

## Praxis für Osteopathie

- Praxisgemeinschaft -  
Meitinger Str. 7  
86672 Thierhaupten  
Tel. 08271 421 79 41  
[www.Heilpraktiker-Osteopathie.info](http://www.Heilpraktiker-Osteopathie.info)



**Viszerale Osteopathie - Parietale Osteopathie - Kraniosakrale Osteopathie - Kinderosteopathie**  
**plus Applied Kinesiology - Mikronährstoffmedizin - SOT Chiropraktik - Ernährung**  
**Medizinisches Qi Gong - Tai Chi - Faszien-Training / Dehnen**

Wie Patienten  
uns bewerten



## In eigener Sache

### Unnötige Wartezeiten vermeiden

**Bitte beachten Sie, dass bzgl. Behandlungen bei Herrn Wolfgang Barth-Frey ca. 140 Personen auf seiner Warteliste stehen - und somit die Wartezeiten erheblich sind.**

Aus diesem Grund hat Herr Barth-Frey weitere Therapeuten zur Unterstützung in die Praxis geholt.

Alle Therapeuten haben an der gleichen Schule wie Herr Barth-Frey gelernt und auch eine Ausbildung in Orthomolekularer Medizin (Mikronährstoffmedizin) absolviert.

Darüber hinaus unterstützt Herr Barth-Frey beratend und ggf. praktisch - und sollte ein Therapeut erkennen, dass seine Fachkompetenz noch nicht ausreicht, dann kann dieser die Fortführung

der Behandlung an Herrn Barth-Frey weiter delegieren.

**Dieses Konzept hat sich in den letzten Jahren sehr gut bewährt** und soll auch zukünftig fortgeführt werden.

Gleichzeitig ermöglicht dies Herrn Barth-Frey, dass er sich mehr auf schwierigere oder komplexere – in vielen Fällen chronische - Krankheitsgeschehen konzentrieren kann.

Somit sind die Rahmenbedingungen gegeben, dass Sie **unnötige Wartezeiten vermeiden können** und ggf. schneller durch eine **ganzheitliche Behandlung** profitieren können.

### Termine bitte frühzeitig absagen

Auch 2017 war es immer wieder ein **Ärgernis**, wenn Termine nicht frühzeitig abgesagt wurden – ein Ärgernis in doppelter Hinsicht!

Einerseits hätten in dieser Zeit ggf. Patienten behandelt werden können, die dringend einen Termin wünschen – andererseits bedeutet es auch einen unnötigen Ausfall.

Grundsätzlich haben wir Verständnis, wenn Termine ggf. wegen einer akuten Erkrankung kurzfristig abgesagt werden (wobei es durchaus

Sinn macht zu einem Heilpraktiker zu gehen, wenn dies der Fall ist).

Termine die jedoch aus anderen Gründen abgesagt werden, bitten wir **MINDESTENS 48 Stunden vorher** abzusagen – und wenn es um **Termine an einem Sonntag oder Montag** geht **mindestens drei oder vier Tage vorher (z.B. bis Donnerstag)**.

Sollte dies nicht beachtet werden, werden wir die Behandlungszeit in Rechnung stellen.

## Antibiotikaresistenz – globales Problem für Gesundheit und Leben

... warnt die **Weltgesundheitsorganisation WHO** ([Quelle](#)) immer eindringlicher.

Laut der **Deutschen Gesellschaft für Krankenhaushygiene DGKH** infizieren sich jährlich ca. 800.000 Menschen an Krankenhauskeimen in deutschen Kliniken und etwa **40.000 Menschen sterben daran** ([Quelle](#)).

### Antibiotika und Virenerkrankungen

Die Bundesärztekammer weist in einer Patienteninformation darauf hin, dass **Antibiotika unwirksam gegen Viren** sind – da scheinbar sehr oft auch in diesen Fällen Antibiotika verordnet werden. Zu den Erkrankungen, die durch Viren verursacht werden gehören z.B. die meisten **Erkältungskrankungen** (Schnupfen, Husten, Halsschmerzen, Fieber), **Grippe** (Influenza), viele Formen von Darmentzündungen (**Durchfall**) und **Masern** ([Quelle](#)).

### Alternative – Pflanzliche Antibiotika

Eine Alternative zu (teil)synthetischen Antibiotika, durch die Antibiotikaresistenzen begünstigt werden, sind „**Pflanzliche Antibiotika**“, die in einem gleichnamigen Buch beschrieben werden (ISBN **978-3-9462-4500-1**).

Auch in unserem [Gesundheitsbrief vom November 2016](#) (Seite 2 bis 4) haben wir auf zwei pflanzliche Antibiotika – Oregano Öl und Kapuzinerkresse - hingewiesen, mit denen wir gute Erfahrungen gemacht haben. Teilweise wird für diese Wirkstoffe auch eine Wirkung gegen Viren und Entzündungen in Publikationen beschrieben.

(Ebenfalls ist bei einer Viruserkrankung die rechtzeitige Einnahme von Vitamin C empfehlenswert, da Vitamin C u.a. die Interferonproduktion stimuliert und somit die virale Infektabwehr anregt [1])

### Das Wichtigste – die körpereigene Immunabwehr verbessern

Bei Patienten die zu uns in die Praxis kommen, weil sie wiederholte Infekte haben, stellen wir i.d.R. oft fest, dass **strukturelle Probleme** bestehen, die dazu beitragen können, dass z.B. **Lymph- und Blutzirkulation** eingeschränkt ist und eine **Darmfehlbesiedlung** (Darmdysbiose) **besteht**, durch die einerseits z.B. das Immunsystem stark (über)belastet wird, die Nährstoffaufnahme und Stoffwechselprozesse eingeschränkt sind und entzündliche Prozesse begünstigt werden können. Auch durch **Krankheiten** und **Medikamente** kann der Nährstoffbedarf erhöht sein. ([Übersicht](#))

Mikronährstoffe, die für die körpereigene Immunabwehr wichtig sind, sind z.B. antioxidative Vitamine (z.B. Vitamin A, C, E), Vitamin D, Kalzium, Glutathion, Selen, Zink, Omega 3 Fettsäuren (z.B. in Leinöl enthalten) [1] [Übersicht Vitamine und Vitalstoffe](#)

### Bewegung und Trinken - wichtig für Immunabwehr

Des Weiteren sind täglich **Bewegung** und ausreichende **Flüssigkeitszufuhr** sehr wichtig für die Immunabwehr. Einfache Erklärung dafür :

> Durch Bewegung werden z.B. Verdauungsfunktion und alle Stoffwechselprozesse angeregt.

Da das Lymphsystem keine Muskulatur hat, wie z.B. Arterien, ist die Lymphfunktion abhängig von der „äußeren“ muskulären Bewegung.

> Unser Körper besteht zu ca. 70 % aus Wasser und das Lymphsystem zu ca. 90 %. Flüssigkeitsmangel wirkt sich somit fatal für alle Stoffwechselprozesse, Entgiftung, Gehirn, Nerven, Organfunktionen und Immunabwehr aus. Als Faustregel hat es sich bewährt: 0,3 l pro 10 kg Körpergewicht zu trinken.

[1] **Orthomolekulare Medizin, Ein Leitfaden für Apotheker und Ärzte**, ISBN 978-3804719279, S. 31, Therapeutische Dosierung bei guter Verträglichkeit bis 3 x täglich 2 g, Seite 39  
– Eine Beschreibung des Buches finden Sie auf unserer Homepage bei Buchempfehlungen]

## Krankenkassen – „krank, kränker, korrupt“?

Ende 2016 wurde der Krankenkassen-Skandal publik, dass Krankenkassen Ärzte dafür bezahlt haben, dass Patienten „kränker“ eingestuft wurden ([Quelle](#)).

Im [Gesundheitsbrief Dezember 2016](#) haben wir darüber berichtet, nachdem die AOK deswegen gerichtlich verurteilt wurde.

Verändert hat sich scheinbar seitdem kaum etwa: Im **November 2017** wurde erneut berichtet, dass Krankenkassen „weiter Ärzte beeinflussen“ ([Quelle](#)).

Es wird gleichzeitig ausgeführt, dass 82 % der befragten Mediziner schon einmal von einer Krankenkasse hinsichtlich der Diagnosen der Versicherten beeinflusst wurden.

Federführend bei dieser Veröffentlichung war - wie schon 2016 – nicht irgendeine Partei oder Aufsichtsbehörde, sondern die **Techniker Krankenkasse**.

Begünstigt wird dieser korrupte Handlungsweise offensichtlich durch das „**Umverteilungsprinzip**“ im Rahmen des „**Gesundheitsfonds**“: je mehr „kranke Mitglieder“ (Krankheitskennziffern) eine Krankenkasse hat, **desto mehr Geld bekommt sie**.

Diese Rahmenbedingung, die durch die moderne „Gesundheitspolitik“ gestaltet wurde - könnte ein wesentlicher Faktor sein, warum echte Krankheitsvorbeugung – die wesentlich durch Lebensführung, Bewegung und Nährstoffversorgung / Ernährung beeinflusst wird – nur eine stark untergeordnete Rolle in der modernen Medizin hat. In der modernen Medizin stehen stattdessen (besonders bei chronischen Erkrankungen) die „Linderung von Symptomen“ und das „Einstellen von Laborwerten“ mit Medikamenten im Vordergrund.



## Ausgleich Vitamin D Mangel in der Bevölkerung & jährlich 187 Mrd. € Kosteneinsparung im europäischem Gesundheitswesen?

2016 wurde ein Fachartikel - basierend auf Beobachtungs- und klinischen Studien – publiziert, in dem ausgeführt wird, dass eine optimale **Vitamin D Versorgung** das **Risiko für viele Krankheiten senken würde**. [1]

Angeführt wurden dabei Krankheiten wie z.B. **Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Demenz, Diabetes mellitus, Multiple Sklerose, Atemwegsinfektionen** und **Muskel-Skelett-Erkrankungen**. [1]

**In Kanada** könnten somit die Ausgaben im Gesundheitswesen für die Behandlung von Krankheiten um ca. 12,5 (± 6 Mrd.) Mrd. US Dollar reduziert werden. [1]

Dies Kosten für die Vitamin-D-Gabe wurde dabei bereits zum Abzug gebracht.

Ein ähnlicher Fachartikel wurde bereits 2006 für (West)Europa publiziert.

Hier wurde berechnet, dass ein täglicher Verzehr von 2000 bis 3000 internationale Einheiten (IE) Vitamin D pro Tag, die **Kosten für Behandlungen von Krankheiten** (Medikamente, Operationen) **um 187 Mrd. Euro reduzieren würde**. [2, 3]

Aufgrund dieser Dosierung könnte der Vitamin D Spiegel auf ca. 40 ng/ml (100 nmol/L) erhöht werden. Dieser Wert ist der *unterste* „optimale“ Vitamin D Spiegel. Der „Normwert“ beginnt bei deutschen Laboren i.d.R. bereits bei 30 ng/ml.

## Beobachtung in unserer Praxis - anhand von **Laborwerten**

Bei Patienten mit schweren oder chronischen Erkrankungen empfehlen wir i.d.R. die Messung des Vitamin D Spiegels ([Information – Übersicht](#)) – und ggf. anderer wichtiger Mikronährstoffparameter, bei denen ein Mangel besonders häufig zu beobachten ist, da dies in der schulmedizinischen Diagnostik weitgehend ignoriert wird.

Die Ergebnisse aufgrund gemessener Laborwerte sind aussagekräftig:

> Patienten mit „schwerem & leichtem <b>Mangel</b> “	82,5 %	(Vitamin D Spiegel unter 30 ng/ml)
> Patienten mit „ausreichender“ Versorgung	16,4 %	(Vitamin D Spiegel ab 30 ng/ml)
> Patienten mit „ <b>optimaler</b> “ Versorgung	1,1 %	(Vitamin D Spiegel ab 40 ng/ml)

Die Auswertungen der Laborwerte zeigen deutlich, dass erhebliche Mängel **Realität sind** – was jeder selbst überprüfen kann, **sofern Laborwerte untersucht werden**.

*Das dabei eine **Wortspielerei** bzgl. „schwerem“ und „leichten“ **Mangel** betrieben wird, ist eigentlich armselig – da **ein Mangel** auch durch irreführende Wortspielereien nicht besser wird.*

Letztendlich ist der „Trend“ somit nicht nachvollziehbar, dass immer wieder Ärzte und „Gesundheitsexperten“ in Medienberichten davon abraten, den Wert messen zu lassen (Kosten für Selbstzahler ca. 25 Euro), - obwohl dies „**Klarheit**“ verschaffen würde.

*Blindheit und Ignoranz sind hier wirklich nicht hilfreich.*

Diese Daten decken sich auch mit der **Ernährungsstudie des Bundesministeriums für Ernährung** – hier wird auf Seite 138 ausgeführt, dass **bis zu 91 % der Menschen eine nicht ausreichende Vitamin-D-Versorgung haben**. [4]

*Eine **Bundesregierung** sollte dies eigentlich nicht ignorieren.*

## Prof. Holick – Pioneer der Vitamin D Forschung

In einer Publikation von Prof. Holick ([Wikipedia](#)) – der über 400 Publikationen über Vitamin D verfasst hat und zahlreiche Auszeichnungen für seine wissenschaftlichen Leistungen bzgl. Vitamin D erhalten hat - wird ausgeführt:

**„Es ist allgemein anerkannt, dass Vitamin-D-Mangel ein weltweites Gesundheitsproblem ist“ und „Es gibt potenziell einen großen Vorteil, den Vitamin-D-Status von Kindern und Erwachsenen weltweit zu verbessern, um die Gesundheit des Bewegungsapparates zu verbessern und das Risiko chronischer Krankheiten wie Krebs, Autoimmunkrankheiten, Infektionskrankheiten, Diabetes mellitus Typ 2, neurokognitive Störungen (z.B. Demenz) und Mortalität zu reduzieren.“** [5]

## Alles nur ein Vitamin-D-Hype?

Derzeit gibt es mehr als **74.000 Publikationen** über **Vitamin D** in der „US National Library of Medicine / National Institute of Health“. [6]

Trotzdem sprechen viele Ärzte und „Gesundheitsexperten“ oft abwertend von einem „**Vitamin D Hype**“ – und das über Vitamin D die Studienlage unklar ist.

Kaum jemand spricht aber vom „**Hype der Volkskrankheiten**“, deren Entwicklung die Medizin schon lange nicht mehr im Griff hat – und den explodierenden Krankheitskosten und dem **Leid der betroffenen Patienten und Angehörigen**.

## Handlungsbedarf?

Tatsächlich sind die Rahmenbedingungen derzeit so, dass **Krankenkassen** i.d.R. die Messung des Vitamin-D-Spiegels nur bezahlen, wenn schwerste Osteoporose diagnostiziert wird (die jedoch i.d.R. begünstigt wird, wenn jahrzehntelang ein Vitamin D Mangel gegeben war).

Schuld daran könnte das „**Umverteilungsprinzip**“ des „Gesundheitsfonds“ sein: Krankenkassen bekommen höhere Zuwendungen, je mehr Kranke sie haben.

Und was die Kasse nicht bezahlt - wird i.d.R. vom Arzt kaum beim Patienten untersucht (obwohl sehr viele Ärzte selbst Vitamin D einnehmen, wie ich in meiner Arbeit und bei persönlichen Kontakten mit Ärzten festgestellt habe).

Somit bleibt nur einer übrig, der sich ggf. darum kümmern kann den Wert zu überprüfen und sachgerecht (gewichtszugeordnet) aufzufüllen: **der Patient selbst**.

### Abschließende Anmerkungen

Vitamin D ist **kein** „Wundermittel“ – aber es ist DAS Vitamin bei dem **am häufigsten** ein Mangel diagnostiziert wird, wenn man den Laborwert überprüft.

Aus diesem Grund sollte es bei der Untersuchung von Patienten finden.

Weitere Mängel bestehen häufig bei **Vitamin B6, Vitamin B12, Folsäure** (um diese Werte effektiv zu überprüfen ist die Messung des **Homocysteinspiegel** sinnvoll laut **Ärztezeitung**, da die Messung von Vitamin B12 im Serum ungenau ist), **Magnesium** und **Selen** (sollte im **Vollblut** gemessen werden, da es sich zu 70 % in der Zelle befindet) und ggf. bei Frauen **Eisen** (Laborwert: **Ferritin** und **Transferin**).

Mangel kann Krankheiten begünstigen deren Behandlung teuer ist. (**Übersicht**)

**Laborwerte schaffen Transparenz und Klarheit – Mängel auszugleichen begünstigt Gesundheit.**

[1] Estimated economic benefit of increasing 25-hydroxyvitamin D concentrations of Canadians to or above 100 nmol/L <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27942348>

[2] Abschnitt „Vitamin D Mangel: eine häufig versäumte Diagnose“ [http://www.orthoknowledge.eu/vitamin-d-grosser\\_bedarf/](http://www.orthoknowledge.eu/vitamin-d-grosser_bedarf/)

[3] Estimated benefit of increased vitamin D status in reducing the economic burden of disease in western Europe <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19268496>

[4] Verzehrstudie, Seite 138

[https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/NVS\\_ErgebnisberichtTeil2.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/NVS_ErgebnisberichtTeil2.pdf?__blob=publicationFile)

[5] Vitamin D for health: a global perspective

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23790560>

[6] 74.000 Publikationen über Vitamin D (Englisch)

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=vitamin+d>

Übersicht zu einigen Publikationen bzgl. Krankheiten und Vitamin D Mangel (Deutsch)

<http://www.heilpraktiker-osteopathie.info/resources/Medizinische+Studien+zu+Vitamin+D.pdf>

## **Mehr Klarheit & Fakten über Vitamin D**

– für interessierte Patienten, Therapeuten, Ärzte und Apotheker

***Wer nicht nur Phrasen folgen möchte, sondern kompetente Informationen von einem Vitamin-D-erfahrenem Arzt erhalten möchte, kann sie hier bekommen***

Vortrag am 7. Februar 2018 ab 19.00 Uhr

Thema **Vitamin D das Sonnenhormon**

VHS Oettingen, Schlossstr. 5, 86732 Oettingen, Medienraum (5€)

[Link zur Anmeldung](#)

Einer der wichtigsten Faktoren, um gesund zu bleiben und gesund zu werden ist Vitamin D. Und trotzdem ist gerade dieses Vitamin, das im Körper zum Hormon wird, bei 90% der Bundesbürger im Mangel.

Warum das so ist, wie einfach und wirkungsvoll eine Korrektur und auch die lebenslange Versorgung ist, wird im Vortrag erläutert.

Mehr als 10 Jahre Intensivverfahren mit diesem Allroundtalent werden in den Vortrag eingebracht.

## Patientenschutz verbessern ?

Laut einem **Artikel im Tagesspiegel** ([Quelle](#)) **vom 5. Dezember 2017** möchte der Präsident der Bundesärztekammer / Vorstand des Weltärztebundes Montgomery zur „Gefahrenabwehr“ ein Behandlungsverbot für Heilpraktiker.

Hintergrund dieser Forderung ist laut Artikel der Vorwurf, dass es während der Behandlung von Krebspatienten [scheinbar im Endstadium nach erfolgloser medizinischer Krebsbehandlung ([Quelle](#))] durch einen Heilpraktiker zu drei Todesfällen kam ([Quelle](#)).

Dieser Fall wurde seit **August 2016** wiederholt in allen publikumswirksamen Medien veröffentlicht und dabei immer kollektiv der Berufsstand des Heilpraktikers (vor)verurteilt. Dies ist eigentlich „*befremdlich*“, da bis heute von der Staatsanwaltschaft kein Verfahren eröffnet wurde und scheinbar auch die Todesursache in den letzten 16 Monaten nicht geklärt werden konnte. [Krebspatienten sterben leider häufig an Krebs oder Nebenwirkungen - [Kommentar](#) zu diesem Vorgang]

Nur 11 Tage vorher erschien **am 24. November 2017** ein Fachartikel ([Quelle](#)) in Doccheck, der größten Community für medizinisch Fachkreise, in dem ausgeführt wird, dass **jährlich bis zu 25.000 Menschen durch unerwünschte Nebenwirkungen / Komplikationen von Medikamenten sterben.**

Dieser Sachverhalt findet i.d.R. jedoch kaum Beachtung beim „Patientenschutz“, obwohl dies in zahlreichen Publikationen dokumentiert ist. (z.B. publiziert bei [Pubmed](#), Doccheck [Link1](#), [Link2](#))



Oft werden unerwünschte Nebenwirkungen begünstigt, da Medikamente die Versorgung mit lebenswichtigen **Mikronährstoffen** hemmen, was leider in der Leitlinienmedizin nahezu vollständig ignoriert wird. Ein sehr informatives, gut verständliches Buch. In dem dieser Sachverhalt und Lösungen aufgezeigt werden, wurde vom Chefarzt Prof. Dr. med. Kisters und dem Apotheker Uwe Gröber veröffentlicht:

**Arzneimittel als Mikronährstoffräuber: Was Ihr Arzt oder Apotheker Ihnen sagen sollten**, ISBN 978-3804736252

[Link zum Buch](#)



**Nebenwirkung Tod**, ISBN 978-9088790362

[Link zum Buch](#) (Doccheck [Link](#))

**Nebenwirkung Tod: Korruption in der Pharma-Industrie. Ein Ex-Manager packt aus**, ISBN 978-3866959200

[Link zum Buch](#)



**Krank durch Medikamente: Wenn Antibiotika depressiv, Schlafmittel dement und Blutdrucksenker impotent machen**, ISBN 978-3492308366

[Link zum Buch](#)



Diese Information dient ausschließlich ihrer persönlichen Information und ersetzt keine Behandlung oder Beratung. Die Inhalte wurden mit größtmöglicher Sorgfalt und nach bestem Gewissen erstellt. Dennoch übernimmt der Anbieter dieser Information keine Gewähr für die Aktualität, Vollständigkeit und Richtigkeit der bereitgestellten Seiten und Inhalte. Dieser Rundbrief enthält sog. „externe Links“ (Verlinkungen) zu anderen Webseiten, auf deren Inhalt der Anbieter der Webseite keinen Einfluss hat. Aus diesem Grund kann der Anbieter für diese Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte und Richtigkeit der bereitgestellten Informationen ist der jeweilige Anbieter der verlinkten Webseite verantwortlich. Zum Zeitpunkt der Verlinkung waren keine Rechtsverstöße erkennbar.