

## Naturheilkunde und Mind-Body-Medizin in der Arbeitswelt

Naturheilkunde und Mind-Body-Medizin beschäftigen sich mit dem Einfluss des Lebensstils auf die Gesundheit. Dabei wird davon ausgegangen, dass der menschliche Organismus sich selbst reguliert, wenn er Gelegenheit dazu bekommt. Selbstregulation und Selbstheilung zu ermöglichen und zu fördern ist daher das Hauptziel naturheilkundlicher und Mind-Body-medicinischer Therapien. So gehören die Förderung gesundheitsgerechter Ernährung und Bewegung und vor allem das Thema Stress und Stressbewältigung zum Interventionskatalog der naturheilkundlichen und Mind-Body-medicinischen Behandlung der Zivilisationserkrankungen und finden sich zunehmend auch in den Behandlungsleitlinien wieder.

Dabei dürfte klar sein, dass es wesentlich aufwendiger und leidvoller ist, manifestierte Erkrankungen zu kurieren, als im Vorfeld Bedingungen zu schaffen, die eine dauerhafte Balance aus Belastungen und Selbstregulation ermöglichen. Die Frage, wie sich Arbeitsbedingungen so gestalten lassen, dass die Beschäftigten dauerhaft über Jahrzehnte gesund und leistungsfähig bleiben können, wird mit dem demografisch bedingten steigenden Durchschnittsalter der Arbeitsbevölkerung zunehmend auch volkswirtschaftlich relevant. Doch klassische Arbeitssicherheitsvorkehrungen sowie die gesetzlich garantierten Regelungen der Arbeits-, Pausen- und Urlaubszeiten greifen immer weniger, je mehr die Grenzen zwischen Arbeits- und Freizeit verschwimmen. Hier sind neue Strategien gefragt. So werden gegenwärtig am Stiftungslehrstuhl für Naturheilkunde und Integrative Medizin

in Essen im Auftrag des Bundesministeriums für Bildung und Forschung in Zusammenarbeit mit dem Institut für angewandte Innovationsforschung in Bochum modellhaft Empfehlungen für die Beschäftigung älterer Kreativer erarbeitet ([www.kreare.de](http://www.kreare.de)). Wie sich naturheilkundliche und Mind-Body-medicinische Erkenntnisse zur gesunden Lebensführung in der Unternehmenspraxis realisieren lassen, wird vom 18. bis 22.7.2013 in der Mind-Body Summer School und einer anschließenden Fachveranstaltung in Essen vorgestellt.

Weitere Informationen bei  
Dr. Nils Altner  
Klinik & Lehrstuhl für Naturheilkunde und Integrative Medizin  
Kliniken Essen-Mitte  
Am Deimelsberg 34 a, 45276 Essen  
[nils.altner@uni-due.de](mailto:nils.altner@uni-due.de)

## Genom des probiotischen *Enterococcus faecalis* entschlüsselt

Wissenschaftler der Justus-Liebig-Universität Giessen haben das Genom von *Enterococcus faecalis* aus Symbioflor® 1 entschlüsselt [1]. Es besteht aus 2,8 Millionen Basenpaaren und enthält über 2733 Gene; Gene für Eigenschaften, die zu einer Infektion führen könnten, sind nicht darunter. Mithilfe der Gensequenz können die immunstimulierenden Eigenschaften des Probiotikums jetzt genauer untersucht werden. Symbioflor® 1 wird bei rezidivierenden Infektionen der oberen Atemwege eingesetzt. Das enthaltene Bakterium überlebt die Magenpassage und tritt mit dem Darm-assoziierten Immunsystem in Kontakt. Schlüsselzellen wie die dendritischen Zellen erkennen die Bakterien im Darm. Das veranlasst die B-Zellen, auszudifferenzieren und in den Blutstrom einzutreten.

Durch die Wanderung der Immunzellen sezerniert nicht nur die Darmschleimhaut vermehrt sIgA, sondern auch der Nasen-Rachen-Raum und der Bronchialtrakt. Das sIgA bindet an Bakterien oder Viren; Flimmerepithel, Nasensekret oder Peristaltik transportieren das sIgA samt Krankheitserregern ab. Die Bakterien im Darm stärken die Immunabwehr an allen Schleimhäuten und können so vor Infektionen der Atemwege schützen. Eine aktuelle, prospektive Anwendungsbeobachtung hat die Wirkung von Symbioflor® 1 bei Kindern mit rezidivierender Rhinosinusitis gezeigt [2]. 204 Kinder nahmen teil. Kontroll- und Verumgruppe wurden mit Antibiotika und abschwellenden Nasentropfen behandelt, nur die Verumgruppe erhielt anschliessend über 8 Wochen Symbioflor® 1. Die Patienten, die zusätzlich mit dem bakterienhaltigen Präparat behandelt wurden, hatten signifikant weniger Rhino-

sinusitis-Episoden als die Patienten in der Kontrollgruppe. Im Durchschnitt kam es in der Verumgruppe 2,52-mal zu einer Rhinosinusitis, im Vergleich zu 3,27-mal in der Kontrollgruppe. Am stärksten war die Wirkung in der Gruppe der 2- bis 11-Jährigen.

### Literatur

- 1 Fritzenwanker M et al.: Genome Announc 2013; 1(1):e00165-12.
- 2 Kitz R et al.: Cent Eur J Med 2012;7(3):362-365.

Weitere Informationen bei  
SymbioPharm GmbH  
Melanie Meckel  
Auf den Lüppen, D-35745 Herborn-Hörsbach  
[melanie.meckel@symbio.de](mailto:melanie.meckel@symbio.de)

Vertrieb in der Schweiz:  
[ebi-pharm.ch](http://ebi-pharm.ch) / [info@ebi-pharm.ch](mailto:info@ebi-pharm.ch)

## Ticker+++ Ticker+++ Ticker+++ Ticker+++ Ticker+++ Ticker+++ Ticker+++

**Healthcare Consulting.** Was in der traditionellen Pflanzenheilkunde schon lange bekannt ist, belegt nun eine neue Studie: Die Behandlung mit Salbeiblätterextrakt reduziert die Anzahl und Intensität von Hitzewallungen und Schweissausbrüchen und hilft so den Frauen in den Wechseljahren, ihre Lebensqualität massiv zu erhöhen. Besonders bei zunehmenden Aussentemperaturen kämpfen Frauen mit diesen störenden Wechseljahrsbeschwerden.  
Healthcare Consulting Group AG  
Urs Eggmann  
[ueggimann@healthcons.ch](mailto:ueggimann@healthcons.ch)

**Scholl.** Raue, trockene und verhornte Füsse, haben in den langen Wintermonaten gut versteckt in dicken Stiefeln ihren Dienst erfüllt. Doch jetzt, zu Beginn der warmen Jahreszeit, ist es empfehlenswert, strapazierten Füßen wieder etwas Gutes zu tun und sie frühlingsfit zu pflegen. Dafür bietet Scholl mit seinen Produktneheiten die idealen Voraussetzungen.

PR-Schwegler  
Sonia Fröhlich de Moura  
[Sonia.froehlich@prschwegler.ch](mailto:Sonia.froehlich@prschwegler.ch)

**Schmerzlinik Zürich.** Physio- und körpertherapeutische Massnahmen haben in der Schmerztherapie einen hohen Stellenwert. Sowohl im akuten wie auch chronischen Schmerzgeschehen sind sie neben medikamentöser und minimalinvasiver infiltrativer Therapie die dritte Stütze des somatischen Therapieansatzes. Dabei ist neben anderem die Möglichkeit der Selbstwirksamkeit des Patienten bedeutsam.

roller & partner communications gmbh  
Carmen Roller  
[roller@rollerpartner.ch](mailto:roller@rollerpartner.ch)