalen der Großmächte (und immer mehr auch von kleineren Staaten) so viele Atombomben, dass die Welt trotz aller vergangenen minimalen Abrüstungsschritte immer noch zig Mal ausgelöscht werden könnte. Allein die Detonation der auf einem einzigen Atom-U-Boot stationierten 12 Raketen, jeweils mit Mehrfachsprengköpfen bestückt, wäre in der Lage, auf der Erde einen atomaren Winter auszulösen, der über 90% der Weltbevölkerung und alle Tierarten zum Opfer fallen würden – vergleichbar mit dem Meteoreinschlag vor 70 Millionen Jahren in Yucatan, welcher den Dinosauriern den Garaus gemacht hat. Die Angst vor einem Terroranschlag mit hunderten Toten (schlimm genug) wird von Politikern und Journalisten hoch gepuscht. Die real noch vorhandene Gefahr eines Atomkriegs, die mit jedem Staat, der neu in den „atomaren Klub“ aufgenommen wird, noch wächst, wird hingegen völlig verdrängt. Wussten Sie, dass auf deutschem Boden immer noch amerikanische Atombomben lagern? Wussten Sie, dass deutsche Kampfpiloten in deutschen Flugzeugen diese Atombomben abwerfen können? Wollen wir das eigentlich? Und werden wir danach überhaupt gefragt? Das wäre etwas, wovon wir Angst haben dürften.

Oder etwas Banaleres: Einige haben Angst um ihre Freiheit, sich selbst und andere in Bierzelten oder Kneipen voll qualmen zu dürfen. Sie haben aber keine Angst davor, dass jährlich 140.000 Menschen diesem Laster zum Opfer fallen – darunter mehrere Tausend Passivraucher, die selbst nie geraucht haben. Nicht, dass ich Heroin legalisieren möchte, aber ich finde es merkwürdig, dass Heroindealer kriminalisiert werden (mit Recht, es gibt etwa 1000 Drogentote pro Jahr!), aber Zigarettenhersteller werden als Steigerer des Bruttosozialproduktes (um den Preis von 140.000 Toten!) gefeiert.

Mit Aufdrucken auf den Zigaretenschachteln will man dem Rauchen Herr werden, was so gut wie gar nicht funktioniert. Entweder wird die Gefahr weiter verdrängt (es gibt mittlerweile schöne Schmuckschachteln, in denen man die Zigaretenschachteln mit ihrer „gefährlichen“ Warnung verstecken kann) oder sie wird bagatellisiert („Ach, die Zigaretten mit der Impotenz hätte ich nicht so gern. Geben Sie mir doch die mit dem Herzinfarkt.“). Nun will man noch einen draufsetzen: Statt warnender Texte sollen die Schachteln mit bedrohlichen Bildern wie amputierten Beinen oder operierten Lungenkrebsen versehen werden. Selbst wenn man einige Raucher damit „überzeugen“ könnte, halte ich nicht viel davon, da ein Vermeidungsverhalten aus Angst kein guter Ratgeber ist. Die Vergangenheit hat gezeigt, dass Steuererhöhungen, die wirklich wehtun, immer noch die effektivste Maßnahme darstellt, um die Rate der Ex-Raucher zu erhöhen. Gleichzeitige soziale Ächtung wie in den USA hat die Raucherraten drastisch reduziert. Dort rauchen wirklich nur noch die körperlich süchtigen Hardcore-Raucher.

Kommen wir jetzt zu den Seuchen. Hier scheinen kollektive Ur-Ängste der Menschen angesprochen zu werden. Über Millionen von Jahren waren unsere Vorfahren Bakterien, Viren oder Parasiten ungeschützt ausgesetzt, ohne dass ein ursächliches Heilmittel vorhanden, ja ohne dass die Ursache bekannt war. Kein Wunder, dass Infektionen lange Zeit sehr mit Angst besetzt waren. Hilflohe Erklärungsversuche wie etwa durch Juden vergiftete Brunnen oder die Strafe Gottes für sündiges Verhalten mussten für Epidemien wie Pest oder Syphilis herhalten. Wir wissen zwar heute sehr viel mehr über Infektionen und deren Behandlung, aber das Thema ist immer noch sehr emotional besetzt und ein rationaler Umgang – auch durch die „Informationen“ von Journaille, Politikern und vermeintlichen oder tatsächlichen Experten – kaum möglich.



Angst lähmt uns und lässt uns nicht vernünftig entscheiden

### **BSE – was ist wahnsinniger: die Krankheit selbst oder der Umgang damit?**

In den 90er Jahren kam es zu immer mehr Fällen von Rinderwahn (erinnern Sie sich noch)? Die Krankheit wurde dann als BSE (bovine spongiforme encephalitis) bekannt, bei der es nach und nach quasi zu einem schwammartigen Auflösen von Gehirnschubstanz mit entsprechenden neurologischen Folgeerscheinungen kommt. Da diese Krankheit Ähnlichkeit mit der sehr seltenen Creutzfeld-Jakob-Krankheit aufweist, bei der die Patienten ähnliche neurologische Ausfallerscheinungen aufweisen, wurde vermutet, dass es bei Verzehr von tierischen Produkten der befallenen Rinder (besonders wenn Nervengewebe dabei ist) zu einer Übertragung der Erkrankung kommen könnte. Die Medien waren monatelang voll davon. Niemand wusste etwas Genaues, was aber selbst ernannte oder von den Medien dazu erkorene Experten nicht davon abhielt, ihr eigenes Rindfleischsüppchen mit unbewiesenen Theorien als Beilage zu kochen. Tausende Tiere wurden getötet. Es wurden tausende von Neuerkrankungen bei Menschen prognostiziert. Schließlich wurde ein Test entwickelt, mit dem man BSE nachweisen kann und flächendeckend eingeführt. Die Erfinder dieses Tests und die herstellende Firma haben mittlerweile Milliardenprofite damit erzielt.

Als Ursache von BSE wurden so genannte Prionen identifiziert (Eiweißstrukturen, die weder Bakterien noch Viren sind, sich aber gewissermaßen infektiös verbreiten). Wurde nämlich Gehirnschubstanz von einem erkrankten auf ein nicht befallenes Tier übertragen, so bekam dieses auch die Krankheit. Beim Verzehr von Fleisch oder - schlimmer noch - Nervengewebe befürchtete man auch die Übertragung auf den Menschen. Diese Prionentheorie ist selbst in der Wissenschaft nicht ganz unumstritten.

Über die eigentliche Ursache wurde aber nur am Rande berichtet: Vegetarisch lebenden Tieren (z. B. Schafen, Rindern) wurden Schlachtabfälle zu fressen gegeben. Dass dies unnatürlich ist und dass ein solches aus reiner Profitgier geleitetes Handeln wider die Natur irgendwann einmal negative Folgen zeitigen könnte, hatte niemand ernsthaft bedacht. Selbst diese widerwärtigen Fütterungen hatten aber noch zu keinen ernsthaften Konsequenzen geführt. Erst als – wiederum aus Profitgier – die Temperatur bei der Herstellung des Tierfutters gesenkt wurde, kam es zu BSE. Inzwischen wurden diese Praktiken verlassen und BSE spielt keine Rolle mehr. Nebenbei: Haben Sie in letzter Zeit von einem einzigen Fall gehört?

Die generellen Praktiken, wie natürlich oder künstlich wir mit unserer Nahrungserzeugung umgehen sollten, wurden bisher kaum überdacht oder gar geändert. Die teuren und nunmehr eigentlich unnötigen Tests laufen aber unverändert weiter. Das ist unsere Form der Angstabwehr: ein neurotisches Handeln um des Handelns willens, damit irgendetwas für unsere Sicherheit getan werde. Die Kosten für die Testung werden auf den Fleischpreis aufgeschlagen und letztendlich zahlen alle Verbraucher die Zeche.

### **2005 – das Jahr der „Vogelgrippe“**

Vor 4 Jahren umrundete die Vogelgrippe wie im Fluge die Welt. Nachdem die ersten Fälle in Fernost aufgetreten waren, kamen Schreckensmeldungen aus Kasachstan, der Ukraine und Anatolien. Schließlich zeigte das Fernsehen, wie bei einem Atomkrieg bekleidete Soldaten, tote Schwäne auf der Insel Rügen abtransportieren. Die Panik wurde noch dadurch gesteigert, dass die Sterblichkeit bei einer Vogelgrippe beim Menschen bei etwa 50% liegt. Glücklicherweise sind aber nur wenige (bis jetzt knapp 500 Menschen weltweit) daran erkrankt. Damals wurden alle Bestände an Tamiflu®, einem antiviralen Mittel, leer gekauft. Dann ist die Welle abgeebbt und man hat nichts mehr davon gehört.



### **Vogelgrippe – ein Bedrohungsszenario wurde 2005 aufgebaut**

Wer darüber mehr erfahren möchte, kann gern noch einmal in meinem damaligen Newsletter vom März 2006 im Newsletterarchiv oder unter dieser Adresse nachlesen:

[http://www.habichtswaldklinik.de/media/files/newsletter%20naturheilkunde/NewsletterMaerz06\\_Vogelgrippe.pdf](http://www.habichtswaldklinik.de/media/files/newsletter%20naturheilkunde/NewsletterMaerz06_Vogelgrippe.pdf)

## **Schweinegrippe – im Schweinsgalopp werden neue ungeprüfte Medikamente auf den Markt gepeitscht**

Und nun also nach BSE und Vogelgrippe die nächste Bedrohung der Menschheit, die Schweinegrippe. Hierzu habe ich im Newsletter vom Oktober 2009 ausführlich Stellung genommen (siehe Newsletterarchiv bzw. <http://www.habichtswaldklinik.de/media/files/newsletter%20naturheilkunde/Naturheilkundlicher-Newsletter-Oktober-2009.pdf>), so dass ich an dieser Stelle nur eine Ergänzung machen möchte, die ich vor kurzem gelesen habe und die mir sehr zu denken gab.

In Australien (mit seiner 6monatigen Phasenverschiebung der Grippesaison im Vergleich zu uns) hat man die erste Schweinegrippesaison hinter sich – mit überraschenden Ergebnissen. Die Zahl der „normalen“ Grippetoten liegt pro Saison bei 2500, in diesem Jahr aber nur bei 600. Die Erklärung hierfür wird aber nicht in unseren Medien verbreitet. Wenn Schweinegrippe und normale Grippe im Menschen konkurrieren, dann gewinnt die Schweinegrippe und es kommt seltener zu einer üblichen Grippe. Da die Schweinegrippe aber in den allermeisten Fällen viel harmloser ist als die normale, relativ gefährliche Grippe, hat es nicht mehr, sondern 1900 weniger Tote gegeben. Die Schweinegrippe hat also per saldo nicht Leben gekostet, sondern sogar gerettet. Die Schweinegrippe-Impfung führte auf diesem Wege – wenn nicht gleichzeitig die konventionelle Grippeimpfung erfolgte – zu einem höheren Sterblichkeitsrisiko. Oder umgekehrt: sich gegen Schweinegrippe (zumindest allein) impfen zu lassen, war lebensgefährlich – zumindest legen das die australischen Statistiken nahe. Ich bin sehr auf die Grippetoten-Statistiken dieses Winters in Deutschland gespannt.

„Politik machen: den Leuten so viel Angst machen, dass ihnen jede Lösung Recht ist.“  
(Wolfram Weidner, deutscher Journalist)

Immerhin scheint es die Bevölkerung leid zu sein, in Panik versetzt zu werden und sich von Politikern, Wissenschaftlern und Pharmafirmen für dumm verkaufen zu lassen: 95% der gesamten Bevölkerung und immerhin 85% des gesamten medizinischen Personals, für die die Impfung ja geradezu eine Verpflichtung gewesen sein sollte, haben sich den Argumenten der Impfindustrie verweigert und sich nicht impfen lassen.

Einerseits begrüße ich es, dass die Menschen sich ihr eigenes Bild machen und selbstverantwortlich entscheiden wollen. Andererseits sehe ich aber darin auch eine gewisse Gefahr: Wenn nämlich wirklich einmal eine gefährliche Seuche im Anmarsch ist, dann könnte es sein, dass die Bevölkerung so weit desensibilisiert ist („wer dauernd lügt, dem glaubt man nicht“), dass dann wirklich wichtige Maßnahmen im Ernstfall unterbleiben oder zu spät kommen.

Nebenbei: Wer bezahlt eigentlich die zig Millionen bestellter und nicht verabreichter Impfdosen? Die Kosten bleiben an den Ländern und damit uns allen hängen. Die herstellenden Firmen haben sich jeglichen Risikos enthalten.

„Angst essen Seele auf.“ (Film von Rainer Werner Fassbinder)

In diesem Sinne: Lassen Sie sich im Neuen Jahr nicht „ihre Seele aufessen“. Seien Sie wachsam, seien Sie kritisch, lassen Sie sich aber nicht von Panikmachern irre machen, sondern bilden Sie sich Ihre eigene Meinung und schauen Sie, wo Sie Ihre individuellen Risiken minimieren können. Blicken Sie aber stets optimistisch in die Zukunft.

**„Die Zukunft hat viele Namen:  
Für die Schwachen ist sie das Unerreichbare.  
Für die Furchtsamen ist sie das Unbekannte.  
Für die Tapferen ist sie die Chance.“  
Victor Hugo**

In diesem Sinne: Machen Sie es wie die beiden jungen Hüpfen unten und freuen Sie sich darauf, was 2010 zu bieten hat. Das wünscht Ihnen von Herzen

Dr. Volker Schmiedel  
Chefarzt der Inneren Abteilung  
FA für Physikalische und Rehabilitative Medizin  
Naturheilverfahren, Homöopathie  
Dozent für Biologische Medizin (Univ. Mailand).



**Zur Klärung weiterer medizinischer Fragen und Behandlungs- bzw. Therapiemöglichkeiten stehe ich Ihnen im persönlichen Gespräch gerne zur Verfügung. Bitte vereinbaren Sie zuvor einen Termin in der naturkundlichen Privatambulanz.**

**Alle notwendigen Laboruntersuchungen können in der Inneren Abteilung der Habichtswald-Klinik oder der Naturheilkundlichen Privatambulanz durchgeführt werden.**

Informationen über das Therapieangebot der Inneren Abteilung:  
[http://www.habichtswaldklinik.de/Die\\_Abteilung\\_Innere\\_Medizin.html](http://www.habichtswaldklinik.de/Die_Abteilung_Innere_Medizin.html)  
Informationen über ambulante Diagnostik und Therapie:  
[http://www.habichtswaldklinik.de/Naturheilk\\_Ambulanz.html](http://www.habichtswaldklinik.de/Naturheilk_Ambulanz.html)

Hier finden Sie weitere Gesundheitstipps:

<http://www.gesundheitstipps.wicker-kliniken.de/>

Die aktuellen und archivierten Naturheilkundlichen Newsletter finden Sie hier:

[http://www.habichtswaldklinik.de/Naturheilkundlicher\\_Newsletter.html](http://www.habichtswaldklinik.de/Naturheilkundlicher_Newsletter.html)

**Sie möchten wieder fit für den Alltag werden?** Profitieren Sie von unserem speziellen **Gesundheitsangebot** für Selbstzahler, Privatversicherte und Beihilfeberechtigte. Oder nutzen sie unsere speziellen Angebote bei **Bauchbeschwerden, Herzinsuffizienz, Herzrhythmusstörungen** oder einer **koronaren Herzkrankheit**.  
Zu allen Angeboten der Inneren Abteilung für Selbstzahler ohne Kostenübernahme eines offiziellen Kostenträgers für einen stationären Aufenthalt (z. B. Beihilfe und/oder PKV oder andere Kostenträger) bieten wir zusätzlich äußerst attraktive **Rabatte**.  
Wir behandeln keine Krankheiten, wir behandeln Menschen

### **Vorträge von Herrn Dr. Schmiedel im Januar 2010:**

Donnerstag 16.00-17.30 Uhr im Hörsaal „Parkblick“

07.01.2010 „Cholesterin – 99 verblüffende Tatsachen“

14.01.2010 „Wenn die Knochen schwinden – schulmedizinische und naturheilkundliche Therapie der Osteoporose“

07.01.2010 „Verdauung – 99 verblüffende Tatsachen“

28.01.2010 „Wenn nichts mehr geht – Diagnostik und Therapie bei Burn out“

### **Vorträge der Inneren Abteilung im Januar 2010:**

Freitag 11.00-11.30 Uhr im Hörsaal „Parkblick“

#### Achtung Raumänderung:

08.01.2010 „Intuitives Zeichnen – eine kleine Übung zum Kennenlernen“

Referentin: Frau Marina Lange

Kreativraum (Erdgeschoss Alte Villa)

15.01.2010 „Praktische Tipps bei Asthma bronchiale und chronisch obstruktiver Bronchitis“

Referentin: Frau Nelli Bukmaier

22.01.2010 „Fit und gesund mit Vitalstoffen“

Referent: Herr Dr. Volker Schmiedel

29.01.2010 „Visualisierung – die Bedeutung der Vorstellungskraft für Gesundheit, Entspannung und Wohlbefinden“

Referentin: Frau Anna Wilpert

Informationen über das Therapieangebot der Inneren Abteilung:

[http://www.habichtswaldklinik.de/Die\\_Abteilung\\_Innere\\_Medizin.html](http://www.habichtswaldklinik.de/Die_Abteilung_Innere_Medizin.html)

Informationen über ambulante Diagnostik und Therapie:

[http://www.habichtswaldklinik.de/Naturheilk\\_Ambulanz.html](http://www.habichtswaldklinik.de/Naturheilk_Ambulanz.html)

Hier finden Sie weitere Gesundheitstipps:

<http://www.gesundheitstipps.wicker-kliniken.de/>

Die aktuellen und archivierten Naturheilkundlichen Newsletter finden Sie hier:

[http://www.habichtswaldklinik.de/Naturheilkundlicher\\_Newsletter.html](http://www.habichtswaldklinik.de/Naturheilkundlicher_Newsletter.html)

**Einladung**  
zum  
**Phytotherapie-Seminar**  
**Referent: Herr Prof. Dr. Dr. Schilcher**

Am **28.02.2010** findet ein Phytotherapie-Seminar mit Herrn Prof. Dr. rer. nat. Dr. med. h. c. Schilcher in der

**Habichtswald-Klinik, Wigandstr. 1, 34131 Kassel, im Festsaal I**

statt.

Herr Prof. Schilcher war als Professor in der pharmazeutischen Biologie an der Universität Marburg tätig, in einem Phytopharma-Unternehmen zuständig für Forschung, Entwicklung und Produktion, hatte eine Lehrtätigkeit an der Universität Tübingen, war Dekan des Fachbereichs Pharmazie an der FU-Berlin sowie 25 Jahre lang Mitglied der Sachverständigen-Kommission E (Phytotherapie) beim Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte.

Wir konnten ihn gewinnen, ein Seminar in unserer Klinik durchzuführen.

**Programm am 28.02.2010**

09.00 – 10.30 Uhr Phytotherapie in der Gynäkologie

10.30 – 11.00 Uhr Teepause

11.00 – 12.30 Uhr Phytotherapie in der Gynäkologie

12.30 – 13.30 Uhr Mittagspause mit kleinem Imbiss

13.30 – 14.30 Uhr Phytotherapie in der Onkologie

Die Teilnahmegebühr beträgt 30,00 €. Die Zertifizierung bei der Landesärztekammer Hessen ist beantragt.

Ihre Anmeldung wird erbeten unter der Telefon-Nr.: **0561/3108-831**

Dr. Kalyani Chopra, leitende Ärztin der Ayurveda-Abteilung