

2. Juni 2026

Wie Integrative Medizin hilft

Kasuistik: Fibromyalgie

16 Jahre vergehen im Schnitt, bis Betroffene die richtige Diagnose erhalten: Fibromyalgie. Ein Grund dafür ist, dass diese häufige Schmerzerkrankung als ein Syndrom auftritt, mit Symptomen wie chronischen Schmerzen im gesamten Körper, Erschöpfung, Schlaf- und Konzentrationsstörungen. Weil keine erhöhten Entzündungswerte vorliegen, wird der frühere Begriff „Weichteilrheuma“ nicht mehr verwendet. Die konventionelle Medizin kann die Beschwerden lindern, aber nicht heilen. Wie Integrative Medizin bei dieser Indikation helfen kann, schildert Prof. Dr. André-Michael Beer in diesem Fallbeispiel. Der ehemalige langjährige Direktor der Klinik für Naturheilkunde an der Klinik Blankenstein in Hattingen gehört dem Beirat der Initiative GESUNDE VIELFALT an. Ein Beitrag zum Deutschen Fibromyalgietag am 5. Juni 2026.

Relevanz

Fibromyalgie gehört zu den häufigen chronischen Schmerzerkrankungen, wird aber oft lange nicht richtig diagnostiziert. Die Deutsche Gesellschaft für Schmerzmedizin spricht von rund 16 Jahren, bis Betroffene den korrekten Befund erhalten. Zu den Fehldiagnosen gehören „Neuropathie“ und „Depression“. Frauen sind von dem Syndrom häufiger betroffen als Männer, Zahlen variieren von 1,4 bis 6,6 Prozent der Bevölkerung.¹

Diagnose

Anita Kaiser, 55, leidet seit sieben Jahren an Fibromyalgie, als sie von ihrem Rheumatologen in die Klinik für Naturheilkunde in Blankenstein-Hattingen überwiesen wird.² Bei ihrer Aufnahme berichtet die Patientin, dass sie am ganzen Körper Schmerzen habe, die sich bei körperlicher Anstrengung sowie in der nasskalten Witterung im Herbst und Winter noch verstärkten. Immer sind mehrere, täglich wechselnde Körperregionen von den Muskelansatzschmerzen betroffen, die während der Postmenopause noch deutlich zugenommen haben. Auf Nachfrage berichtet Frau Kaiser, dass sie zudem unter familiären und beruflichen Belastungen leide, die sich ebenfalls verstärkt hätten.

Konventionelle Therapie

Die Patientin befindet sich seit Jahren in fachorthopädischer Behandlung, die Beschwerden blieben jedoch konstant. Nach Aussagen wie: „Sie sind austherapiert, ich schicke Sie zum Neurologen oder zum Psychiater“, fühlt sich Frau Kaiser unverstanden.



Integrativmedizinische, naturheilkundliche Komplextherapie

Ernährungstherapie: Frau Kaisers Stoffwechsel wird mit einer Fastentherapie umgestellt. Danach erweist sich eine vollwertige, basenüberschüssige Kost als sinnvoll. Es kommen auch Basenpulver zum Einsatz, da der Körper der Patientin durch Stress, Fehlernährung und die jahrelange Einnahme von Schmerzmitteln (Analgetika) stark übersäuert ist.

Bewegungstherapie: Um die Muskulatur zu entspannen und zu kräftigen, nimmt Frau Kaiser an einem moderaten Ausdauertraining teil. Das Ziel: bewegen, aber nicht belasten, um eine Muskelatropie durch Inaktivität (Bewegung verstärkt oft die Schmerzsymptomatik) zu verhindern. Eine manuelle Therapie kann zudem vorhandene Dysfunktionen lindern.

Hydro-/Thermotherapie (Wasser- und Wärmetherapie): Frau Kaiser bekommt Überwärmungsbäder (Warmwasserbad mit ansteigender Temperatur von 35 °C bis 41 °C innerhalb von 20 Minuten), Moorbreibäder sowie warme Heusackauflagen. Kaltreize verschlechtern meist die Beschwerden, während wechselwarme Güsse die Regulationsfähigkeit des Organismus verbessern.

Phytotherapie (Pflanzenheilkunde): Zur Schmerztherapie werden Frau Kaiser eine Weidenrindenmedikation, Teufelskralle und ein Kombinationspräparat aus Eschen- und Zitterpappelrinde sowie Goldrutenkraut verordnet. Stimmungsaufhellend wirken ein Johanniskrautextrakt als Monopräparat und als Kombinationspräparat mit Trockenextrakten aus Johanniskraut, Baldrianwurzel und Passionsblumenkraut. Die Hände in warmem Moor zu kneten, wirkt entzündungshemmend und schmerzlindernd.

Ordnungstherapie: In therapeutischen Einzel- und Gruppengesprächen erhält Frau Kaiser Anregungen, wie sie ihr Verhalten ändern und ihr Gesundheitsbewusstsein schulen kann. Salutogenetische Schwerpunkte stehen im Vordergrund: Förderung der Eigeninitiative mit Bewusstmachung der persönlichen Ressourcen und Stärken im Umgang mit den Beschwerden und Belastungen sowie dem Umsetzen des Gelernten im Alltag. Anders als in der Psychotherapie werden psychopathologische Komponenten nicht thematisiert.

Ergebnis der naturheilkundlichen Therapie

Die Patientin profitiert von dieser multimodalen Therapie maßgeblich und verlässt die Klinik mit deutlich weniger Beschwerden. Ein wichtiger Aspekt im Entlassungsgespräch ist auch bei Frau Kaiser der Hinweis auf Eigeninitiative und Eigenverantwortung, nach dem stationären Aufenthalt mit dem Erlernten fortzufahren. Das stabilisiert den Therapieerfolg und eröffnet dem niedergelassenen Arzt neuen Behandlungsspielraum.

FAZIT

Die Nähe des Krankheitsbildes sowohl zur Somatik als auch zur Psychosomatik erfordert eine fachgerechte Versorgung. In einer rein somatischen Behandlung wird in der Regel nicht auf seelische und spirituell-geistige Aspekte eingegangen; in einer psychosomatischen Behandlung spielt hingegen die somatische Therapie oft eine untergeordnete Rolle. In der Naturheilkunde hingegen werden – im Rahmen der Ordnungstherapie – sowohl somatische, als auch seelische und spirituell-geistige Aspekte gleichermaßen berücksichtigt. Dies ist die große Stärke der stationären naturheilkundlichen Behandlung.





Prof. Dr. André-Michael Beer
© Stephan Ziehen

Vita Prof. Dr. André-Michael Beer

Prof. Dr. med. André-Michael Beer ist im Sommer 2024 nach 27 Jahren als erster Direktor der Klinik für Naturheilkunde an der Klinik Blankenstein in Hattingen in den Ruhestand gegangen. Er ist Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe. Zusatzbezeichnungen erlangte er für Naturheilverfahren, Physikalische Medizin, Rehabilitationswesen, Balneologie und medizinische Klimatologie sowie Zusatzqualifikationen in Akupunktur, Notfallmedizin und psychosomatische Medizin. 2004 habilitierte er sich als erster Mediziner nach dem Zweiten Weltkrieg in Deutschland an einer staatlichen Universität (Ruhr-Universität Bochum) auf dem Gebiet der Naturheilkunde und lehrte dort Naturheilverfahren und Physikalische Medizin. Den Vorsitz im Ausschuss für Wissenschaft, Forschung und Entwicklung im Deutschen Heilbäderverband führt er bis heute.

Über „Gesunde Vielfalt“

Die Initiative „Gesunde Vielfalt“ ist ein unabhängiger Zusammenschluss von Experten und Expertinnen unterschiedlicher Therapieformen. Unser Ziel ist, das Zusammenwirken von konventionellen und komplementären Therapien – sprich: die Integrative Medizin – stärker in den Vordergrund der Diskussion zu rücken, um notwendige Verbesserungen des Gesundheitssystems anzustoßen. Wir stehen dabei für den gegenseitigen Respekt der Therapieformen und Heilberufe. Es geht nicht um ein Entweder-oder, sondern ein Sowohl-als-auch. Wir setzen uns für einen Paradigmenwechsel ein: Der Patient, die Patientin muss zum gleichberechtigten Akteur neben dem Arzt, der Ärztin werden, um das Gesundheitswesen nachhaltig zu reformieren. Der Schwerpunkt unserer Arbeit liegt auf der Information und Aufklärung der Öffentlichkeit, der Nähe zur Praxis und Vernetzung von Ärztinnen, Ärzten, Apothekerinnen und Apothekern und Heilberufen im Sinne der Patientinnen, der Patienten. Wir verstehen uns als Plattform und Impulsgeber für einen ideologiefreien, offenen Diskurs um die Verbesserung des Gesundheitswesens in Deutschland.

- Folgen Sie uns auf **X** <https://x.com/GesundeVielfalt> und **LinkedIn** <http://www.linkedin.com/company/gesundevielfalt>

Ihr Kontakt: presse@gesundevielfalt.org



Quellen:

¹ https://www.dgschmerzmedizin.de/versorgung/dgs-praxisleitfaden/dgs-praxisleitfaden-fibromyalgie/?utm_source=chatgpt.com

² Name redaktionell geändert

