

Äußere Anwendungen

Tore zur Gesundheit: Die Bedeutung der äußeren Anwendungen in der Anthroposophischen Medizin

Modernes Therapieverfahren oder vorwissenschaftliches Hausmittel?

Bäder, Kompressen und Einreibungen gehören seit Jahrtausenden in den Heilmittelschatz aller Kulturen. Erst mit dem Heraufkommen der naturwissenschaftlich begründeten Medizin im 19. Jahrhundert gerieten sie an den Rand des therapeutischen Spektrums. Entgegen der Zeittendenz integrierten die Begründer der Anthroposophischen Medizin bereits 1921 diese Behandlungsverfahren als vollgültigen Bestandteil in ihre auf der naturwissenschaftlichen Medizin aufbauenden Heilkunst. Damit erneuerten sie ein Therapieverfahren, das in den letzten Jahren nun wieder eine Renaissance auch im naturwissenschaftlich geprägten klinischen Bereich erlebt. Unter dem beharrlichen Ersuchen vieler Patienten, die sich eine ergänzende Behandlung mit "natürlichen" Mitteln wünschen, beginnt man die Wirksamkeit äußerer Anwendungen wissenschaftlich zu untersuchen. Auch die Patienten selbst machen sich kundig und so haben äußere Anwendungen in der Selbstmedikation besonders bei kleineren Beschwerden, die das Befinden aber erheblich beeinträchtigen können, inzwischen wieder einen festen Platz.

Äußere Anwendungen in der Anthroposophischen Medizin

Die Praxis der Anthroposophischen Medizin greift über den naturheilkundlichen und den in der Selbstmedikation möglichen Ansatz hinaus. Hier werden Anwendungen nicht nur zur Linderung akuter oder chronischer Beschwerden genutzt sondern auch gezielt zur Unterstützung von Medikamenten oder den künstlerischen Therapien eingesetzt. Gerade bei therapieresistenten Zuständen geben sie immer wieder entscheidende Impulse oder sind gar der maßgebliche Heilfaktor einer Behandlung. Verwendet werden Substanzen aus dem Mineralreich wie Quarz, Schwefel, Kupfer oder Gold. Sie kommen gelöst in Wasser, Öl oder in einer Salbengrundlage verarbeitet zur Anwendung. Auch Auszüge aus Kamille, Arnika, Schafgarbe und vielen anderen Heilpflanzen werden auf die Haut aufgebracht. Nicht zuletzt wird die Heilkraft bestimmter tierischer Produkte oder Nahrungsmittel, beispielsweise Quark und Honig, auch äußerlich genutzt.

Tiefgreifende Sinneserlebnisse

Wer eine äußere Anwendung erhält, ist oft tief bewegt und überrascht von der Wirkung, die Wärme oder Kälte, Licht, Luft und Wasser, eine Substanz wie die Schafgarbe verbunden mit der einfühlsamen Zuwendung des Pflegenden auf Leib und Seele ausüben. Wie in einer Landschaft das Klima mit Licht, Wind und Wolken mit Regen oder Trockenheit auf den Menschen wirken, wie der Gesteinsuntergrund, die Vegetation und die Tierwelt sein Befinden prägen oder die dort lebenden Menschen die Landschaft gestalten, so wirkt eine äußere Anwendung auf den ganzen Menschen. Durch die auf seiner Körperoberfläche ausgebreiteten Sinne nimmt der Behandelte Substanz und Medium wahr. Er schmeckt, tastet, riecht und fühlt Wärme. Aber auch andere Eindrücke, die nicht unmittelbar bewusst werden, wie die Lichtqualität oder die Vitalität der aufgebrachten Substanzen, charakterisieren die Anwendung als ein

umfassendes Sinneserlebnis. Der Behandelte antwortet auf diese Wahrnehmungen mit einer Reihe körperlicher Reaktionen. Er atmet befreit und tiefer, bildet Wärme, die Stoffwechselfähigkeit wird gesteigert und die Ausscheidungen werden angeregt. Entspannung und Wohlbefinden, erfrischte Lebendigkeit oder konzentrierte Aufmerksamkeit sind die seelische Antwort auf die Begegnung mit der äußeren Anwendung. Wie Frage und Antwort verhalten sich die Behandlung und die darauf folgende leiblich - seelische Reaktion des Patienten.

Pflegen ist Hüllen

Die Äußeren Anwendungen umgeben den Behandelten wie eine zweite Haut. Die Berührung der behandelnden Hand oder der straffe Sitz eines Wickels vermitteln Grenze und Stütze. In einem Bad wird der Behandelte umhüllt vom wässrig wärmenden Medium ähnlich wie das Kind im Mutterleib. Die Schwerkraft ist fast aufgehoben. Unter der fließenden, rhythmischen Bewegung einer Armeinreibung werden die Gliedmaßen von innen heraus leicht. Während einer Ingwer Behandlung der Nierenregion löst sich die Atmung, Muskeln entspannen sich und innere Bilder steigen auf. Eine Hülle anderer Art entsteht bei der Anwendung von Metallen. Ihr äußerlicher Gebrauch in Form von Salbenaufträgen dürfte in der anthroposophischen Medizin einzigartig sein. Erstaunlicherweise wirken Metallsalben auch ohne, dass die Substanz von der Haut aufgenommen wird, ja sie nicht einmal direkt berührt. Offensichtlich konzentriert hier das Metall von außen einstrahlende, die Organe belebende Kräfte. Wärme, Luft, Wasser und Erde bilden eine Hülle, in welcher der Kranke genesen kann. Er kommt zur Ruhe und schläft oft während der Anwendung ein. Im Unterschied zum gewöhnlichen Schlaf wirken nun Medium und Substanz auf den Leib und moderieren die Lebensprozesse. Belebung und Erquickung gehören damit wesentlich zu den Wirkungen einer äußeren Anwendung und sind wichtige Indikatoren für die Bewertung des Erfolges.

Warum Wärme heilt

Alle äußeren Anwendungen wirken auf den Wärmeorganismus des Menschen. In feinsten Weise gestalten sie Wärmeströme, die den ganzen Körper durchziehen. Die therapeutische Kunst besteht in Findung und Applikation von Substanzen, die spezifisch auf die gestörte Wärmorganisation des Patienten wirken. Mit der Wärme erwacht die Bereitschaft sich gegenüber der Außenwelt zu öffnen oder einer kühlen Außenwelt die eigene Wärme entgegenzustellen. Die leibliche Wärme ermöglicht so dem Menschen ein selbstbestimmtes Verhältnis zu seiner Umwelt. Der Patient erlebt sich selbst als Quelle heilender Kräfte, indem er sich als schöpferisches Wärmewesen wahrnimmt. Äußere Anwendungen machen auf diese Weise auch empfänglich für die Wirkung künstlerischer und medikamentöser Therapie. So öffnen sie die Tore zur Gesundheit.

Häufige Äußere Anwendungen (Beispiele)

Salben- Lappen

Pflanzen- Salbenlappen

Arnika, Oxalis, Archangelika

Metall - Salbenlappen

Gold-Lavendel-Rose, Silber, Stibium, Blei, Kupfer...

Trocken / Warme Anwendungen

Öl- Auflagen

Kamille, Solum Öl, Kümmel, Lavendel, Melisse

Trockene Wärmeträger

Wärmflasche, Kirschkern, Hirse, Leinsamen,
Heublumen, Kamillenblüten, Lavendelblüten

Feucht / Warme Anwendungen

Tee- Wickel

Schafgarbe, Kamille, Kümmel

Hautreizmittel

Senf, Ingwer, Meerrettich

Feucht / Kalte Anwendungen

Essenz- Wickel

Arnika, Calendula, Schachtelhalm, Eichenrinde

Sonstige

Quark, Zitrone

Trocken / Kalte Anwendungen

Kälteträger

Eisblase

Bäder

Öl- Dispersionsbäder

Rosmarin, Lavendel, Melisse

Mineral- Bäder

Totes-Meersalz, Schwefel

Essenz- Bäder

Brennnessel

Gesichtspunkte für die Indikation

Im Sinne des Konzeptes der Funktionellen Dreigliederung können Anwendungen mit formendem und solche mit auflösendem Charakter unterschieden werden. Anwendungen mit formendem Charakter werden bei auflösenden, meist entzündlichen Krankheitsprozessen (bei Überwiegen des Stoffwechselfols) verwendet, Anwendungen mit auflösendem Charakter werden bei Krankheitsprozessen mit verhärtenden Tendenzen (beim Überwiegen des Nerven- Sinnespols) eingesetzt. Ein weiterer Gesichtspunkt ist die Unterstützung eines als Heilungsprozess erkannten Krankheitssymptoms wie z.B. das Fieber. Fieber tritt beispielsweise auf im Zusammenhang mit der Überwindung einer Infektion. Es ist Teil der Abwehrreaktion des Körpers. Das Fieber wird folglich nicht unterdrückt sondern durch Äußere Anwendungen gestützt und nur die belastenden Begleiterscheinungen, wie Kreislauf labilität oder Kopf- und Gliederschmerzen werden bekämpft. Dies geschieht z.B. durch Abwaschungen oder Wadenwickel mit Zitrone.

Wirkfaktoren bei Äußeren Anwendungen

Wirkung durch	Beispiele
Substanzen:	Senf, Kamille, Arnika....
Medium:	Feucht-Warm / Trocken-Warm / Feucht-Kalt / Trocken-Kalt / Neutral
Zuwendung:	Berührung, Begleitung, Zuspruch
Modalitäten:	von Zubereitung und Anwendung Dosierung, Häufigkeit, Tageszeit, Anwendungsdauer

Je nach Art der Anwendung tritt der eine oder der andere Faktor in den Vordergrund.