

www.millefolia.ch

Publikation des Dachverbands Komplementärmedizin

Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Wir bleiben dran. Auch wenn wir 2023 deutlich weniger Spenden erhalten haben als in den Jahren zuvor. An vielen Orten tut Hilfe Not, denken wir nur an die Ukraine und den Nahen Osten. Doch wir müssen dranbleiben an unserem Ziel, in der Schweiz den freien Zugang zur Komplementärmedizin zu bewahren. Dies gelingt uns nur, wenn Sie uns weiterhin mit Ihrer Spende unterstützen.

Edith Graf-Litscher, unsere langjährige Präsidentin, hat mit ihrem Austritt aus dem Nationalrat auch das Präsidium des Dachverbands Komplementärmedizin abgegeben. Im Jahr 2005 habe ich Edith Graf-Litscher als frisch gewählte Parlamentarierin kennengelernt, nun haben wir fast zwei Jahrzehnte lang sehr eng, vertrauensvoll und freundschaftlich zusammengearbeitet. Der Dakomed hat Edith viel zu verdanken und hat sie an der Mitgliederversammlung gebührend verabschiedet.

«Wir müssen dranbleiben, um den freien Zugang zur Komplementärmedizin zu bewahren.»

Ich freue mich, dass wir mit der Ständerrätin Franziska Roth eine engagierte Befürworterin der Komplementärmedizin als Co-Präsidentin gewinnen konnten - in der letzten Legislatur haben Franziska und ich in medizinischen Fragen eng zusammengearbeitet. Und ich freue mich, dass mit Martin Bangarter ein ausgewiesener Experte ins Co-Präsidium des Dakomed zurückkehrt.

Unsere Kernaufgabe bleibt die politische Tätigkeit. Mit millefolia.ch, dem Schweizer Infoportal der Komplementärmedizin, und der 2023 neu gegründeten Medienstelle intensivieren wir unsere Kommunikation. Um diese Aufgaben finanzieren zu können, sind wir weiterhin auf Ihre Spenden angewiesen. Herzlichen Dank!



Walter Stüdeli
Leiter Politik Dakomed

**Wir bleiben dran.
Mit Ihrer Hilfe!**



Sie repräsentiert die Schweizer Ärzteschaft: Dr. med. Yvonne Gilli am FMH-Hauptsitz in Bern. | Bilder: Susanne Keller

Im Gespräch mit Dr. med. Yvonne Gilli, Präsidentin der FMH

«Wir dürfen nicht auf einem Auge blind sein.»

Dr. med. Yvonne Gilli ist als Präsidentin der Ärzteverbinding FMH die höchste Ärztin der Schweiz. Für sie ist Komplementärmedizin ein wichtiger Teil der Gesundheitsversorgung.

Yvonne Gilli, Sie praktizieren als Fachärztin für Allgemeine Innere Medizin FMH in einer Gemeinschaftspraxis in Wil und wenden sowohl Schulmedizin als auch Komplementärmedizin an. Wie kam es dazu?

Yvonne Gilli: Ich habe mich schon während dem Medizinstudium für die Komplementärmedizin interessiert. Davor war ich als Intensivpflegefachfrau am anderen Ende des Machbarkeitsspektrums tätig: Wie kann man mit maximal spezialisierter Schulmedizin Leben retten? Dabei habe ich ganz klar die Grenzen der Machbarkeit erlebt und wurde mit sehr existenziellen Bedürfnissen von Patientinnen und Angehörigen konfrontiert. Ich habe realisiert, wie viele Aspekte auf eine qualitativ gute Behandlung einwirken und wie gross das Bedürfnis ist, dass auch eigene Behandlungsvorschläge aufgenommen werden.

«Wenn es um Erkrankungen der Kinder geht, ist die Nachfrage nach Komplementärmedizin gross.»

Dr. med. Yvonne Gilli

Patientinnen und Angehörige wünschen sich in der Intensivpflege Komplementärmedizin - was sind ihre Erwartungen?

Menschen haben gewisse Hemmungen, beispielsweise gegenüber einer Spitalärztin darüber zu reden, welche Heilmethoden sie anwenden. Merken sie aber, dass ihr Gegenüber offen ist, oder werden sie

danach gefragt, dann staunt man, was neben der Schulmedizin alles gemacht wird. Insbesondere, wenn Betroffene Angst vor einer gewissen schulmedizinischen Therapie haben, wenn sie unter Nebenwirkungen leiden oder wenn sie eine chronische Erkrankung haben, die die Schulmedizin zwar beeinflussen, aber nicht heilen kann.

Sie haben sich in klassischer Homöopathie und Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM) weitergebildet - warum gerade diese beiden Methoden?

Die klassische Homöopathie ist mir quasi zugefallen: Es gab Abendvorlesungen an der Uni Zürich, die ich aus Neugier besucht habe. Zur Traditionellen Chinesischen Medizin bin ich durch eine Assistenzstelle gekommen, bei der man als Voraussetzung akupunktieren können musste - also habe ich mir die Vor-

kenntnisse angeeignet. Eigentlich steche ich aber gar nicht so gerne, viele andere Aspekte der Chinesischen Medizin wie die Ernährung und die Bewegung interessieren mich mehr. Diese lassen sich auch sehr gut in westliche Behandlungskonzepte einbauen, ebenso die Arzneimittel, die chinesischen Kräuter.

Der deutsche Gesundheitsminister, Karl Lauterbach, will die Homöopathie aus den Kassenleistungen streichen, weil ihre Wirksamkeit nicht belegt sei. Das hat auch hierzulande eine Diskussion ausgelöst. Wie verläuft diese momentan aus Ihrer Sicht?

Die Komplementärmedizin wird von der Bevölkerung immer zusätzlich zur oder anstelle der Schulmedizin genutzt werden. Sie ist in der Schweiz tief verankert, und die Schulmedizin tut daher gut daran, ihre Verantwortung wahrzunehmen, auch in den komplementärmedizinischen Methoden eine hohe Qualität zu gewährleisten – mit gut qualifizierten Ärztinnen und Heilpraktikern. Das schulden wir der Bevölkerung, wir dürfen nicht auf einem Auge blind sein und sagen: Wir machen Schulmedizin, das reicht. Wir schulden es der Bevölkerung und ihren Bedürfnissen, aber auch dem Potenzial und den Ressourcen der komplementärmedizinischen Methoden.

Es gibt wissenschaftliche Studien, die belegen, dass Homöopathie bei diversen Symptomen eine Verbesserung des Gesundheitszustands

«Ich finde es wichtig, dass wir die Forschungsanstrengungen in der Komplementärmedizin verstärken.»

Dr. med. Yvonne Gilli



herbeiführt. Warum haben es diese Belege Ihrer Meinung nach so schwer, zur Kenntnis genommen zu werden?

Wir haben in der Komplementärmedizin einen grossen Forschungsrückstand, es gibt keine Pharmaindustrie, die diese Forschung finanziert. Somit haben wir viel mehr Erfahrungswissen als Forschungswissen. Aber wir sind in der Schweiz in der privilegierten Lage, dass wir an medizinischen Fakultäten forschen können und auch Lehrstühle haben. Nicht überraschend führt das zu neuen Forschungserkenntnissen, und die müssen wir natürlich aktiv in die Öffentlichkeit, in die Politik und in die Fachkreise tragen. Und ich finde es wichtig, dass wir die Forschungsanstrengungen verstärken.

Die Komplementärmedizin ist ja nicht der grosse Kostentreiber, dennoch wird in der Politik immer wieder mal argumentiert, man könnte ohne sie die Gesundheitskosten senken. Was halten Sie von diesem Argument?

Wir wissen aus den Zahlen, dass die ärztliche Komplementärmedizin nicht prämienvirksam ist. Die komplementärmedizinischen Leistungen sind ein freiwilli-

Dr. med. Yvonne Gilli

Seit 2021 ist Yvonne Gilli Präsidentin der Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte FMH, seit 2016 ist sie Mitglied des Zentralvorstands. Die Fachärztin für Allgemeine Innere Medizin FMH praktiziert mit Schwerpunkt Gynäkologie in einer Gemeinschaftspraxis in Wil (SG). Yvonne Gilli verfügt über komplementärmedizinische Ausbildungen in klassischer Homöopathie SVHA und Traditioneller Chinesischer Medizin ASA. Von 2007 bis 2015 sass die heutige FMH-Präsidentin als Nationalrätin der Grünen im Parlament, wo sie sich stark für die Komplementärmedizin einsetzte.

ges Angebot für jene, die es nachfragen – würde es aber aus der Grundversicherung gedrängt, dann hätten nicht mehr alle freien Zugang dazu. Entweder müssten sie die Leistungen selber bezahlen, oder sie müssten eine entsprechende Zusatzversicherung abschliessen. Das kann sich erstens nur eine Minderheit der Bevölkerung leisten, und zweitens bekommt man keine Zusatzversicherung, wenn man unter Vorerkrankungen leidet. Wir behandeln aber ja gerade viele Menschen mit chronischen Erkrankungen und solche, die begleitend zu nebenwirkungsreichen schulmedizinischen Behandlungen Komplementärmedizin beanspruchen. Und genau diese Menschen hätten dann keinen Zugang mehr zu den Leistungen, die jetzt für sie eine grosse Erleichterung darstellen.

Zurück in Ihre Praxis in Wil:

Sie arbeiten als Hausärztin mit Schwerpunkt Gynäkologie. Ist da eine sanfte Medizin besonders gefragt?

Sanftheit wünscht man sich natürlich auch von der Schulmedizin, in einer Schwangerschaft und in der sehr verletzlichen Phase des Säuglings- und Kleinkindalters. Medizin braucht es oft noch

gar nicht so viel, es geht ja um eine Begleitung, nicht um Krankheit. Und es sind Lebensphasen, in denen man sich nicht ausschliesslich auf die Komplementärmedizin verlassen kann, denn wenn es zu Komplikationen kommt, sind diese oft auch aus schulmedizinischer Perspektive nicht harmlos. Ich würde also nie die eine Richtung gegen die andere ausspielen. Die niedrige Müttersterblichkeit haben wir beispielsweise eindeutig der modernen Medizin zu verdanken. Wenn es um Erkrankungen der Kinder geht, ist die Nachfrage nach Komplementärmedizin aber gross, zu einem guten Teil auch, weil die Eltern auf Antibiotika verzichten wollen.

Gerade bei Jugendlichen und Kindern nehmen psychische Beschwerden laufend zu, und die Anlaufstellen der Schulen und Gemeinden sind überlastet.

Was hat die Medizin da zu bieten?

Eine sehr schwierige Frage. Die psychiatrisch diagnostizierten Erkrankungen bei jungen Menschen nehmen zu und die Behandlungsangebote ab, es gibt zu wenig Kinder- und Jugendpsychiaterinnen und -psychiater. Und es gibt auch zu wenig komplementärmedizinisch ausgebildete Ärztinnen und Ärzte. Die Behandlung ist sehr anspruchsvoll und erfordert zum Teil spezialärztliches Wissen, und sie ist sehr zeitaufwendig. Unser Ziel muss sein, zu differenzieren: Wo haben wir eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe, die wir Ärztinnen und Ärzte gar nicht bewältigen können – beispielsweise die Social-Media-Nutzung, die krank machen kann. Von ärztlicher Seite müssen wir beurteilen, ob ein Kind oder ein Jugendlicher gesund ist, aber in einer Lebenskrise steckt aufgrund der Anforderungen, die das Leben an ihn stellt, seien es Schulstress oder eine Trennung der Eltern. Und erst wenn wir erfasst haben, was die Lebenssituation für diese Person bedeutet, können wir sagen, was das geeignete Behandlungsangebot ist und welche Möglichkeiten zur Verfügung stehen. Sicherlich hat die Komplementärmedizin hier auch Potenzial.

Interview: Lukas Fuhrer

Verletzungen bei Kindern

Kleine Blessuren sind schnell geheilt

Die Kindheit ist eine Zeit des Entdeckens, des Lernens und des Wachstums. Diese spannenden Tage gehen oft mit kleineren Verletzungen einher. Kratzer, leichte Verbrennungen oder Prellungen können meist ganz natürlich behandelt werden.

Von Splittern auf dem Pausenhof bis zu leichten Schürfwunden auf dem Spielplatz – kleinere Verletzungen gehören zur Kindheit. Doch keine Sorge, neben Pflastern und Trost gibt es eine Vielzahl natürlicher Mittel, die Sie Ihren Kindern bieten können.

Bei Schnitten und Schürfwunden

Die Wunde sollte sofort und gründlich gereinigt werden, damit sie ohne Komplikationen verheilen kann. Nicht auf offene Wunden pusten, husten oder niesen. Vor der Behandlung wenn möglich die Hände waschen, die schmutzige Wunde mit Trinkwasser oder mit Kochsalzlösung auswaschen und anschliessend desinfizieren. Kleinere Schürfwunden anschliessend mit einem sterilen Verband oder einem Pflaster abdecken. Im Fachhandel sind Wundreinigungsgels, Wundheilsalben oder Spe-

zialsprays auf Ölbasis erhältlich. Überwachen Sie die Wunde auf Anzeichen einer Infektion wie zunehmende Rötung, Schwellung oder Eiterbildung und suchen Sie bei Bedarf fachliche Hilfe auf.

Kleine Verbrennungen

Kühlen Sie die Verbrennung sofort unter lauwarmem (nicht kaltem) fliessendem Wasser für rund 10 Minuten ab. Die Kleider sollten dabei entfernt werden, da sie sonst auf der Haut kleben bleiben können. Stoffe, die bereits an der Haut haften, nicht entfernen, sondern eine Fachperson aufsuchen. Innerlich können Bach-Notfalltropfen oder das Schüssler-Salz Nummer 3 helfen. Zudem können äusserlich leichte Salben, Gele oder Wundaufgaben angewendet werden. Schocksymptome wie Blässe, Zittern, kalter Schweiß oder Verwirrtheit beobachten und bei Unsicherheit direkt den Arzt aufsuchen.

Verstauchungen und Zerrungen

Bei Schmerzen im betroffenen Gelenk, Schwellungen oder Blaufärbungen gilt die PECH-Regel:

P = Pause: das verletzte Glied ausruhen und kein Gewicht darauf lagern.

E = Eis: einen kalten Umschlag oder eine in ein Tuch gewickelte Eispackung auf die Verletzung legen.

C = Compression: den betroffenen Bereich mit einer elastischen Binde komprimieren.

H = Hochlagern: die verletzte Körperstelle hochlagern.

Kühlende Gels für Verletzungen mit Arnika oder Wallwurz finden Sie in der Drogerie oder Apotheke. Innerlich können homöopathische Arzneimittel mit Arnica unterstützend wirken. Bei lang anhaltenden und sehr starken Schmerzen sollte ärztlich abgeklärt werden, ob es sich nicht um einen Bänderriss oder einen Knochenbruch handelt.

Nasenbluten

Auf keinen Fall den Kopf in den Nacken legen! Lassen Sie das Kind aufrecht sitzen und leicht nach vorne lehnen, um zu verhindern, dass Blut in den Rachen fliesst. Ebenso sollte keine Watte in die Nase gesteckt werden, da das Herausziehen die gebildete Kruste wieder öffnen kann. Unterstützend können natürliche Mittel mit Hamamelis und schleimhautpflegende Balsame verwendet werden.



Keine Sorge - Kratzer, leichte Verbrennungen und Prellungen lassen sich oft ganz natürlich behandeln.

Falls Ihr Kind starke Schmerzen hat oder Bedenken hinsichtlich der Art einer Verletzung bestehen, sollte immer ärztliche Hilfe aufgesucht werden.

Lisa Heyl

Den Dachverband braucht es mehr denn je

Im April haben die Mitglieder des Dakomed ihre langjährige Präsidentin Edith Graf-Litscher verabschiedet und ein neues Co-Präsidium gewählt.

Wir stellen Franziska Roth und Martin Bangerter in einem kurzen Gespräch vor.

Franziska Roth, Martin Bangerter, Sie präsidieren seit Kurzem gemeinsam den Dachverband Komplementärmedizin – was hat Sie zu dieser Aufgabe bewegt?

Franziska Roth: Meine Motivation ist, der Bevölkerung eine humane, breite Palette von Möglichkeiten anbieten zu können, die den Prozess der Genesung unterstützen. Es ist mir wichtig, mich in der Politik für die Komplementärmedizin einzusetzen, weil sie keine starke Lobby hat.

Martin Bangerter: Die Komplementärmedizin war ein Teil meiner Ausbildung zum Drogisten und gehört zum Therapieangebot, und ich habe in der Beratung immer wieder gute Erfahrungen mit ihr gemacht. Dasselbe gilt für meine Zeit beim Dakomed, wo ich von 2009 bis 2017 Vorstandsmitglied war, von 2013 bis 2017 als Co-Präsident mit Edith Graf-Litscher. Mir ist wichtig, die integrierte Medizin, also das Zusammenspiel von Schul- und Komplementärmedizin, zu vertiefen sowie Ängste und Widerstände abzubauen.

«Die Komplementärmedizin ist auf ein Sprachrohr in der Politik angewiesen.»

Franziska Roth

Schulmedizin oder Komplementärmedizin oder beides – Hand aufs Herz, was tun Sie, wenn Sie plötzlich starke Kopfschmerzen heimsuchen?

Franziska Roth: Ich trinke Wasser und schaue, ob und wo ich verspannt bin, vielleicht gehe ich spazieren. Dann probiere ich es mit ätherischem Öl oder Tigerbalsam. Ich versuche es mit Kälte oder Wärme, was mir gerade guttut. Wenn ich



Sie wollen die Komplementärmedizin gemeinsam weiterbringen: Ständerätin Franziska Roth und Branchenkenner Martin Bangerter. | Bild: Susanne Keller

aber arbeite und es schnell gehen muss, dann nehme ich Ibuprofen.

Martin Bangerter: Zum Glück benötige ich nicht oft Medikamente – beim Trinken stimme ich Franziska zu, und wenn ich merke, dass das Kopfweh von Verspannungen kommt, versuche ich diese mit Übungen oder Massieren zu lösen. Und dann nehme ich auch mal ein Schmerzmittel. Vor und nach dem Ziehen meiner

Weisheitszähne habe ich mit Arnica D30 sehr gute Erfahrungen gemacht.

Franziska Roth, Sie sind als Ständerätin die Verbindung des Dakomed in die Politik. Warum ist diese Verbindung für den Verband wichtig?

Franziska Roth: Die Verfassung verpflichtet Bund und Kantone, für die Berücksichtigung und die Förderung der Komplementärmedizin zu sorgen. Die Bevölkerung

Franziska Roth

ist Ständerätin (SP) für den Kanton Solothurn. Daneben arbeitet sie als Heilpädagogin mit beeinträchtigten Kindern. Sie präsidiert den Verband Kinderbetreuung Schweiz kibesuisse und den Verein a:primo für die frühe Förderung und Chancengerechtigkeit von Kindern.

Martin Bangerter

ist selbstständiger Experte Gesundheitswesen und Selbstmedikation. Der gelernte Drogist war unter anderem Geschäftsführer und Zentralpräsident des Schweizerischen Drogistenverbands SDV.

hat im Jahr 2009 Ja dazu gesagt. Also müssen wir im Bundeshaus daran arbeiten, ihren Stand weiter zu verbessern, und ich bin überzeugt, dass da noch vieles möglich ist. Die Komplementärmedizin ist auf ein Sprachrohr in der Politik angewiesen, damit ihre Position im Gesundheitswesen verbessert werden kann. Die Nutzung der Komplementärmedizin durch die Bevölkerung hat sich in den vergangenen 20 Jahren verdoppelt – die Abstützung im Parlament hingegen ist nicht mitgewachsen.

Martin Bangerter, Sie übernehmen als Co-Präsident auch die Geschäftsführung des Dakomed. In einem Satz: Warum braucht es diesen Verband?

Martin Bangerter: Den Dakomed braucht es, um in der Schweiz das Zusammenspiel von Schul- und Komplementärmedizin weiter zu fördern, sodass Patientinnen beim Hausarzt und im Spital von einer möglichst grossen Therapieviefalt profitieren. Der Dakomed will zudem die Vielfalt der natürlichen Arzneimittel bewahren, die durch immer strengere Auflagen bedroht ist, sowie die Forschung und Lehre in der Komplementärmedizin weiter voranbringen.

Was wünschen Sie beide sich für Ihre Zusammenarbeit und für die Komplementärmedizin?

Franziska Roth: Mein grösstes Anliegen ist, dass wir unsere fachlichen Argumente und Fakten im Bundeshaus einbringen können.

Martin Bangerter: Ich finde auch, wir sollten die Fakten und Argumente für die Komplementärmedizin selbstbewusst kommunizieren. Da ergänzen wir uns natürlich, wenn ich Ideen und Projekte reingegeben kann und Franziska an der Seite habe, die den Politbetrieb kennt und versteht.

Interview: Lukas Fuhrer

Entdecken Sie unser Online-Infoportal www.millefolia.ch


**www.
millefolia
.ch**

Das Schweizer Infoportal für Komplementärmedizin



Wie wirkt Aromatherapie?

Nutzen Sie die heilsamen Kräfte der ätherischen Öle.



Engagement

Wir kämpfen für die Anerkennung der Komplementärmedizin!

Der Dachverband Komplementärmedizin trägt als Bürgerbewegung den historischen Abstimmungserfolg vom 17. Mai 2009 weiter. Da hinter dem Dachverband keine finanzstarke Pharmaindustrie steht, sind wir auf Ihre Spende angewiesen. Die Komplementärmedizin braucht eine starke Stimme. Dank Ihrer Unterstützung können wir uns für eine bessere Verankerung der komplementärmedizinischen Methoden im Schweizer Gesundheitswesen einsetzen.

Letzter Wille

Merkblatt zum Thema Testament

Der Dakomed ist für seine Arbeit auf Spenden und Legate angewiesen. Möchten Sie den Dachverband Komplementärmedizin in Ihrem Testament berücksichtigen? In unserem Merkblatt finden Sie Antworten auf die wichtigsten Fragen rund um das Thema Testament; Sie erfahren, worauf Sie achten sollten, wenn Sie Ihren letzten Willen schriftlich festlegen wollen. Das Merkblatt senden wir Ihnen gerne kostenlos zu. Ihre Kontaktaufnahme ist unverbindlich und wird vertraulich behandelt.

Wir danken für Ihre Spende!

Ihr Beitrag ermöglicht es uns, die Interessen der Patientinnen und Patienten, die sich komplementärmedizinisch behandeln lassen, gegenüber der Politik und den Behörden zu vertreten.

IBAN Postkonto:
CH87 0900 0000 7009 0700 0



Wer Sport in einem Verein betreibt, bleibt der Sportart länger treu.

Prävention

Die vorbeugende Kraft der Bewegung

Prävention durch Bewegung könnte ein wichtiger Faktor gegen steigende Gesundheitskosten sein. Die aktuellen Erkenntnisse und Zahlen dazu sind eindrücklich.

Bluthochdruck gilt als einer der grössten Risikofaktoren für Herzschwäche, Herzrhythmusstörungen und Arteriosklerose. Vor allem Ausdauertraining wie Wandern, Joggen oder Velofahren gilt als die wirksamste Präventionsmassnahme, wie ein Forscherteam um Professor Henner Hanssen von der Universität Basel zum Schluss kam. Wissenschaftler der Waseda-Universität im japanischen Saitama fanden her-

aus, dass Dehnübungen das Gefässsystem unterstützen und somit Arterien- sowie Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen.

Ausgaben für Prävention «verschwindend klein»

Für Lukas Zahner, Biologe, Master of Sports Sc. und Professor an der Universität Basel, sind solche Erkenntnisse keine Überraschung: «Die nicht übertragbaren Krankheiten wie Diabetes oder Krebs sind zu einem Grossteil über Prävention beeinflussbar.» Mit einem Anteil von etwa 2,5 Prozent an den Gesamtgesundheitskosten sind die Ausgaben für Prävention in der Schweiz – so Lukas Zahner – «verschwindend klein». Der Rest der Ausgaben werde in die sogenannte Reparaturmedizin investiert. «Die Hälfte dieser Krankheiten und bis zu 80 Prozent der Gesundheitskosten liessen sich durch Präventionsmassnahmen wie genügend Bewegung oder gesunde Ernährung verhindern», ist der Wissenschaftler überzeugt. Gegen 50 Milliarden Franken werden in der Schweiz jährlich für die Behandlung von nicht übertragbaren Krankheiten ausgegeben – etwa 25 Milliarden Franken liessen sich laut Lukas Zahner durch Prävention einsparen.

Bewegung auf Rezept

Als innovativer Breitensport- und Gesundheitsverband mit einer 120-jährigen Tradition engagiert sich der Verband vitaswiss (vormals Volksgesundheit) für Bewegung und Gesundheitsprävention (siehe auch Info-Box). Die Präsidentin Laurence Brugger fordert seit Längerem, dass die Bewegung als komplementärmedizinische Präventionsmassnahme anerkannt wird. «Wir wünschen, dass – wie bereits in

«Bis zu 80 Prozent der Gesundheitskosten liessen sich durch Präventionsmassnahmen verhindern.»

Lukas Zahner

Deutschland – Ärztinnen und Ärzte Bewegung auf Rezept verschreiben und ihre Patienten in die Vereine schicken.» Das sei günstiger als kommerzielle Angebote wie Fitnesscenter-Abos. Die Angebote der Vereine sind, so Laurence Brugger, vielseitig und qualitativ. «Die vitaswiss-Kurse werden von gut ausgebildeten, zertifizierten Leiterinnen geführt. Der Verband organisiert zudem laufend Weiterbildungskurse für seine Leiterinnen, was eine hohe Qualität garantiert.»

Dem Sport treu bleiben

Wie eine Studie der Österreichischen Bundes-Sportorganisation aufzeigt, sparte der Gesundheitssektor in Österreich im Jahr 2020 dank der Leistung der Vereine, die aktiv für Bewegung sorgen, 1,45 Milliarden Euro ein. Der soziale Aspekt der Vereine wirke sich ebenfalls positiv auf die Gesundheitsprävention aus, kommt die Studie zum Schluss. Und schliesslich zeigt sie, dass die Chancen, dem Sport länger treu zu bleiben, in Vereinen besser sind als im Individualsport.

Fabrice Müller



Jetzt bequem spenden

Mitglieder anthrosana – Verein für anthroposophisch erweitertes Heilwesen | Förderverein Anthroposophische Medizin | integrative-kliniken.ch | NVS Naturärzte Vereinigung Schweiz | Organisation der Arbeitswelt Alternativmedizin Oda AM | Organisation der Arbeitswelt Komplementär Therapie Oda KT | Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner Spezialisiert in Integrativer Medizin ISMI-PSIM | Schweizerischer Drogistenverband SDV | Schweizerische Gesellschaft für Ganzheitliche ZahnMedizin SGZM | Schweizerische Pharmazeutische Fachgesellschaft für Komplementärmedizin und Phytotherapie FG KMPPhyto | Schweizerische Tierärztliche Vereinigung für Komplementär- und Alternativmedizin | Schweizerischer Verband für komplementärmedizinische Heilmittel SVKH | UNION Schweizerischer komplementärmedizinischer Ärzteorganisationen | vitaswiss

Gönner Alpstein Clinic AG | AMEOS Seeklinikum Brunnen | ASCA Schweizerische Stiftung für Komplementärmedizin | Berufsverband der Tierheilpraktiker*innen Schweiz BTS | Biologische Heilmittel Heel GmbH | Biomed AG | Bio-Medica Fachschule GmbH | Ceres Heilmittel AG | Cranio Suisse® | Dr. B. K. Bose Stiftung | Dr. Noyer AG | ebi-pharm ag | ErfahrungsMedizinisches Register EMR | Förderverein Anthroposophische Medizin | H-M-Stiftung | Hänseler AG | Heidak AG | Homöopathie Schweiz | Iscadore AG | KineSuisse – Berufsverband für Kinesiologie | Klinik Arlesheim | Maharishi Ayurveda Products | Max Zeller Söhne AG | Organisation der Arbeitswelt Komplementär Therapie Oda KT | Paramed AG | Permamed AG | Phytomed AG | Regena AG | Schwabe Pharma AG | Schweizerische Pharmazeutische Fachgesellschaft für Komplementärmedizin und Phytotherapie FGKMPPhyto | Schweizerischer Verein Homöopathischer Ärztinnen und Ärzte SVHA | Shiatsu Gesellschaft Schweiz | Similasan AG | SNE Stiftung für Naturheilkunde und Erfahrungsmedizin | Spagyros AG | Stiftung Sokrates | Swiss Mountain Clinic AG | Verband Rhythmische Massage Schweiz VRMS | Verein Anthroposophische Pflege in der Schweiz APIS-SAES | Verein zur Förderung Anthroposophischer Institutionen | vita steps | WALA Schweiz GmbH | Weleda AG

Impressum

Dachverband Komplementärmedizin
Amthausgasse 18, 3011 Bern
www.dakomed.ch; E-Mail: info@dakomed.ch
Redaktionsleitung: Walter Stüdeli, Lukas Fuhrer
Fotos: Susanne Keller (Bern), freepik, unsplash
Gestaltung: www.bueroz.ch
Druck: Funke Lettershop AG, Zollikofen
facebook.com/millefolia

