

26. Mai 2026

Prof. Dr. med. Jost Langhorst überzeugt mit Forschungsergebnissen zu Phytopharmaka und Naturheilkunde

Integrative Medizin und Naturheilkunde etablieren sich in medizinischen Leitlinien

Zentrale Zitate

„Wir haben nun seit mehr als rund 15 Jahren strukturiert an mehr als 40 Leitlinien mitgearbeitet und an Naturheilkunde und komplementärmedizinischen Verfahren eingebracht, was möglich ist. Parallel muss es darum gehen, mit neuen Studien die nächsten Schritte anzugehen.“

Prof. Dr. Jost Langhorst, Direktor der Klinik für Integrative Medizin und Naturheilkunde am Klinikum am Bruderwald in Bamberg

„Phytotherapeutika gewinnen zunehmend an Einfluss bei der Behandlung von gastroenterologischen Erkrankungen, sie werden vermehrt in die medizinischen Leitlinien integriert.“

Prof. Dr. Jost Langhorst, Direktor der Klinik für Integrative Medizin und Naturheilkunde am Klinikum am Bruderwald in Bamberg

„Die Naturheilkunde und die Integrative Medizin müssen weiter akademisiert werden. Dafür brauchen wir mehr Professuren und im besten Fall Lehrstühle mit eigener stationärer Versorgung.“

Prof. Dr. Jost Langhorst, Direktor der Klinik für Integrative Medizin und Naturheilkunde am Klinikum am Bruderwald in Bamberg

Integrative Medizin und Naturheilkunde erfreuen sich einerseits großer Beliebtheit, andererseits wird intensiv an ihrer Erforschung gearbeitet. Prof. Jost Langhorst, Chefarzt am Klinikum für Integrative Medizin und Naturheilkunde in Bamberg, trägt seit mehr als einem Jahrzehnt erfolgreich dazu bei, sie in den medizinischen Leitlinien zu verankern.¹

Immer mehr Verfahren und Arzneimittel der Integrativen Medizin schaffen den Sprung in die medizinischen Leitlinien. Verantwortlich dafür ist vor allem Prof. Jost Langhorst, Direktor der Klinik für Integrative Medizin und Naturheilkunde am Klinikum am Bruderwald in Bamberg



und Leitlinienbeauftragter der Gesellschaft für Phytotherapie e. V.² Der Facharzt für Innere Medizin gründete 2011 an der Medizinischen Fakultät der Universität Essen die Arbeitsgruppe „Naturheilkunde und Komplementärmedizin in den Leitlinien“, um Forschungsergebnisse zu diesen Verfahren genau dort abzubilden. Seit den 1990iger Jahren garantieren diese, dass Patienten je nach Erkrankung die Behandlungen erhalten, die sich auf Basis klinischer Studien als wirksam und verträglich erwiesen haben. „Wir haben nun seit mehr als rund 15 Jahren strukturiert an mehr als 40 Leitlinien mitgearbeitet und an komplementärmedizinischen Verfahren eingebracht, was möglich ist“, betont Prof. Jost Langhorst. Beispielsweise gehören dazu Yoga und andere Entspannungsverfahren, Akupunktur, aber auch Ernährungsempfehlungen sowie auch Phytotherapeutika.

„Phytotherapeutika gewinnen zunehmend an Einfluss bei der Behandlung von gastroenterologischen Erkrankungen. Entsprechend werden sie vermehrt in die medizinischen Leitlinien integriert“, erläutert der Gastroenterologe. Sie haben sich zudem als gut verträglich und nebenwirkungsarm gezeigt, wie eine Studie aus dem Jahr 2024 belegt, an der Prof. Dr. Jost Langhorst beteiligt war. Indikationen sind u. a. das Reizdarmsyndrom (RDS), chronische Obstipation (Verstopfung), Colitis ulcerosa (chronisch-entzündliche Dickdarmerkrankung) sowie etwa Magenkarzinome, bei denen eine begleitende Misteltherapie die Lebensqualität verbessern kann.³ Auch in weiteren Indikationsgebieten konnten verschiedene Phytopharmaka in den Leitlinien platziert werden. So wird beispielsweise der Spezialextrakt EGb 761[®] aus *Ginkgo biloba* in der Leitlinie zur Behandlung einer leichten bis mittleren Demenz empfohlen.

„Viele medizinische Wissenschaftler und auch Praktiker denken bei Naturmedizin vor allem an Grundlagenforschung zu den Wirkmechanismen. Um naturmedizinische Behandlungen in den Therapieleitlinien zu etablieren, braucht es aber auch ‚State-of-the-art‘-Belege für die Wirksamkeit und Verträglichkeit am Patienten aus klinischen Studien für eine bestimmte Indikation“, erläutert Prof. Langhorst. Der Goldstandard dafür sind sogenannte RCTs (Randomized Controlled Trials). Für viele naturmedizinische Wirkstoffe gibt es solche Studien. „Leider werden sie manchmal wissenschaftlich nicht adäquat wahrgenommen, und genau darin sehen wir eine unserer Aufgaben innerhalb der Konsensuskonferenz für eine Leitlinie. In der wissenschaftlichen Diskussion der vorliegenden Studienergebnisse zu unterschiedlichen naturmedizinischen Ansätzen im untersuchten Behandlungsbereich gelingt dann auch die Integration in die Leitlinien“, erläutert der Experte die Vorgehensweise und ergänzt: „Jetzt muss es vor allem darum gehen, mit neuen Studien die nächsten Schritte zu gehen. Der Mediziner fordert daher, Integrative Medizin und Naturheilkunde weiter zu akademisieren: „Wir brauchen mehr Professuren und im besten Fall Lehrstühle mit eigener stationärer Versorgung, wie bei uns am Klinikum in Bamberg oder am Immanuel-Krankenhaus in Berlin.“

Das Vertrauen in Integrative Medizin ist da, nicht nur von Seiten der Patienten und Behandler, betont Prof. Langhorst: „Ich habe kürzlich mit dem Dekan einer sehr konservativen Universität



in Bayern darüber gesprochen. Er hat gesagt, dass die Integrative Medizin enorm an Seriosität und an Deutungskraft gewonnen habe. Berufspolitisch ist die Bedeutung der Leitlinienarbeit für die Naturheilkunde und Komplementärmedizin deshalb gar nicht hoch genug einzuschätzen.“

Vita Prof. Dr. med. Jost Langhorst

Prof. Dr. med. Jost Langhorst ist seit 2019 Chefarzt der Klinik für Integrative Medizin und Naturheilkunde am Klinikum am Bruderwald, Sozialstiftung Bamberg, mit 25 stationären Betten, einer Tagesklinik mit 20 Plätzen und einer Praxis für Integrative Medizin und Naturheilkunde. Der Facharzt für Innere Medizin und Gastroenterologie studierte Humanmedizin an der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster, der University of California in San Francisco sowie an der Harvard Medical School in Boston (1987-1994) und promovierte 1995. 2008 habilitierte er sich im Fach Naturheilkunde. Er hat einen Lehrstuhl für Integrative Medizin der Universität Duisburg-Essen inne mit Schwerpunkt Translationale Gastroenterologie am Klinikum am Bruderwald in Bamberg.

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.sozialstiftung-bamberg.de/integrativemedizin>

² <https://phytotherapie.de>

³ <https://www.aerzteblatt.de/archiv/230599/S3-Leitlinie-zum-Reizdarmsyndrom-Sicher-diagnostizieren-und-therapieren>

