

Asien

● Akupunktur

Sie gehört zur Traditionellen Chinesischen Medizin. Mithilfe von feinen Nadelstichen in die Haut kann sie eine bestimmte therapeutische Wirkung erzielen.

Für die Behandlung einer koronaren Herzkrankheit spielt etwa der Akupunkturpunkt auf der Innenseite des Unterarms, gleich oberhalb des Handgelenks, eine zentrale Rolle.

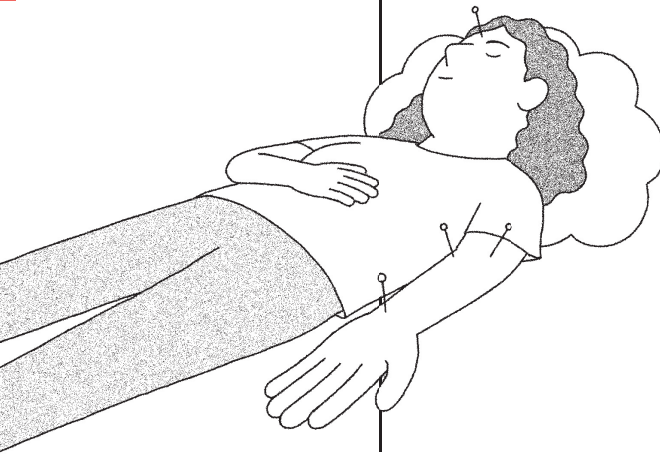
● Shiatsu

Der Begriff Shiatsu, zu Deutsch «Fingerdruck», beschreibt eine japanische Therapieform. Dabei wird mittels Körpergewicht durch Hände, Ellbogen oder Knie des Therapeuten Druck an Körperstellen des Patienten ausgeübt. Bei der Behandlung von Herzerkrankungen lässt sich Shiatsu begleitet einsetzen, etwa um Unruhe im Körper zu beseitigen oder den Herzschlag zu beruhigen.



● Tibetische Medizin

Die Tibetische Medizin versteht Gesundheit als einen Zustand der Ausgewogenheit. Dieser kann unter anderem durch die Ernährung oder die Geisteshaltung gewahrt werden. Für das Herz stehen verschiedene Heilmittel zur Verfügung. So wird etwa bei leichtem Bluthochdruck mit Arteriosklerose «Padma 28» verschrieben, ein Durchblutungsmittel aus 28 Kräutern.



Ozeanien

● Kanukaöl

Das Öl der Kanukapflanze ist für die Aborigines wie auch für die Maori eine Heilpflanze. Gerade bei

akutem Herzklopfen soll das Gewächs beruhigend wirken. Es ist vor allem an den Küsten Australiens und Neuseelands zu Hause. Auch in unseren Breitengraden wird das ätherische Öl für Herzmassagen eingesetzt. Sein erdiger Duft soll zudem für innere Ruhe sorgen.



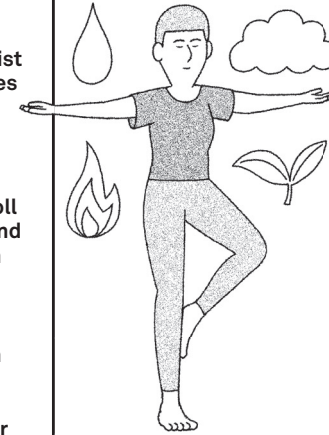
Afrika

● Passionsblume

In der afrikanischen Naturheilkunde ist die Passionsblume populär, weil sie beruhigend auf den Herzrhythmus wirken kann. Auch bei hohem Blutdruck wird sie eingesetzt.



Europa



● Vier Elemente

Die Traditionelle Europäische Naturheilkunde (TEN) geht auf die griechische Antike zurück. Sie basiert auf der Vier-Elemente-Lehre. Die Auffassung: Die Elemente Feuer, Wasser, Luft und Erde sowie deren Eigenschaften Wärme, Kälte, Feuchtigkeit und Trockenheit finden sich auch in unserem Körper wieder. Demnach ist der Mensch gesund, wenn die vier Elemente in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander stehen. Eine altersbedingte Herzschwäche etwa wird dem Element Erde (Kälte und Trockenheit) zugeordnet. Sie kann nach TEN mit Weissdorn behandelt werden. Dieser hat eine wärmende und aktivierende Wirkung.

Nordamerika

● Osteopathie

Der Grundgedanke der Therapie: Bewegungsapparat, Schädel, Rückenmark und innere Organe hängen als Systeme zusammen, weil sie über unser Gewebe miteinander verbunden sind. Mit sanften Griffen sollen Blockaden in diesen Verbindungen gelöst werden. Besonders beliebt ist die Osteopathie etwa bei Herzrasen.



● Craniosacral-Therapie

Sie versteht Schädel (lateinisch cranium) und Kreuzbein (sacrum) des Menschen als Pole, die mit den Membranen in Gehirn und Rückenmark eine Einheit bilden. Darin pulsiert die Hirnflüssigkeit in einem Rhythmus, der die Funktionsfähigkeit des Menschen beeinflusst. Gerade bei Herzklopfen wirkt die Therapie ausgleichend.