Verehrte Leserin, verehrter Leser, liebes Mitglied,

seit dem 21. März 2015 ist die naturheilkundliche Szene um eine Institution reicher: unseren Europäischen Naturheilbund (ENB), der an diesem denkwürdigen Samstag aus der Taufe gehoben wurde.

Dass der größte deutsche Naturheilverein mit Sitz in Pforzheim und, sage und schreibe, 2.300 Mitgliedern die Vorreiterrolle übernommen und sich unserem neuen Verband bereits angeschlossen hat, freut mich persönlich natürlich ganz besonders. Und so heiße ich Sie unter dem Dach des ENB, der in Zukunft noch weiteren Naturheilvereinen ein Zuhause bieten will und wird, sehr herzlich Willkommen!

Gemeinsam mit meinem geschätzten Freund und Kollegen Dr. Karsten Ostermann darf ich als Kopf und Herz des Europäischen Naturheilbundes wirken. Und weil nur derjenige eine Chance auf erfolgreiche und effektive Verbands- und Vereinsarbeit hat, der sich als Teamplayer versteht, sind wir glücklich, dass unseren Vorstand eine junge Mannschaft ergänzt, die längst weiß, dass Gesundheit vielleicht nicht alles, ohne Gesundheit aber alles nichts ist.

Hohe Ziele haben wir uns im Vorstand gesteckt. Ziele, die - wie immer, wenn es um den Dienst am Menschen und um die Gesundheit geht - nicht nur unser gesamtes Engagement sondern auch unser volles Verantwortungsbewusstsein fordern. Zum einen ist es die Verbreitung und Bewahrung bewährter deutscher und europäischer Verfahren der Naturheilkunde, die wir uns auf die Fahnen schreiben. Zum anderen möchten wir mit dem ENB gesundheitsbewusste Laien beraten, aufklären und informieren. Weder Scheuklappen noch kompliziertes Medizinerlatein oder Halbgötter in Weiß finden hier Platz. Denn in unserem Fokus steht: der ganze Mensch. Er soll verstehen und vertrauen. In seine Selbstheilungskräfte, die nichts so sehr anzuregen vermag wie die natürliche Heilkunde – eine Allzweckwaffe vor allem auch dann, wenn es um Gesunderhaltung geht.

Die Zeit für unseren Europäischen Naturheilbund ist mehr als reif. Man muss nur einen flüchtigen Blick in die bedeutenden medizinhistorischen Werke werfen: Hippokrates, Galen, Celsus, die Schule von Salerno - wer sich mit Naturheilkunde beschäftigt, befasst sich mit Europa. Natürliche Medizin war, ist und bleibt eine europäische Angelegenheit. Mit

dem ENB werfen wir einen Blick über den alternativmedizinischen Tellerrand Deutschlands. Indem wir so von unseren europäischen Nachbarn lernen und sie lehren, was unsere naturheilkundliche Tradition bedeutet, fördern wir uns nicht nur gegenseitig, wir öffnen auch unser Bewusstsein, erweitern unseren Horizont und besinnen uns auf die eigentlichen Wurzeln der Naturmedizin.

„Die Bäume mit den tiefsten Wurzeln sind die, die am höchsten wachsen", schreibt der französische Dichter Frédéric Mistral, und die Entscheidung, einen Baum in den Mittelpunkt unseres ENB-Logos zu rücken, war schnell gefällt. Wohl kaum etwas symbolisiert Natur, Kraft, Stärke und Beständigkeit wie der Baum. In unserem Fall trägt er in seiner grünen Baumkrone gut erkennbar Europa. Das Blau unseres ENB-Schriftzuges steht für das Wasser - das Element, ohne welches kein Geschöpf lebensfähig ist, und das sich in seiner unvergleichlichen Flexibilität allen Gegebenheiten anpasst und sich durch nichts aufhalten lässt.

Dass wir uns zusammen mit Ihnen, unseren Mitgliedern, den wichtigen Aufgaben des Europäischen Naturheilbundes widmen und stellen und miteinander wie aneinander wachsen dürfen, erfüllt uns mit Freude und Dankbarkeit.

In diesem Sinne verbleibe ich mit den besten Wünschen. Auf eine gemeinsame, erfolgreiche Zeit!

Ihr Peter Emmrich

Präsident des Europäischen Naturheilbundes (ENB)

ENB Einhefter Pilot.indd 1 07.04.15 15:04

Kopf und *Herz* des ENB - Der Präsident und sein Vize stellen sich vor

Liebe Mitglieder,

eigentlich bin ich bekannt wie ein bunter Hund: als Urgestein des NHV Pforzheim, das sein Herz auf der Zunge trägt und mit Emotion und Engagement für unseren Verein, vor allem aber unsere gemeinsamen Ideale brennt. 2015 bricht mit dem Europäischen Naturheilbund (ENB) eine neue Ära an, an der ich als Präsident des Verbandes maßgeblich mitwirken möchte. Und so ergreife ich die Gelegenheit beim Schopf und stelle mich nochmals eingehend vor:

Gestatten, Peter Emmrich, Jahrgang 1963, Diplom-Biologe, Facharzt für Allgemeinmedizin mit den Zusatzbezeichnungen Homöopathie, Naturheilverfahren, Akupunktur, Manuelle Medizin, Sportmedizin und Palliativmedizin. In erster Linie aber Natur- wie Menschenfreund, Energiebündel und Visionär voller Ideen und Tatendrang.

Mit starkem Konzept und vollem Einsatz für Pforzheim aktiv

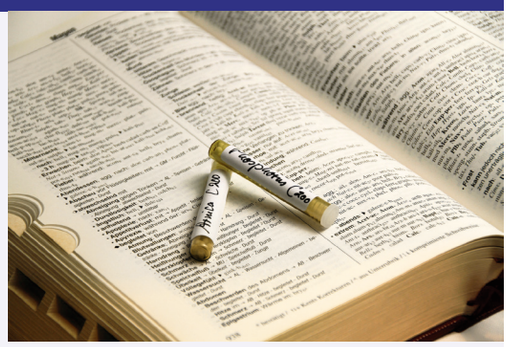
Meine persönliche Geschichte ist unmittelbar mit der Historie des Naturheilvereins Pforzheim verknüpft. 1995 wurde ich dort zum Zweiten, nur zwei Jahre später zum Ersten Vorsitzenden gewählt. Zum Zeitpunkt meiner Amtsübernahme steckte der Verein, dem damals 1.150 Mitglieder angehörten, tief in den roten Zahlen. Mit einem gut durchdachten Konzept für gezielte Mitgliederwerbung, mitreißenden Veranstaltungen und durch wohl überlegtes Wirtschaften gelang es, den Konkurs abzuwenden und binnen weniger Jahre schwarze Zahlen zu schreiben. Durch intensive Arbeit an der Basis konnte ich - gemeinsam mit meinem hervorragenden Team - die Mitglieder unseres NHVs verdoppeln, so dass ihm heute, sage und schreibe, 2.300 Mitglieder angehören.

Der ENB hat ein riesiges Potenzial, und wir schöpfen es aus

Die Vereinsarbeit an der Basis und der intensive Kontakt mit eigenverantwortlich handelnden Menschen, mit denen mich die gleichen Ideale und die Liebe zur Naturheilkunde verbinden - das ist es, was mich beflügelt und mich antreibt. Auf meinen vielen Vortragsreisen komme ich immer wieder mit offenen, interessierten Menschen in Kontakt, darf Gespräche führen, die inspirieren, und erhalte Anregungen, die mich in meiner Arbeit unterstützen. Gleichzeitig konnte ich anderen hier und da Impulse geben und sie motivieren, sich für die Belange von Mensch und Natur einzusetzen.

In meiner Hausarztpraxis, in der Naturheilverfahren und Homöopathie an erster Stelle stehen, erlebe ich täglich, wie groß der Wunsch der Menschen nach ganzheitlicher Behandlung ist. Der Erfolg unserer Pforzheimer Bücherzentrale zeigt mir, wie sehr sie nach Informationen zu Genesung und Gesunderhaltung mit Naturheilverfahren dürsten. Das Potenzial für unseren Verband ist, sofern wir die richtige Zielgruppe ansprechen, riesengroß. Dies werden wir ausschöpfen.

Meine Arbeit und ich stehen für Wachstum. Daran orientieren sich



auch meine Ziele für den Europäischen Naturheilbund: Die Priorität liegt für mich auf der Gewinnung von Neumitgliedern, der Förderung von weiteren Naturheilvereinsgründungen. All dem übergeordnet ist das Streben, die Bekanntheit der Naturheilkunde im Allgemeinen und die des Europäischen Naturheilbundes im Besonderen in der Bevölkerung zu vergrößern. Um dieses Vorhaben zu realisieren, werden wir viele Wege beschreiten.

Wissen ist Macht! Darum vermitteln wir es

Einer davon wird die Ausbildung zum ENB-Naturheilkundeberater sein, mit der wir im Herbst diesen Jahres starten: ein fundierter Lehrgang für diejenigen, die mit solidem, seriösem, naturheilkundlichem Basiswissen aktiv beraten möchten. Einen umfassenden Lehrplan habe ich für diese Bildungsmaßnahme bereits entwickelt, der, wo immer möglich, thematisch in die Tiefe geht, und von dem die Absolventen sowohl persönlich als auch für die Arbeit in ihrem regionalen Naturheilverein profitieren. Einige hochkarätige Dozenten, die ich für das Konzept begeistern konnte, haben schon jetzt zugesagt!

Manches konnte ich erreichen, Vieles habe ich noch vor! Ich kann und möchte etwas bewegen. Doch nicht allein. Sondern gemeinsam mit Ihnen und zusammen mit meinem energiegeladenen Vorstandsteam, und all das unter dem Dach des ENB.

Herzlichst,

Ihr Peter Emmrich

Sehr verehrte Mitglieder,

zusammen mit meinen Vorstandskollegen habe ich 2012 den Naturheilverein Berlin-Brandenburg e.V. gegündet, dem ich als Erster Vorsitzender vorstehe. Das dritte Jahr erfüllt meine Arbeit für diesen Verein, der konstant und stetig wächst, mich mittlerweile schon mit großer Freude. Und da auch ich vor Ideen und Tatkraft für den Europäischen Naturheilbund sprühe, nehme ich gemeinsam mit meinem erfahrenen Freund und Kollegen Peter Emmrich auf dem Führungstandem Platz.

Wo immer es möglich ist: Naturheilkunde integrieren!

Mein Name ist Dr. Karsten Ostermann, ich bin Jahrgang 1972, verheiratet und zweifacher Familienvater. Seit 2002 lebe ich meine Berufung und arbeite als Arzt in den Bereichen Allgemeinmedizin und Spezielle Schmerztherapie sowie Naturheilverfahren mit dem besonderen Schwerpunkt der Traditionellen und Integrativen Medizin. Umfangreiche Aus- und Fortbildungen habe ich zur Traditionellen Chinesischen Medizin, schwerpunktmäßig zur Akupunktur in Deutschland und China absolviert. Im Masterstudium für Komplementäre Medizin und Kulturwissenschaften habe ich mich mit diversen Naturheilverfahren, Biologischer Schmerzmedizin, Orthomolekularer Medizin und der Traditionellen Abendländischen Medizin beschäftigt. Auch bin ich Dozent für Ohrakupunktur nach Nogier, ärztlicher Klangtherapeut und Seminarleiter für Autogenes Training und Muskelrelaxation nach Jacobson. Seit Januar diesen Jahres agiere ich als Geschäftsführer und Medizinischer Leiter des Medizinischen Versorgungszentrums (MVZ) Teltow.

Ich bin ein Verfechter der fruchtbaren Koexistenz von Traditioneller Abendländischer (TAM) und Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM), denn beide bieten Verfahren, die sich nicht nur bestens miteinander vereinbaren lassen sondern sich auch hervorragend ergänzen. Der Schwerpunkt meiner Arbeit liegt in der Integrativen Medizin, der Verbindung von wissenschaftlicher Medizin mit moderner und traditioneller Naturheilkunde.

Selbstfürsorge - und Sorge um den Nächsten

Ganz besonders am Herzen liegt mir das Sozialprojekt unseres Naturheilvereins Berlin-Brandenburg e. V., das ich aktuell in Kooperation mit der Selbsthilfekontaktstelle des Mittelhof e. V. leite. Im Rahmen dieses Projektes führen wir einmal wöchentlich eine unentgeltliche naturheilkundliche Beratung und Sprechstunde für obdachlose, sozial schwache und bedürftige Menschen mit gesundheitlichen Problemen durch. Hierbei bedienen wir uns ausschließlich der Methoden, die die Selbstheilungskräfte des Organismus für Heilung und Vorbeugung von Erkrankungen anregen. Genau dort setzen auch meine Ziele für den Europäischen Naturheilbund an, die ich in den kommenden Jahren anpacken möchte: unser Verband, der so viele hochengagierte Menschen vereint, ist prädestiniert für die Realisierung weiterer sozialer Projekte mit naturheilkundlichem Schwerpunkt. Denn Naturheilkunde ist Selbstfürsorge, aber auch Sorge um den Nächsten.

Im Großen wie im Kleinen scheint mir ein gutes Netzwerk nützlich und vorteilhaft: Daher ist es mein Wunsch ein solches mit anderen wichtigen Organisationen wie z. B. dem ZAEN, der IGHH und dem Biochemischen Bund aufzubauen, aber auch unter unseren Mitgliedern möchte ich die internen Bindungen forcieren. Es ist mir wichtig die Arbeit an der Front zentral zu unterstützen.

Der Europäische Naturheilbund bietet schier unendliche Möglichkeiten: vor allem die, wertvolle Synergieeffekte zu nutzen. Wenn wir uns entwicklungsbereit zeigen, Augen und Ohren offen halten, können wir in Europa auch auf naturheilkundlicher, komplementärmedizinscher Ebene viel voneinander lernen.

Darauf freut sich gemeinsam mit Ihnen

Ihr Dr. Karsten Ostermann

ENERGIEGELADEN - NATURVERBUNDEN - BEGEISTERND

ENB Einhefter Pilot.indd 3 07.04.15 15:04

Aus der ärztlichen Praxis

Colitis ulcerosa: Symptome im Griff dank Weihrauch

Heinrich J. (54, Name von der Redaktion geändert) leitet eine Bankfiliale und ist bei Belegschaft und Kunden sehr beliebt. Letztlich ist das der Grund seiner Erkrankung. „Everybody's Darling" zu sein kann auch zum Nachteil werden, vornehmlich dann, wenn man es jedem recht machen möchte und die eigenen Gefühle unterdrückt. Die chronische Spannung zwischen Bewusstsein und Unterbewusstsein kann die körpereigenen Regulationskräfte irgendwann derart überlasten, dass sich auf körperlicher Ebene Symptome zeigen.

Massive Darmentzündung machte OP erforderlich

So auch bei Herrn J.: Seit viereinhalb Jahren leidet er unter wiederkehrendem Darmbluten. Untersuchungen bestätigten eine Colitis ulcerosa. Das ist eine akute oder chronische Schleimhautentzündung des Dickdarmes mit Ausbildung von Geschwüren der oberfächlichen Schleimhautschicht. Gleich beim ersten Schub war sein Darm so geschwürig entzündet, dass kein Medikament mehr richtig Wirkung zeigte und operativ ein Stück Dickdarm entfernt werden musste.

Danach hatte er fast drei Jahre keine Beschwerden mehr. In den darauffolgenden 18 Monaten beklagte er jedoch mehrere Schübe, musste starke, entzündungshemmende Mittel einnehmen und war jedes Mal für Wochen krankgeschrieben. Nebenbei bemerkte er eine deutliche Gewichtszunahme unter der Kortisoneinnahme. Anfang 2011 begab er sich während eines Schubs, mittlerweile war es der fünfte, in naturheilkundliche Behandlung. Er erhielt täglich dreimal drei Tropfen des akuten Entzündungsmittels der Homöopathie, dem aus dem Gift der Tollkirsche gewonnenen Mittel Belladonna, in der 12. LM-Potenz. Zur Verbesserung des Darmmilieus bekam er den Keim Escherichia coli (z. B. Mutaflor®, Symbioflor® 2, Rephalysin® C) als Kapsel einmal morgens nüchtern verordnet und darüber hinaus zur Stärkung des Immunsystems und gegen die Schmerzen ein Weihrauchpräparat (siehe auch den *Naturarzt*-Artikel „Vielversprechendes Weihrauchharz" in Ausgabe 4/2007) mit einer Dosierung von anfangs dreimal fünf Kapseln täglich.

Räucherwerk im Dienste der Gesundheit

Weihrauch wird sowohl bei Gelenkschmerzen (Arthritis, Rheuma) oder Entzündungen des Magen-Darm-Traktes als auch bei Gehirntumoren erfolgreich eingesetzt. Meist kann schon kurz nach Einnahmebeginn der Gebrauch von Schmerzmitteln des Typs NSAR (nichtsteroidale Antirheumatika) mit abschwellender, entzündungshemmender Wirkung reduziert oder in Einzelfällen sogar überfüssig werden. Das gleiche gilt für Cyclooxigenasehemmer (ebenfalls entzündungshemmend), Kortison und Antiepileptika (beim Gehirntumor). Leider ist der Wirkstoff in Deutschland nicht als Medikament zugelassen, sondern nur als Nahrungsergänzungsmittel in Apotheken erhältlich. Bei einer Konzentration von 400 mg Weihrauch-Harz pro Kapsel richtet sich die Tagesdosis der ersten acht Wochen wie folgt nach dem

Weihrauch ist meist nur als religiös genutztes Räucherwerk bekannt. Sein Gesundheitsnutzen spricht sich erst allmählich herum.

Beschwerdebild des Patienten:

- anhaltende Beschwerden:
  3-mal 3 Kapseln
- stärkere Beschwerden:
  3-mal 4 Kapseln
- sehr starke Beschwerden (u.a. beim Einsatz hoher Dosen NSAR, Kortison, Chemo- oder Strahlentherapie):
  3-mal 5 bis 6 Kapseln.

Nach Wirkungseintritt des Weihrauch-Harzes können chemische Präparate langsam ausgeschlichen werden. So auch in unserem Fall. Herr J. berichtete schon nach wenigen Tagen von einer deutlichen Besserung der Schmerzen. In den nächsten acht Wochen klangen sie vollständig ab. Eine anschließend durchgeführte Darmspiegelung bestätigte die Abheilung der Dickdarmschleimhaut.

Inzwischen lebt er schon mehr als ein Jahr symptomlos. Sollte die Entzündung wieder aufflammen, kommt wieder Weihrauch zum Einsatz. Nebenbei hat sich sein Gewicht bei gleicher Kost normalisiert. Herr J. hat gelernt, mehr auf sich zu achten und gegebenenfalls auch „Nein" zu sagen.

Auszug aus dem neuen, soeben erschienenen Sonderdruck von
Peter Emmrich

Nachhaltige Heilung kann nur von innen kommen
Was mit Hahnemann, Schüßler, Kneipp & Co. möglich ist

32 Seiten für € 7,--
zzgl. Versandspesen € 1,50

Zu beziehen über die Bücherzentrale des Naturheilvereins Pforzheim unter
Tel. 07231/358866 oder Fax 07231/314080

Herausgeber & Redaktionsanschrift:
Europäischer Naturheilbund
Christophallee 21
75177 Pforzheim
Peter Emmrich (Verantw.)

Bildnachweis: freepik, fotolia, privat

ENB Einhefter Pilot.indd 4 07.04.15 15:04