

# Komplementärmedizin und ihre Effektivität *(Text: Mark Hug)*

Die Komplementärmedizin, ihre Wirksamkeit und ihre Angemessenheit sind die wichtigsten Aspekte, wenn es um Menschen in Not geht.

Die Komplementärmedizin, die auch als alternative oder integrative Medizin bezeichnet wird, hat in den letzten Jahren in der Schweiz an Bedeutung gewonnen. Das Land ist bekannt für sein hochwertiges Gesundheitssystem, in dem die Komplementärmedizin eine wichtige Rolle spielt.

Unter Komplementärmedizin versteht man nicht-konventionelle Verfahren und Behandlungen, die neben oder anstelle von schulmedizinischen Therapien eingesetzt werden. Wenn Schulmediziner bestimmte alternativmedizinische Leistungen anbieten, sind diese in der gesetzlich vorgeschriebenen Grundversicherung enthalten.

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, alternative Behandlungen einzeln oder als Paket im Rahmen der Zusatzkrankenversicherung zu erhalten. Es gibt jedoch eine Debatte über die Notwendigkeit aller Elemente, die in den umfassenden Paketlösungen enthalten sind.

Die Schweiz hat eine lange Tradition in der Anwendung der Komplementärmedizin. Das Land beherbergt die älteste Naturheilkundeschule der Welt, die Hochschule für Naturheilkunde in Zürich, die 1924 gegründet wurde.

Die Komplementärmedizin ist in der Schweiz weit verbreitet, etwa zwei Drittel der Bevölkerung nutzen irgendeine Form der alternativen Therapie. Dies ist unter anderem darauf zurückzuführen, dass die Komplementärmedizin gut in das Gesundheitssystem des Landes integriert ist.

Im Jahr 1999 erkannte die Schweizer Regierung die Bedeutung der Komplementärmedizin an und schuf ein nationales Programm zur Regulierung und Förderung ihrer Anwendung. Das Programm "Komplementärmedizin" des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) zielt darauf ab, die Komplementärmedizin in das Gesundheitssystem des Landes zu integrieren und gleichzeitig ihre Sicherheit und Wirksamkeit zu gewährleisten.

Im Rahmen dieses Programms müssen Ärzte für Komplementärmedizin bestimmte Ausbildungs- und Schulungsanforderungen erfüllen und von der Schweizer Regierung zugelassen sein. Das Programm sieht auch die Erstattung bestimmter komplementärmedizinischer Behandlungen vor, wie z. B.:

- Anthroposophische Medizin
- Homöopathie
- Neuraltherapie
- Phytotherapie
- Traditionelle chinesische Medizin

### Die Wirksamkeit der Komplementärmedizin

Das Engagement der Schweiz für die Komplementärmedizin zeigt sich in der hohen Qualität der Forschung auf diesem Gebiet. In der Schweiz gibt es mehrere Forschungsinstitute und Universitäten, die sich mit der Untersuchung der Sicherheit und Wirksamkeit komplementärmedizinischer Praktiken und Therapien befassen. Eines dieser Institute ist die Forschungsgruppe Komplementärmedizin des Schweizer Paraplegiker-Zentrums, die komplementärmedizinische Praktiken wie Akupunktur, Kräutermedizin und Homöopathie erforscht.

Zahlreiche Studien belegen die Wirksamkeit dieser Praktiken bei der Behandlung einer Vielzahl von Erkrankungen, darunter chronische Schmerzen, Depressionen und Angstzustände.

Die folgenden Fälle beziehen sich auf die zusätzliche Medizin und die zu ihr durchgeführten Studien:

**Akupunktur:** In einer Studie, die im *Journal of Alternative and Complementary Medicine* veröffentlicht wurde, stellten Schweizer Forscher fest, dass Akupunktur die Häufigkeit und Intensität von Spannungskopfschmerzen bei Patienten wirksam reduzieren konnte.

**Homöopathie:** Eine in der Fachzeitschrift *BMC Complementary and Alternative Medicine* veröffentlichte Studie ergab, dass homöopathische Mittel die Schwere und Dauer von akuten Atemwegsinfektionen bei Kindern wirksam verringern.

Naturheilkunde: Eine im Journal of Alternative and Complementary Medicine veröffentlichte Studie ergab, dass naturheilkundliche Behandlungen, wie Ernährungsberatung und Pflanzenheilkunde, die Symptome des Reizdarmsyndroms bei Patienten wirksam verbessern.

Pflanzliche Medizin: In einer im European Journal of Integrative Medicine veröffentlichten Studie fanden Schweizer Forscher heraus, dass eine Kräuterkombination die Symptome der Wechseljahre, einschließlich Hitzewallungen und nächtliche Schweißausbrüche, wirksam lindern kann.

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM): Eine in der Schweizerischen Medizinischen Wochenschrift veröffentlichte Studie ergab, dass die TCM die Symptome chronischer Schmerzen bei Patienten wirksam lindern kann.

Diese Studien belegen, dass die Komplementärmedizin bei der Behandlung einer Vielzahl von Gesundheitszuständen wirksam sein kann. Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass die Komplementärmedizin nicht als Ersatz für eine schulmedizinische Behandlung verwendet werden sollte. Sie sollte in Verbindung mit der Schulmedizin und unter der Aufsicht eines qualifizierten Arztes eingesetzt werden.

Insgesamt spielt die Komplementärmedizin im schweizerischen Gesundheitssystem eine wichtige Rolle und ist in der schweizerischen Medizinkultur weitgehend akzeptiert und integriert. Dank laufender Forschung und Regulierung dürfte sie auch in den kommenden Jahren ein wichtiger Bestandteil des schweizerischen Gesundheitswesens sein.

---

## **Complementary Medicine and its Effectiveness**

Complementary medicine, its effectiveness, and appropriateness are the most critical considerations when it comes to individuals in need.

Complementary medicine, also known as alternative or integrative medicine, has become increasingly popular in Switzerland in recent years. The country is known for its high-quality healthcare system, and complementary medicine plays a significant role in it.

Complementary medicine refers to non-conventional practices and treatments that are used alongside or in place of traditional medical therapies. If conventional medical practitioners offer certain alternative medical services, they are included in the basic insurance coverage required by law.

Furthermore, there is an option to get alternative treatments separately or as a package deal under Supplementary Medicine Health Insurance. Nonetheless, there is a debate about the necessity of all the elements included in the comprehensive package solutions.

Switzerland has a long tradition of using complementary medicine. In fact, the country is home to the world's oldest naturopathic medical school, the University of Naturopathic Medicine in Zurich, which was founded in 1924.

The use of complementary medicine is widespread in Switzerland, with approximately two-thirds of the population using some form of alternative therapy. This is due in part to the fact that complementary medicine is well-integrated into the country's healthcare system.

In 1999, the Swiss government recognized the importance of complementary medicine and created a national program to regulate and promote its use. This program, known as the Swiss Federal Office of Public Health's (FOPH) "Complementary Medicine" program, aims to integrate complementary medicine into the country's healthcare system while ensuring its safety and efficacy.

Under this program, complementary medicine practitioners are required to meet certain educational and training requirements and to be licensed by the Swiss government. The program also provides reimbursement for certain complementary medicine treatments such as:

- Anthroposophic medicine
- Homeopathy
- Neural therapy
- Phytotherapy

- Traditional Chinese medicine

## The effectiveness of complementary medicine

Switzerland's commitment to complementary medicine is reflected in the high quality of research being conducted in the field. The country is home to several research institutes and universities dedicated to studying the safety and efficacy of complementary medicine practices and therapies. One such institute is the Swiss Paraplegic Centre's Complementary Medicine Research Group, which conducts research on complementary medicine practices such as acupuncture, herbal medicine, and homeopathy.

Numerous studies demonstrated the effectiveness of these practices in treating a wide range of conditions, including chronic pain, depression, and anxiety.

The following cases relate to the additional medicine and studies conducted about it:

1. **Acupuncture:** In a study published in the Journal of Alternative and Complementary Medicine, researchers in Switzerland found that acupuncture was effective in reducing the frequency and intensity of tension headaches in patients.
2. **Homeopathy:** A study published in the journal BMC Complementary and Alternative Medicine found that homeopathic remedies were effective in reducing the severity and duration of acute respiratory tract infections in children.
3. **Naturopathy:** A study published in the Journal of Alternative and Complementary Medicine found that naturopathic treatments, such as nutritional counseling and botanical medicine, were effective in improving symptoms of irritable bowel syndrome in patients.
4. **Herbal medicine:** In a study published in the European Journal of Integrative Medicine, Swiss researchers found that a combination of herbs was effective in reducing symptoms of menopause, including hot flashes and night sweats.
5. **Traditional Chinese Medicine (TCM):** A study published in the Swiss Medical Weekly found that TCM was effective in reducing symptoms of chronic pain in patients.

These studies provide evidence that complementary medicine can be effective in treating a variety of health conditions. However, it is important to note that complementary medicine should not be used as a substitute for conventional medical treatment. It should be used in conjunction with conventional medicine and under the supervision of a qualified healthcare professional.

Overall, complementary medicine plays an essential role in Switzerland's healthcare system and is widely accepted and integrated into the country's medical culture. With ongoing research and

regulation, it is likely to continue to be an important part of the country's healthcare landscape in the years to come.