



Gynäkologie und Urologie in der Naturheilpraxis: von Zyklusauffälligkeiten und Wechseljahren, unterschiedlichen Behandlungen bei gleichen Beschwerden – und einer Eierstockdrehung bei einer 9-jährigen Patientin. Naturheilpraktikerin Nina Kocher im Interview.

«Da hilft Kühlendes, da Wärmendes, je nach Konstitution»



Martin Rutishauser

lic. phil., freischaffender Autor

Nina Kocher, kommen viele PatientInnen mit urologischen bzw. gynäkologischen Beschwerden in die Naturheilpraxis?

Aktuell habe ich in der Praxis vor allem das Beschwerdebild Menstruationsbeschwerden bei jungen Frauen. Teilweise zeigen sich auch Zyklusauffälligkeiten bei Frauen um die 40. Urologische Themen habe ich gerade keine, die sind bei mir in der Praxis auch sehr selten.

Die seltenen urologischen Beschwerden, was waren die?

Eine erektile Dysfunktion bei Status nach Prostatakrebs-Operation, bei der ich leider keinen funktionierenden Behandlungsweg fand, Blasenentzündung und Probleme nach einer grösseren Operations-Vorgeschichte mit dem Wasserlassen, respektive ständigem Gefühl von Harndrang.

Was sind die Top Drei gynäkologischer Beschwerden, weswegen Frauen zu Ihnen in Behandlung kommen?

Meine Top Drei bei Frauen sind vor allem Menstruationsbeschwerden, die sind sehr häufig und in verschiedenen Ausdrucksweisen, und dann auch Wechseljahrthematiken. Auch war da eine 9-jährige Patientin mit einer Eierstockzyste, die geplatzt ist, nachdem diese Zyste wiederholt den Eierstock gedreht hatte. Leider bildete sich erneut eine Zyste, die wieder zur Drehung des Eierstocks geführt hat.

Schlussendlich musste der Eierstock entfernt werden.

Das ist ja eine schlimme Geschichte.

Gibt es viele PatientInnen mit solch heftigen Beschwerden?

Das war ein Extremfall und eher eine Ausnahme als die Regel. Allerdings ist die Problematik von Zysten und dadurch die Gefahr einer Eierstockdrehung im vorpubertären Alter eine der häufigsten gynäkologischen Erkrankungen.

Wurde die 9-jährige Patientin von der KinderärztIn zu Ihnen geschickt, damit Sie ihr zusätzlich helfen?

Die Patientin kam auf Rat einer Familienfreundin zu mir, die ebenfalls therapeutisch arbeitet und meine Arbeit kennt. Sie kam nach dem ersten Notfallbesuch beim Kinderarzt zu mir und wurde dann parallel betreut, da der Kinderarzt in den ruhigen Phasen nichts machen konnte.

Wie bzw. mit welcher Methode haben Sie ihr helfen können?

Ich habe bei ihr viel über die Füsse mit der Fussreflexzonen-therapie gearbeitet, habe mit Bachblüten und Schüsslersalzen jeweils ergänzt und je nach Reaktionen auch wieder etwas abgeändert. Weiter habe ich die Phytotherapie eingebaut, da habe ich ein standardisiertes Produkt verwenden können.

Warum sind aus naturheilkundlicher bzw. humoralmedizinischer Sicht eigentlich Menstruationsbeschwerden so häufig?

Gibt es da eine gemeinsame Ursache? Ist das vielleicht auch ein gesellschaftliches Problem, zum Beispiel zu viel Hektik?



Das ist eine extrem gute Frage. Und ich glaube, man kann sie nicht abschliessend beantworten. Da wir bei jedem Menschen extrem individuelle Faktoren haben, die Beschwerden auslösen. Einerseits hilft unser heutiger Alltag mit dem Stress und all der Hektik mit Sicherheit mit, dass sich Beschwerden bemerkbar machen. Weiter ist die Menstruation ein natürlicher Entgiftungsvorgang. Alles, was der Körper nicht braucht, kann mit Blut aus dem Körper gebracht werden. Durch unsere heutige Ernährung und auch dadurch, dass wir nicht mehr bewusst essen, helfen wir unserem Körper auch nicht sonderlich. Weiter nutzen wir unseren Körper nicht mehr so wie früher, wir haben nicht mehr die gleiche Menge Bewegung wie noch, sagen wir, vor 100 Jahren. Und da gerade Schmerzen während der Mens oftmals viel mit der Muskulatur zu tun haben, gibt es da Zusammenhänge. Und dann sehe ich immer öfters, dass die Thematik schon fast tabuisiert wird, was die Sache auch nicht vereinfacht.

Wenn Sie sagen «Menstruationsbeschwerden in verschiedenen Ausdrucksweisen»:

Heisst das, es ist immer dasselbe Problem, es äusserst sich nur anders?

Ich meinte das eher so: Wir fassen schulmedizinisch die Symptome rund um Gebärmutter und Menstruation als «Menstruationsbeschwerden» zusammen. Das beginnt beim prämenstruellen Syndrom und geht nahtlos in die schmerzhafteste Mens bis zur Endometriose. Da jeder Mensch eine individuelle Konstitution hat, sind die Bauchschmerzen während der Mens bei Patientin A nicht genau gleich zu behandeln wie bei Patientin B. Eine spricht vielleicht auf Wärme und Ruhe an, die zweite mehr auf Bewegung und sanfte Kühlung. Das deutet auf die verschiedenen Ursachen der Schmerzen hin. Das macht den Praxisalltag auch so spannend, es ist kein Alltag, sondern ein täglich neu zu entdeckendes Konstrukt, um die passendsten Therapiewege für jeden und jede zu finden.



Manchmal passen standardisierte Phytotherapeutika, manchmal gilt es, ganz spezifisch eine Rezeptur zu erarbeiten. Zum Beispiel mit Frauenmantel (*Alchemilla xanthochlora*) als Hauptbestandteil, einem wichtigen Kraut der naturheilkundlichen Gynäkologie. Photo: Pixabay



Diese individuelle Konstitution, was ist das?

Lassen Sie mich das anhand der beiden Patientinnen präzisieren. Beide Patientinnen, übrigens, erfinde ich grad, einfach um aufzuzeigen, was die Konstitution bedeutet. Nehmen wir Patientin A, Mitte 20, gross gewachsen, sehr schlank, eher tiefer Blutdruck, Vegetarierin mit Bauchschmerzen während den ersten beiden Tagen der Mens. Mit diesen Eckpunkten können wir sie schon grob im Denkmodell der Humoralmedizin einteilen: Grundsätzlich ist sie vom Alter her eher warm-feucht; wir bewegen uns mit zunehmendem Alter immer mehr in die Richtung kalt-trocken. Vom Aussehen her passt die Patientin zu einer Sanguinikerin, ohne scharfe Kanten im Gesicht, straffe Haut. Durch die vegetarische, rohkostbetonte Ernährung kühlt sie ihr eigentlich sehr stabiles Temperament immer etwas ab. Das führt dazu, dass während der Mens die Wärme fehlt, um die Muskulatur geschmeidig die Kontraktionen des Uterus mitgehen zu lassen. Deshalb hilft ihr eine sanfte Wärmeapplikation, äusserlich mit Bettflasche, innerlich mit einem krampflösenden Tee.

Ihre extrem modische Kleidung, selbst im Winter mit dünnen Socken und zerschlissenen Hosen, die weit über dem Knöchel enden, hilft ihrer Konstitution auch nicht gerade.

Und Patientin B?

Sie ist eine absolute Sportskanone, Mitte 30, kantiges Gesicht, schlank, normaler Blutdruck, Allesesserin. Sie gehört eher zum Bild einer Cholerikerin, hat ein teilweise überschüssiges Wärmeprinzip und gleichzeitig einen Mangel an Feuchtigkeit. Das wiederum erklärt, weshalb ihr eine sanfte Kühlung der Bauchdecke sowie leicht kühlende, befeuchtende Phytotherapeutika Linderung bringen.

Zwei Patientinnen also, sehr ähnliche Beschwerden, gegensätzliche Therapien?

Ja, der einen hilft gemäss ihrer Konstitution Kühnendes, der anderen Wärmendes. Was Konstitution ist, hat der Gynäkologe Bernhard Aschner sehr treffend beschrieben: «Konstitution ist der aus Erbanlagen hervorgegangene, aber durch Umwelteinflüsse

Neuer Lehrgang!
Bis 50% vom Bund
subventioniert.



Infos zum
Lehrgang

DIPL. KAUFM. KLINIKLEITER/IN ME

Fachfrau/Fachmann
Unternehmensführung KMU
mit eidg. Fachausweis



ME MEDICAL EDUCATION
www.medical-education.ch

«Führe deine Praxis in die Zukunft!»



Die Naturheilkunde arbeitet mit Massagen, mit Wickel und Wärme, mit diätetischen Empfehlungen und mit Heilpflanzen wie der Schafgarbe (*Achillea millefolium*), sie ist sehr vielfältig einsetzbar, von Angina pectoris über Bronchitis bis zu Endometritis. Photo: Pixabay

veränderbare Zustand eines Individuums und seine Reaktionen auf äussere und innere Einflüsse.»

Gibt es Konstitutionstypen, die mehr bzw. weniger anfällig sind für gynäkologische Probleme?

Diese Frage würde ich mit nein beantworten. Jede Konstitution kann gynäkologische Probleme entwickeln. Diese – wie auch andere gesundheitliche – Probleme werden aber nur entwickelt respektive sichtbar, wenn sich die Person ausserhalb ihrer physiologischen Kompensationsmöglichkeiten befindet.

Haben Sie – um innerhalb dieser physiologischen Kompensationsmöglichkeiten zu bleiben – einige allgemeine Tipps? Gibt es das überhaupt?

Es gibt durchaus einige Tipps, die ich so allgemein wie möglich so zusammenfassen würde: Allgemein hilft man seiner Konstitution, indem man sich selbst Dinge gönnt, die einem Freude bereiten, indem man tut, was einem gut tut, und indem man «gesund» lebt mit Spaziergängen oder Sport an der frischen Luft, möglichst regionaler und saisonaler Ernährung, mit guten Gesprächen unter Freunden.

Danke für das Gespräch.



Nina Kocher

Nina Kocher ist dipl. Heilpraktikerin der Traditionellen Europäischen Naturheilkunde TEN. Ihre Praxis «Naturkraftschloss» führt sie in Lüsslingen SO; ausserdem ist sie Co-Ressortleiterin Naturheilkunde TEN an der Heilpraktikerschule Luzern, wo sie auch unterrichtet: www.naturkraftschloss.ch, www.heilpraktikerschule.ch

Photo: Heilpraktikerschule Luzern