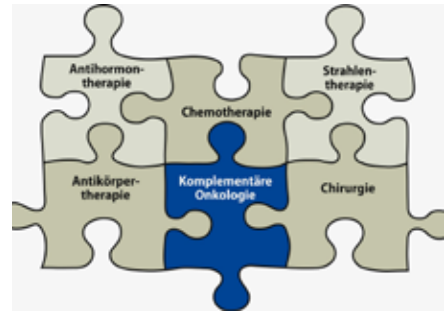


Die biologische, ganzheitlich ausgerichtete Krebsmedizin konkurriert nicht mit den schulmedizinischen Behandlungsverfahren. Sie ist ein wesentlicher Baustein in der modernen Krebsbehandlung. Definitionsgemäß sind komplementärmedizinische Maßnahmen Ergänzungen oder Optimierungen der Standardtherapien. Sie sind zu unterscheiden von „alternativen Therapien“, die erprobte Standardtherapien ersetzen sollen (alternativ = entweder / oder).

Die schulmedizinischen Therapien sind objektiv betrachtet auf das akute Krankheitsgeschehen bezogen und haben sich als sinnvoll erwiesen. Die gängigen schulmedizinischen Verfahren bei einer Krebserkrankung sind: Chirurgie, Chemotherapie, Strahlentherapie, Antihormontherapie und Antikörpertherapie. Die biologische Tumortherapie – auch



Komplementäre Onkologie genannt - versteht sich vielmehr als eine komplementäre Medizin, die die schulmedizinischen Verfahren ergänzt und in ihrer Wirkung unterstützt (siehe Schaubild). Wie Puzzlesteine greifen die Behandlungen der Schulmedizin und die Komplementäre Tumortherapie ineinander. Komplementäre Behandlungsverfahren können einen erheblichen Beitrag leisten, dass sinnvolle und notwendige konventionelle Krebstherapien nicht nur besser vertragen werden, sondern auch die therapeutische Effizienz gesteigert wird. Im Idealfall werden Tumorpatienten in einem disziplinübergreifenden Netzwerk versorgt. Dabei werden sinnvolle konventionelle Therapieelemente mit ganzheitlich-biologischen Behandlungskonzepten optimal aufeinander abgestimmt.

Rund 80% aller an Krebs erkrankten Menschen wünschen sich eine ergänzende biologische Therapie. Naturheilverfahren erfordern aber auch Eigeninitiative und Eigenverantwortung von Patienten und können so den Gefühlen der Ohnmacht und Angst entgegenzutreten, die mit einer Krebserkrankung oftmals einhergehenden.

Ziel in der Krebsbehandlung sollte sein: nicht die alternative, sondern die

komplementäre Behandlung. Bei einer so schwerwiegenden Erkrankung sollte aus beiden medizinischen Lagern das Beste zusammengeführt werden. Von Chirurgie, Chemotherapie, Bestrahlung, Antikörper- und Antihormontherapie über Phytotherapie, Enzymtherapie, Hyperthermie, Tumorimpfung bis zur Immunstimulation. Zur Optimierung der Therapieergebnisse und zum größtmöglichen Nutzen für den Patienten. Gerne informieren wir Sie in einem persönlichen Gespräch über die unterschiedlichen Therapiemöglichkeiten.

Licht ins Dunkel bringen



Von Dipl. Psych. Stefan H. Heuel

Die Winterdepression, auch als saisonale affektive Störung bekannt (treffend abgekürzt mit SAD), wirft einen Schatten auf die Wintermonate und beeinträchtigt das emotionale Gleichgewicht vieler Menschen. Begriffe wie „Melancholie“, „Winter-Blues“ und „Winterdepression“ werden dabei gern miteinander vermischt, denn neben subtilen Unterschieden gibt es auch Gemeinsamkeiten. Hier sollen diese psychischen Zustände differenziert werden, um mehr Verständnis für wirkungsvolle Abhilfe zu schaffen.

Melancholie

Die Melancholie, eine facettenreiche Gemütsverstimmung, entsteht durch ein komplexes Zusammenspiel von genetischen, neurobiologischen, psychologischen und Umweltfaktoren. Die genetische Disposition spielt hierbei eine nicht zu vernachlässigende Rolle, da Studien darauf hinweisen, dass eine familiäre Vorbelastung das Risiko für Melancholie erhöhen kann. Auf neurobiologischer Ebene stehen Ungleichgewichte in den Neurotransmittersystemen, darunter Serotonin, Noradrenalin und Dopamin, im Zusammenhang mit dem Auftreten einer Melancholie. Diese Botenstoffe sind essenziell für die Regulation von Stimmung und Emotionen. Psychologische Faktoren wie traumatische Erfahrungen oder anhaltender Stress begünstigen eine melancholische Stimmungslage zusätzlich; ebenso negative Denkmuster und eine Neigung zur Selbstkritik. Während der

Romantik im 18. und 19. Jahrhundert wurde die Melancholie oft romantisiert und als Quelle kreativer Inspiration betrachtet. Künstler und Schriftsteller beschäftigten sich mit verschiedenen Stimmungen, die an Jahreszeiten gebunden waren. Spätestens mit dem Fortschritt in der Medizin, insbesondere im 20. Jahrhundert, begann man, saisonale Stimmungstörungen ernster zu nehmen. Die Melancholie ist symptomatisch durch eine langanhaltende Niedergeschlagenheit, Schlafstörungen, Appetitveränderungen, Energielosigkeit und einen generellen Interessenverlust charakterisiert. Es handelt sich um einen emotionalen Zustand, der das tägliche Funktionieren erheblich beeinträchtigen kann und der regelmäßig mit einer ausgeprägten Traurigkeit einhergeht. Die Behandlung von Melancholie umfasst oft eine Kombination aus Psychotherapie und gegebenenfalls medikamentöser Unterstützung. Therapeutische Ansätze sind darauf ausgerichtet, die zugrunde liegenden Ursachen zu verstehen und einen konstruktiven Umgang mit dieser Gemütslage zu entwickeln.

Winter-Blues

Der Begriff „Winter-Blues“ ist relativ modern und reflektiert den informelleren Sprachgebrauch des 20. Jahrhunderts. Die Stimmungseintrübung zeigt sich in vorübergehenden Symptomen wie erhöhter Müdigkeit, verminderter Energie, gesteigertem Schlafbedürfnis und einer allgemeinen Antriebslosigkeit. Diese Symptome sind in der Regel leichter Natur und beeinflussen das tägliche Funktionieren nicht unbedingt signifikant. Als Hauptursache für den Winter-Blues ist ein Mangel an Sonnenlicht während der Wintermonate zu nennen. Dies führt zu einer Verschiebung des circadianen Rhythmus und in der Folge zu einem Rückgang der Serotoninproduktion im Gehirn. Die Therapie des Winter-Blues konzentriert sich oft auf nichtpharmakologische Ansätze, darunter vermehrte Tageslichtexposition, regelmäßige körperliche Aktivität und eine aktive Teilnahme an sozialer Interaktion, anstatt sich „einzugeln“.

Winterdepression (SAD)

Eine Winterdepression, auch als „saisonale affektive Störung“ (SAD) bezeichnet, umfasst generell die Symptome des Winter-Blues, jedoch verstärkt und länger anhaltend. Darüber hinaus treten in vielen Fällen soziale Isolation, Gewichtszunahme und ein erheblicher Rückgang der Lebensqualität auf. Eine Winterdepression geht auf ähnliche Ursachen zurück wie der Winter-Blues, wobei genetische und neurobiologische Faktoren eine stärkere Rolle spielen.

Der saisonale Charakter der Erkrankung ist jedoch gleichfalls sehr auffällig. Kulturelle Unterschiede beeinflussen die Prävalenz der Winterdepression, die in Regionen mit extremen Jahreszeiten häufiger auftritt. Historisch betrachtet hat sich die Wahrnehmung jahreszeitlicher Stimmungsschwankungen von mystischen Überlegungen hin zu einer modernen medizinischen Anerkennung gewandelt. In der Antike, insbesondere im Rahmen der Humoralmedizin (von lateinisch humores - Körpersäfte), wurde sie als eine Folge von Ungleichgewichten der Körpersäfte interpretiert. Noch im Mittelalter schrieb man die Melancholie einem Überschuss an schwarzer Galle zu, bevor sie in unseren Tagen - und inhaltlich sicher verkürzt - diagnostisch den rezidivierenden, depressiven Störungen zugeordnet wurde. Die Behandlung einer Winterdepression beinhaltet oft Lichttherapie, Psychotherapie, regelmäßige Bewegung im Freien und bei Licht und schließlich auch medikamentöse Optionen wie Antidepressiva - bevorzugt in dieser Reihenfolge. Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Melancholie, Winter-Blues und Winterdepression:

- **Saisonalität:** Melancholie ist nicht saisonal gebunden, während sowohl Winter Blues als auch Winterdepression auf die Wintermonate beschränkt sind.
- **Lichtmangel:** Alle drei Zustände können durch einen Mangel an Sonnenlicht beeinflusst werden, wobei die Winterdepression besonders deutlich auf diese Behandlung anspricht.
- **Behandlung:** Nicht-pharmakologische Ansätze wie Psychotherapie und Bewegung sind bei allen drei Zuständen relevant.

Die Winterdepression kann jedoch zudem spezifischere Therapieansätze wie Lichttherapie erforderlich machen. Die Notwendigkeit einer individuellen Herangehensweise für eine erfolgreiche Bewältigung emotionaler Herausforderungen liegt auf der Hand. Entscheidend ist, die jeweiligen Symptome genau zu verstehen, denn nur so werden eine gezielte Unterstützung und angemessene Interventionen ermöglicht. Eine geeignete Behandlung, ausdrücklich und besonders auch Eigenbehandlung, macht den Weg frei zu deutlich mehr Lebensqualität und der Zuversicht, dass nach einer dunklen Zeit auch wieder Licht und Wohlbefinden ins eigene Leben kommen.

PRAXISLEBEN Wir lassen Sie teilhaben

Verleihung



Die Swiss University of Traditional Chinese Medicine verleiht Prof. h.c. (Shanghai) Dr. med. Harald Gumbiller den Titel Doctor in Traditioneller Chinesischer Medizin. „Eine kontinuierliche Sicherstellung und Weiterentwicklung der Qualität im Alltag von Bildung, Forschung und Klinik ist das oberste Ziel der SWISS TCM UNI“. So schreibt es die Universität auf ihrer Homepage. Unter diesem Motto freuen wir uns mit dem Gründer und Ideengeber des Priamed und gratulieren ganz herzlich zum neuerworbenen Titel. Auch für unser Ärztehaus geht es stets um eine Optimierung unserer medizinischen Standards. Wir sind fest davon überzeugt, dass eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen und die Integration verschiedener medizinischer Ansätze zu den besten Ergebnissen führen. Unser Team aus erfahrenen Ärzten und Therapeuten ist stets auf dem neuesten Stand der medizinischen Forschung und bildet sich kontinuierlich weiter, um Sie auf Ihrem Weg zu einem gesunden und erfüllten Leben zu begleiten.

Notfallschulung



Zum Qualitätsmanagement unseres Hauses gehört es, dass unser Team bestens auf mögliche Notfallsituationen vorbereitet ist. Um sicherzustellen, dass wir alle im Haus im Fall der Fälle angemessen reagieren können, haben sich unsere Mitarbeiter unter der Leitung des angehenden Mediziners, Dominik Gumbiller, zu einer der wichtigsten Fortbildungsmaßnahmen getroffen. Die Notfallschulung basiert auf den

aktuellen Leitlinien und Empfehlungen der medizinischen Fachgesellschaften und wird regelmäßig aktualisiert, um den neuesten Standards zu entsprechen. Denn die Sicherheit unserer Patienten steht für uns an erster Stelle.

Photovoltaikanlage



Wir freuen uns, Ihnen mitteilen zu können, dass das Priamed einen weiteren Schritt in Richtung Zukunft und Nachhaltigkeit gemacht hat. Ab sofort können wir Ihnen eine neue Photovoltaikanlage auf unserem Ärztehaus präsentieren! Als medizinische Einrichtung ist es uns wichtig, nicht nur für Ihre Gesundheit zu sorgen, sondern auch unseren Beitrag zum Umweltschutz zu leisten. Mit der Installation dieser Anlage haben wir den Anfang für ein energieeffizientes Konzept gemacht, das uns ermöglicht, unseren eigenen Strom zu erzeugen und somit unseren ökologischen Fußabdruck mit sauberer Energie zu reduzieren. Wir können ab sofort einen Großteil unseres Strombedarfs selbst decken und sind weniger abhängig von herkömmlichen Energiequellen. Dies ermöglicht es uns, nicht nur Kosten zu sparen, sondern auch aktiv zur Reduzierung von CO2-Emissionen beizutragen. Durch die Nutzung erneuerbarer Energien möchten wir Vorbild sein und sind stolz, dass wir mit dieser Investition einen Beitrag zur Energiewende leisten können. Wir freuen uns mit Ihnen gemeinsam den Weg in eine nachhaltige Zukunft zu beschreiten und Ihnen eine umweltfreundliche Umgebung bieten zu können. Vielen Dank für Ihr Vertrauen und Ihre Unterstützung!

Ihr Priamed Team

Sie können alle Ausgaben unserer Priamed News auch unter www.priamed.de downloaden.

Oder besuchen Sie uns auf



Herausgeber: Priamed GmbH