

## Frauenheilkunde in der Naturheil- kunde



Reto Gautschi,  
kant. appr. Naturarzt  
Salina Rehaklinik,  
Fachärzte, Therapien  
im Parkresort  
Rheinfelden

Viele gynäkologische Beschwerdekomplexe und -syndrome sind in der Naturheilkunde präsent und können erfolgreich behandelt werden. Beispielhaft seien hier das Prämenstruelle Syndrom (PMS) und die Wechseljahrsbeschwerden (Klimakterium) genannt. Frauen kennen diese typischen Beschwerden des PMS: Brustspannen, Stimmungsschwankungen, Wassereinlagerungen, Übelkeit, Unterleibschmerzen, Rückenschmerzen, die bis ins Knie ziehen, Kopfschmerzen, Hitzewallungen und vieles mehr – bis die Menstruation einsetzt, dann wird alles wieder besser. Auch das Klimakterium kann durch eine Vielzahl von unangenehmen Beschwerden zum Syndrom werden und die Patientinnen plagen.

Die Naturheilkunde bietet ein individuelles Diagnose- und Behandlungskonzept, welches darauf abzielt, die natürlichen Selbstheilungskräfte zu aktivieren und zu unterstützen. Vor allem interdisziplinär und komplementär, ergänzend zur Schulmedizin, eignet sich die Naturheilkunde hervorragend. Wichtig ist hier eine individuelle Betrachtung, um die Beschwerden möglichst ganzheitlich zu verstehen und zu behandeln. Es bieten sich unterschiedliche Methoden wie z.B. die Kräutertherapie, Akupunktur und Manuelle Therapien an. Auch der physiotherapeutische Therapieansatz lässt sich hervorragend interdisziplinär integrieren, so z.B. bei der Inkontinenz. Bei Inkontinenzbeschwerden wird zwischen Drang- und Stressinkontinenz unterschieden. Neben medikamentösen und manchmal auch operativen Therapiemöglichkeiten bietet beispielsweise die Biofeedbackbehandlung eine zusätzliche Option. Dabei wird bildlich die Spannung der Beckenbodenmuskulatur apparativ erfasst und allfällige Schwächen der Muskulatur können gegebenenfalls in einem gezielten «Training» angegangen werden. Parallel erhält die Patientin umfangreiche Hintergrundinformationen, wie beispielsweise fachliches Verständnis und Strategien, aber auch praktische Übungen, die sie auch nach den Behandlungen selbstständig in den Alltag integrieren kann und soll.

**«Rheinfelden medical» ist eine Kooperation der fünf bedeutenden Rheinfelder Unternehmen im Gesundheitsbereich: Gesundheitszentrum Fricktal AG, Salina im Parkresort Rheinfelden sowie Alta Aesthetica. In Zusammenarbeit mit der Neuen Fricktaler Zeitung publiziert ein Mitglied regelmässig Ende Monat einen Ratgeber zu aktuellen Gesundheitsthemen.**