

## Natürliche Schmerzmittel

### NATURHEILZENTRUM OBERLAND

Zur Eröffnung in Spiez trat Prof. Dr. Joachim Chrubasik auf.

Die weit über 100 Teilnehmenden liessen sich von praktischen Kneipp-Anwendungen verwöhnen, nutzten die Gelegenheit ihren Stressfaktor messen zu lassen, degustierten biologische Leckerbissen und nahmen an Vorträgen teil. Sie erfuhren mehr über natürliche Krebstherapien, die Behandlung und Pflege bei Hautleiden sowie die Möglichkeiten der Irisdiagnostik. Prof. Dr. med. Joachim Chrubasik – unter anderem ist er in der Kopfwehlinik Hirslanden in Zürich tätig – erklärte, welche natürlichen Schmerzmittel es gibt. Der Facharzt für Anästhesie (FMH), Schmerztherapie, Naturheilkunde und ärztliches Qualitätsmanagement, bietet ab sofort regelmässig auch Sprechstunden im Naturheilzentrum Oberland in Spiez an. Auf die Behandlung von Schmerzen spezialisiert, beantwortete er eine Reihe von Fragen:

**Gibt es Möglichkeiten, den Schmerzen mit natürlichen Mitteln zu begegnen?**

Leider werden unsere Schweizer Patienten viel zu wenig mit pflanzlichen Schmerzmitteln behandelt: Bei Rheuma und Gelenkbeschwerden: Rosa canina (Hagbutte), Assalix (Weidenrinde), Urtica (Brennnessel) und Harpagophytum (Teufelskralle). Bei Kopfschmerzen: Eukalyptus, Pfefferminz. Bei unerträglichen Rückenschmerzen und auch Krebschmerzen: Capsaicin (Spanischer Pfeffer).

**Welche Bedeutung hat dabei die Schmerzursache?**

Die Anamnese und gründliche Untersuchung ist sehr wichtig, um z.B. eine Krebskrankheit nicht zu übersehen.

**Gibt es andere Methoden, wie etwa Kneipp-Anwendungen oder die Neu-**



Prof. Chrubasik referiert über natürliche Schmerzbehandlung. (Bild: Iris Frei)

**ralthherapie, die in der Schmerztherapie hilfreich sein können?**

Alle natürlichen Methoden sollten vor invasiven Methoden und Operationen bevorzugt werden: Durch Kneippanwendungen, Physiotherapie, pflanzliche Medikamente, Entspannungsübungen, können 50% der Schmerzen gelindert werden ohne das synthetische Schmerzmittel mit der hohen Nebenwirkungsrate zur Anwendung kommen. Viele Patienten liegen mit Nieren und Leberproblemen in Schweizer Kliniken, nur weil sie zu viele synthetische Schmerzmittel eingenommen haben. Weltweit sterben 30'000 Menschen pro Jahr nur durch die unkontrollierte Einnahme von Aspirin! Die Schweizer Krankenkassen unterstützen die naturheilkundlichen Methoden und übernehmen einen Gross- teil der Kosten.

**Was können Schmerzpatienten selbst tun, damit es ihnen besser geht?**

Es empfiehlt sich, bei einem Therapeuten jeweils eine zweite Meinung einzuholen. ein.

*Infos über Naturkosmetik, komplementäre Diagnostik und natürliche Therapieverfahren sowie Terminvereinbarungen: Tel. 0840 111 000, [www.naturheilzentrum-oberland.ch](http://www.naturheilzentrum-oberland.ch).*