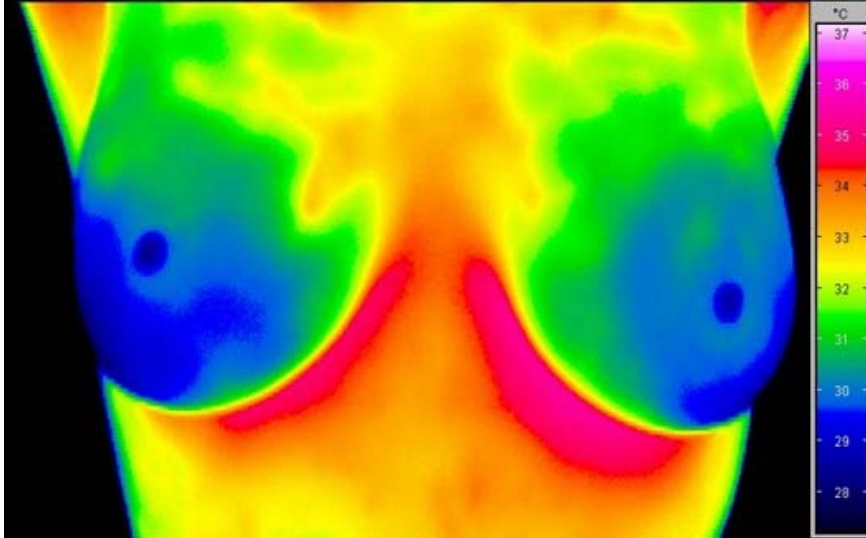




Thermografie für mehr Brustgesundheit



Wahrnehmung für die Brüste stärken

Die Thermografie ist ein nebenwirkungsfreies Untersuchungsverfahren, das Temperaturen messen und bildlich darstellen kann. Grundsätzlich gibt es zwei Arten von Thermografie: zum einen die Kontakt-Thermografie nach Rost, bei der über einen Fühler die Temperatur an bestimmten Hautpunkten gemessen wird, zum anderen die Infrarot-Thermografie, die mit einer speziellen Kamera die Infrarot-Abstrahlung des Körpers erfasst. Beide Verfahren können sinnvoll miteinander kombiniert werden.

Warum aber interessiert uns die Temperaturverteilung bzw. die Regulationsfähigkeit des Körpers in Bezug auf Temperatur überhaupt? Der gesunde Körper hält seine Kerntemperatur auf konstantem Niveau von ungefähr 37 Grad, mit geringen Tagesschwankungen von 0,5 Grad. Erkälten wir uns beispielsweise, so verlangsamt sich zunächst der Stoffwechsel, worauf der Körper mit Fieber und einer dadurch ausgelösten Stoffwechselsteigerung reagiert.

Das Bemühen des Körpers ist also, die Harmonie schnellstmöglich wiederherzustellen. Diese zeigt sich in einer normalisierten Temperatur, gestärkter Immunität und Stoffwechsel-Balance. Durch die Auseinandersetzung mit Krankheitserregern wird die Gesundheit trainiert und gestärkt. Sie ist immer ein Gleichgewichtszustand zwischen „zu wenig“ und „zu viel“, auch bei der Temperatur. Mit der Thermografie gelingt es, Ungleichgewichte und damit potenzielle Krankheitsprozesse sichtbar zu machen, auch und gerade in einzelnen Organen.

Wir konzentrieren uns hier auf die Infrarot-Thermografie und speziell auf die Frage, wie diese moderne Technik der Verbesserung der Brustgesundheit dienen kann. Bei der Thermografie der Brüste stehen die Stoffwechselfvorgänge im Zentrum des Interesses. Sind diese wesentlich gesteigert, kann das auf verschiedene Krankheitsursachen hindeuten, z. B. entzündliche Veränderungen

des Brustgewebes, hormonelle Störungen des Regelzyklus wie auch bösartige Erkrankungen. Sichtbare Veränderungen in der Thermografie wie einseitige Überwärmung, heiße Flecken oder auffällige Gefäßzeichnungen findet man häufig schon lange, bevor ein Krankheitsprozess nachweisbar ist. Dann muss geklärt werden, welche Ursachen zu diesen ersten Veränderungen führten. Wir fragen nach seelischen Belastungen, chronischem Stress, nach dem Einfluss der Einnahme von Hormonpräparaten oder anderen Medikamenten.

Regulationsfähigkeit des Körpers wird sichtbar gemacht

Zusätzlich zu den einzelnen Bildern bekommt man mit der Thermografie eine Aussage über die Regulationsfähigkeit des Körpers, die normal, eingeschränkt, überschießend oder gar gegenläufig zu der Erwartung sein kann. So hält sich beispielsweise ein bösartiger Tumor nicht an die normalerweise nach zehn Minuten einsetzende Abkühlung von 1-2 Grad Celsius.

Idealerweise sehen wir, dass die Brüste gleichmäßig kühl und „in Ruhe“ sind. Ausnahmen bilden die Schwangerschaft und insbesondere die Stillzeit, während derer die Brüste ihre eigentliche Funktion erfüllen. Hier ist (wegen der Milchproduktion) der Stoffwechsel gesteigert, und dies findet seinen deutlichen Ausdruck im Infrarotbild.

Zeigen sich jedoch außerhalb von Schwangerschaft und Stillzeit Abweichungen vom oben geschilderten Idealbild, so ist es in erster Linie unsere Aufgabe, nach einfachen und unschädlichen Hilfen zu suchen, um Ruhe und Kühle wiederherzustellen. Dies können z. B. sanfte Einreibungen der Brüste mit Lavendel sein. Auch Atem- oder Körperübungen, die zu einer Weitung und Aufrichtung des Brustkorbs

beitragen, helfen. Manchmal unterstützt die vorübergehende Gabe eines individuell ausgewählten pflanzlichen oder homöopathischen Heilmittels. Immer sollte man nach seelischen Belastungen und biografischen Krisen fragen, denn Brüste reagieren außerordentlich empfindlich auf seelische Befindlichkeiten und Störungen. Dann kann ein „Selbstbehauptungs-Training“ sinnvoll sein, um sich in diesem Bereich besser zu schützen. Eine einfache und universelle Maßnahme zur Brustgesundheit ist das regelmäßige Wippen und Hüpfen auf einem Mini-Trampolin, da hierbei die Lymphzirkulation angeregt wird und nebenbei auch noch Glückshormone produziert werden.

Neben der wichtigen Funktion als „Frühwarnsystem“ können wir mit der Thermografie in zweiter Linie auch Aussagen über die Wahrscheinlichkeit einer Brusterkrankung machen sowie mögliche Störungen eingrenzen und weiterverfolgen. Eine endgültige Diagnose sollte, wie bei den meisten anderen zur Verfügung stehenden Verfahren, durch die Thermografie nicht gestellt werden. In manchen Fällen ergänzen weiterführende Untersuchungen wie Ultraschall oder Mammografie den thermografischen Befund. Weiterhin eignet sich die Thermografie ausgezeichnet zur Nachsorge nach Erkrankungen und zur Verlaufsbeobachtung bei funktionellen Störungen.

Aufklärung zur Brustgesundheit fördern

Die vorherrschende Denkweise in der Medizin ist bisher noch viel zu stark auf die sogenannte Krankheitsfrüherkennung (in diesem Falle besonders auf Brustkrebs) ausgerichtet. Durch den heute üblichen systematischen Einsatz der Röntgen-Mammographie kommt es zu einer zusätzlichen Belastung des Organismus durch den Einsatz von ionisierenden Strahlen und durch das starke Quetschen der Brust. Ganz anders könnte es aussehen, wenn von vornherein

die Brustgesundheit und ihre Pflege in den Vordergrund gerückt würden. Dann wäre es selbstverständlich, dass mit der beginnenden Pubertät der besondere Schutz und die Pflege dieses sehr sensiblen Organes gelernt und gelehrt würde.

Brustkrebs ist heute die häufigste Todesursache für Frauen zwischen 30 und 50 Jahren, also in den Jahren bevor eine systematische Suche überhaupt beginnt! Dabei ist es sehr naheliegend, dass eine solche Krankheit nicht in einer völlig gesunden Brust entsteht, sondern in einer belasteten oder funktionsgestörten. In der Regel rechnet man damit, dass viele Jahre zwischen den ersten Anzeichen für eine Störung und dem manifesten Ausbruch einer Erkrankung vergehen. Wird ein auffälliger Befund erhoben, so ist es wichtig, besonnen mit der Diagnose umzugehen. Leider ist es heute eher die Regel als die Ausnahme, dass eine Diagnose zu einer zusätzlichen Belastung führt, oft sogar zu einem Schock und zu schwerwiegenden Angstzuständen. Diese Begleitreaktionen sind zuweilen gravierender als die Erkrankungen selbst! Angst und Verzweiflung sind aber nicht hilfreich, um eine Krankheit zu überwinden. Krankheit bedeutet immer eine starke Herausforderung für jeden Betroffenen und oftmals auch für die Umgebung. Ein Unglück ist sie nicht! Wird sie aber als solches betrachtet, so sind der inneren Erstarrung („Kaninchen vor der Schlange“), der Angst und der Hoffnungslosigkeit Tür und Tor geöffnet.

Die Sprache der Brust besser verstehen lernen

Die Selbstuntersuchung der Brust durch die Frau ist ein erster Schritt, um die Brustgesundheit zu fördern. Viel weiterführender wäre es zu lernen, wie man systematisch eine „gute Partnerschaft und Freundschaft“ mit der Brust (und natürlich auch mit dem Rest des Körpers) führen kann und wie man ihre Sprache verstehen lernt, indem sie nach ihren Bedürfnissen und Empfindlichkeiten gefragt und auch „gehört“ wird, wenn sie sich

mit Beschwerden meldet. Dann kann sie zu einer Quelle der Lebensfreude und der Zufriedenheit werden.

Die Thermografie übernimmt hierbei eine wichtige Vermittlerfunktion, da auf eine völlig risikolose und belastungsfreie Art die eigene subjektive Wahrnehmung mit einem „objektiven“ Untersuchungsverfahren überprüft und trainiert werden kann. Damit könnten auch junge Frauen schon in eine besondere Fürsorge und Pflege ihrer Brüste eingeführt werden, und wir hätten eine wirkliche Früh-Vorsorge, die nicht erst mit 45 oder 50 Jahren beginnt!



Dr. med. Christian Büttner
Leitender Arzt der
Privatklinik Haus am Stalten,
Facharzt für Allgemeinmedizin,
Anthroposophische Medizin
(GAÄD)

Tätigkeitsschwerpunkte:
Anthroposophische Medizin,
Allgemeinmedizin,
Gesundheitsvorsorge,
Psychoonkologie, Psychosomatik.

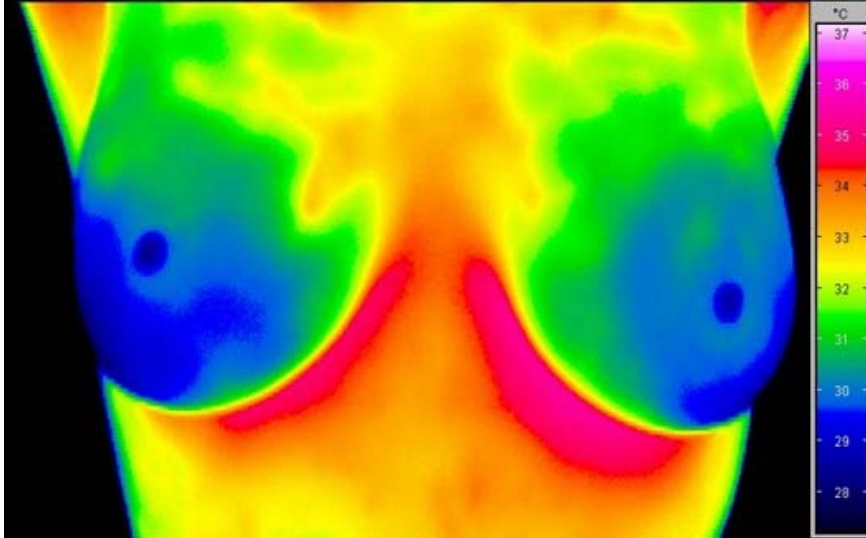
Die Kosten für eine Infrarot Thermografie der Brust inklusive Auswertung und Besprechung belaufen sich auf 115,93 €. Sie werden von den privaten Krankenkassen meistens übernommen, von gesetzlichen in der Regel leider nicht.

Untersuchungstermin
Vereinbaren Sie einen Termin zur Untersuchung und Beratung in der Ambulanz der Privatklinik.
Verwaltung: 07629 9109-0

E-Mail: info@stalten.de
Internet: www.stalten.de



Thermografie für mehr Brustgesundheit



Wahrnehmung für die Brüste stärken

Die Thermografie ist ein nebenwirkungsfreies Untersuchungsverfahren, das Temperaturen messen und bildlich darstellen kann. Grundsätzlich gibt es zwei Arten von Thermografie: zum einen die Kontakt- Thermografie nach Rost, bei der über einen Fühler die Temperatur an bestimmten Hautpunkten gemessen wird, zum anderen die Infrarot-Thermografie, die mit einer speziellen Kamera die Infrarot-Abstrahlung des Körpers erfasst. Beide Verfahren können sinnvoll miteinander kombiniert werden.

Warum aber interessiert uns die Temperaturverteilung bzw. die Regulationsfähigkeit des Körpers in Bezug auf Temperatur überhaupt? Der gesunde Körper hält seine Kerntemperatur auf konstantem Niveau von ungefähr 37 Grad, mit geringen Tagesschwankungen von 0,5 Grad. Erkälten wir uns beispielsweise, so verlangsamt sich zunächst der Stoffwechsel, worauf der Körper mit Fieber und einer dadurch ausgelösten Stoffwechselsteigerung reagiert.

Das Bemühen des Körpers ist also, die Harmonie schnellstmöglich wiederherzustellen. Diese zeigt sich in einer normalisierten Temperatur, gestärkter Immunität und Stoffwechsel-Balance. Durch die Auseinandersetzung mit Krankheitserregern wird die Gesundheit trainiert und gestärkt. Sie ist immer ein Gleichgewichtszustand zwischen „zu wenig“ und „zu viel“, auch bei der Temperatur. Mit der Thermografie gelingt es, Ungleichgewichte und damit potenzielle Krankheitsprozesse sichtbar zu machen, auch und gerade in einzelnen Organen.

Wir konzentrieren uns hier auf die Infrarot- Thermografie und speziell auf die Frage, wie diese moderne Technik der Verbesserung der Brustgesundheit dienen kann. Bei der Thermografie der Brüste stehen die Stoffwechselvorgänge im Zentrum des Interesses. Sind diese wesentlich gesteigert, kann das auf verschiedene Krankheitsursachen hindeuten, z. B. entzündliche Veränderungen

des Brustgewebes, hormonelle Störungen des Regelzyklus wie auch bösartige Erkrankungen. Sichtbare Veränderungen in der Thermografie wie einseitige Überwärmung, heiße Flecken oder auffällige Gefäßzeichnungen findet man häufig schon lange, bevor ein Krankheitsprozess nachweisbar ist. Dann muss geklärt werden, welche Ursachen zu diesen ersten Veränderungen führten. Wir fragen nach seelischen Belastungen, chronischem Stress, nach dem Einfluss der Einnahme von Hormonpräparaten oder anderen Medikamenten.

Regulationsfähigkeit des Körpers wird sichtbar gemacht

Zusätzlich zu den einzelnen Bildern bekommt man mit der Thermografie eine Aussage über die Regulationsfähigkeit des Körpers, die normal, eingeschränkt, überschießend oder gar gegenläufig zu der Erwartung sein kann. So hält sich beispielsweise ein bösartiger Tumor nicht an die normalerweise nach zehn Minuten einsetzende Abkühlung von 1-2 Grad Celsius.

Idealerweise sehen wir, dass die Brüste gleichmäßig kühl und „in Ruhe“ sind. Ausnahmen bilden die Schwangerschaft und insbesondere die Stillzeit, während derer die Brüste ihre eigentliche Funktion erfüllen. Hier ist (wegen der Milchproduktion) der Stoffwechsel gesteigert, und dies findet seinen deutlichen Ausdruck im Infrarotbild.

Zeigen sich jedoch außerhalb von Schwangerschaft und Stillzeit Abweichungen vom oben geschilderten Idealbild, so ist es in erster Linie unsere Aufgabe, nach einfachen und unschädlichen Hilfen zu suchen, um Ruhe und Kühle wiederherzustellen. Dies können z. B. sanfte Einreibungen der Brüste mit Lavendel sein. Auch Atem- oder Körperübungen, die zu einer Weitung und Aufrichtung des Brustkorbs

beitragen, helfen. Manchmal unterstützt die vorübergehende Gabe eines individuell ausgewählten pflanzlichen oder homöopathischen Heilmittels. Immer sollte man nach seelischen Belastungen und biografischen Krisen fragen, denn Brüste reagieren außerordentlich empfindlich auf seelische Befindlichkeiten und Störungen. Dann kann ein „Selbstbehauptungs-Training“ sinnvoll sein, um sich in diesem Bereich besser zu schützen. Eine einfache und universelle Maßnahme zur Brustgesundheit ist das regelmäßige Wippen und Hüpfen auf einem Mini-Trampolin, da hierbei die Lymphzirkulation angeregt wird und nebenbei auch noch Glückshormone produziert werden.

Neben der wichtigen Funktion als „Frühwarnsystem“ können wir mit der Thermografie in zweiter Linie auch Aussagen über die Wahrscheinlichkeit einer Brusterkrankung machen sowie mögliche Störungen eingrenzen und weiterverfolgen. Eine endgültige Diagnose sollte, wie bei den meisten anderen zur Verfügung stehenden Verfahren, durch die Thermografie nicht gestellt werden. In manchen Fällen ergänzen weiterführende Untersuchungen wie Ultraschall oder Mammografie den thermografischen Befund. Weiterhin eignet sich die Thermografie ausgezeichnet zur Nachsorge nach Erkrankungen und zur Verlaufsbeobachtung bei funktionellen Störungen.

Aufklärung zur Brustgesundheit fördern

Die vorherrschende Denkweise in der Medizin ist bisher noch viel zu stark auf die sogenannte Krankheitsfrüherkennung (in diesem Falle besonders auf Brustkrebs) ausgerichtet. Durch den heute üblichen systematischen Einsatz der Röntgen-Mammographie kommt es zu einer zusätzlichen Belastung des Organismus durch den Einsatz von ionisierenden Strahlen und durch das starke Quetschen der Brust. Ganz anders könnte es aussehen, wenn von vornherein

die Brustgesundheit und ihre Pflege in den Vordergrund gerückt würden. Dann wäre es selbstverständlich, dass mit der beginnenden Pubertät der besondere Schutz und die Pflege dieses sehr sensiblen Organes gelernt und gelehrt würde.

Brustkrebs ist heute die häufigste Todesursache für Frauen zwischen 30 und 50 Jahren, also in den Jahren bevor eine systematische Suche überhaupt beginnt! Dabei ist es sehr naheliegend, dass eine solche Krankheit nicht in einer völlig gesunden Brust entsteht, sondern in einer belasteten oder funktionsgestörten. In der Regel rechnet man damit, dass viele Jahre zwischen den ersten Anzeichen für eine Störung und dem manifesten Ausbruch einer Erkrankung vergehen. Wird ein auffälliger Befund erhoben, so ist es wichtig, besonnen mit der Diagnose umzugehen. Leider ist es heute eher die Regel als die Ausnahme, dass eine Diagnose zu einer zusätzlichen Belastung führt, oft sogar zu einem Schock und zu schwerwiegenden Angstzuständen. Diese Begleitreaktionen sind zuweilen gravierender als die Erkrankungen selbst! Angst und Verzweiflung sind aber nicht hilfreich, um eine Krankheit zu überwinden. Krankheit bedeutet immer eine starke Herausforderung für jeden Betroffenen und oftmals auch für die Umgebung. Ein Unglück ist sie nicht! Wird sie aber als solches betrachtet, so sind der inneren Erstarrung („Kaninchen vor der Schlange“), der Angst und der Hoffnungslosigkeit Tür und Tor geöffnet.

Die Sprache der Brust besser verstehen lernen

Die Selbstuntersuchung der Brust durch die Frau ist ein erster Schritt, um die Brustgesundheit zu fördern. Viel weiterführender wäre es zu lernen, wie man systematisch eine „gute Partnerschaft und Freundschaft“ mit der Brust (und natürlich auch mit dem Rest des Körpers) führen kann und wie man ihre Sprache verstehen lernt, indem sie nach ihren Bedürfnissen und Empfindlichkeiten gefragt und auch „gehört“ wird, wenn sie sich

mit Beschwerden meldet. Dann kann sie zu einer Quelle der Lebensfreude und der Zufriedenheit werden.

Die Thermografie übernimmt hierbei eine wichtige Vermittlerfunktion, da auf eine völlig risikolose und belastungsfreie Art die eigene subjektive Wahrnehmung mit einem „objektiven“ Untersuchungsverfahren überprüft und trainiert werden kann. Damit könnten auch junge Frauen schon in eine besondere Fürsorge und Pflege ihrer Brüste eingeführt werden, und wir hätten eine wirkliche Früh-Vorsorge, die nicht erst mit 45 oder 50 Jahren beginnt!



Dr. med. Christian Büttner
Leitender Arzt der
Privatklinik Haus am Stalten,
Facharzt für Allgemeinmedizin,
Anthroposophische Medizin
(GAÄD)

Tätigkeitsschwerpunkte:
Anthroposophische Medizin,
Allgemeinmedizin,
Gesundheitsvorsorge,
Psychoonkologie, Psychosomatik.

Die Kosten für eine Infrarot Thermografie der Brust inklusive Auswertung und Besprechung belaufen sich auf 115,93 €. Sie werden von den privaten Krankenkassen meistens übernommen, von gesetzlichen in der Regel leider nicht.

Untersuchungstermin
Vereinbaren Sie einen Termin zur Untersuchung und Beratung in der Ambulanz der Privatklinik.
Verwaltung: 07629 9109-0

E-Mail: info@stalten.de
Internet: www.stalten.de