

## Dr. Wolfgang May – Der neue Präsident stellt sich vor Zur Natur im Deutschen Naturheilbund

Die Naturheilkunde ist die Kunde von den Heilkräften der Natur. Allerdings lassen sich die Bereiche nicht klar bestimmen – heilt die Natur oder heilen die natürlichen Maßnahmen? Was ist der Wirkmodus der physikalisch – diätetischen und anderen naturheilkundlichen Maßnahmen?

„Es ist nicht die Kälte, die heilt, sondern die Wärme, die durch das kalte Wasser im Körper erzeugt wird“ erklärte V. Prießnitz (1799-1851). Für ihn war das kalte Wasser das Mittel, das die Energieregeneration im Körper aktivierte. Kurze Kaltreize über 5 bis maximal 60 Sekunden regen tatsächlich die Aktivität der Muskelspindeln an, und es kommt zu einer Spannungssteigerung der Muskulatur (Krauß 1990).

Woher kommt unserer Energie, unsere Lebenskraft?

Wärme ist Energie. Bei minus 273°C, dem absoluten Nullpunkt, sind Moleküle bewegungslos. Je wärmer es wird, desto

schneller bewegen sie sich. Eiweißmoleküle sind als Grundstoffe des Lebens, Bestandteile unserer Zellen. In den lebenden Zellen bewegen sie sich anders als in den abgestorbenen. Wissenschaftler haben erfolglos versucht, diese Bewegungen nach den Gesetzen der Newtonschen Physik (Mechanisches Weltbild) zu berechnen. Dies ist jedoch nur mit Hilfe der Quantenphysik möglich (Max Plank 1929).

Wir wissen, dass lebendige Organismen Umweltsignale wie etwa den Kältereiz von kaltem Wasser empfangen und interpretieren. Das Überleben ist direkt von der Geschwindigkeit und von der Effizienz dieser Signalübertragung abhängig. Ein elektromagnetisches Signal kann mit Lichtgeschwindigkeit übertragen werden, während es diffundierende Substanzen nur auf weniger als einen Zentimeter pro Sekunde bringen. Energetische Signale sind also hundertmal effizienter und unendlich viel schneller als die chemischen Signale. Welche Art von Signalen würde

## Was uns bewegt



### Alles im Leben hat seine Zeit.

*Diese Aussage aus der Bibel kennt wohl jeder. Viele Menschen haben sie in ihrer ganzen Tragweite erlebt, im Guten wie im Unguten. Für mich hat diese Aussage heute eine ganz besondere Bedeutung. Acht Jahre lang durfte ich als Präsident des Deutschen Naturheilbundes die Geschicke dieser wunderbaren Organisation begleiten und mit gestalten.*

*Viele große Veranstaltungen und Naturheiltage durfte ich besuchen und mitwirken. In all den Jahren erlebte ich nicht ein einziges Mal unangenehme Situationen oder gar Streit. Immer habe ich die ehrenamtlich arbeitenden Aktiven in den Naturheilvereinen für ihren selbstlosen Einsatz bewundert und das tue ich immer noch.*

*Meine Zeit auf dem Platz des Präsidenten ist nun abgelaufen. Mich erfüllt eine große Dankbarkeit und auch Freude über all die Begegnungen mit den Mitstreitern in der Geschäftsstelle und den Vereinen. Gerne bringe ich auch als Ehrenpräsident meine Erfahrungen bei Veranstaltungen der Naturheilvereine weiterhin mit ein, denn die Naturheilkunde ist immer noch meine tägliche Aufgabe und Arbeit.*

*Nun aber ist ein neuer Zeitabschnitt angebrochen. Wir haben einen neuen Präsidenten.*

*Herrn Dr. med. Wolfgang May kenne ich als wunderbaren Menschen und Arzt schon viele Jahre. Er ist dem DNB schon lange durch seine Mitarbeit im wissenschaftlichen Beirat eng verbunden. Ich bin überaus froh und sehr dankbar, dass gerade er unser neuer Präsident werden durfte.*

*Fazit: Eine gute und schöne Zeit endet und eine weitere gute Zeit nimmt ihren Anfang.*

*Mein Gruß heute lautet, Gott schenke auch Ihnen eine gute Zeit.*

Willy Hauser  
Ehrenpräsident DNB



DNB-Präsident Dr. Wolfgang May mit Leiterin Sabine Neff in der Bundesgeschäftsstelle.

Foto: D. Neutzling

wohl Ihre Gemeinschaft von Milliarden Zellen bevorzugen? Rechnen Sie sich es doch einmal aus.

Um die Steuerung körperlicher Prozesse zu verstehen, haben sich die Wissenschaftler auf die Erforschung von physischen Signalen konzentriert, die sich in chemische Familien unterteilen, beispielsweise in Hormone, Zytokine, Wachstumsfaktoren, Tumor-Unterdrücker, Botenstoffe und Ionen. Auf Grund ihrer ganz auf die materielle Welt und die Newtonsche Physik beschränkte Sichtweise, ließen sie allerdings die Bedeutung der Energie für Gesundheit oder Krankheit völlig außer acht (Lipton B.H. 2007).

Die Ursachen chronischer Krankheiten sind multifaktoriell. Komplex ineinandergreifende Regelkreise müssen bei der Therapie der Funktionen berücksichtigt werden.

Die Funktionsqualität einer Leberzelle, einer Muskelzelle oder auch einer Nervenzelle wird maßgeblich bestimmt von den Bedingungen, unter denen die Zelle zu leben hat. Das ist eine Frage des Stoffwechsels - der Ernährung. Die Funktionsqualität ist somit abhängig vom Wechsel der Stoffe, die wir uns ständig mit der Nahrung einverleiben. Es ist unsere eigene Entscheidung, was wir essen, wie viel wir essen und wie wir essen - was wir unserem Verdauungssystem und dem Stoffwechsel aufbürden. Wir selbst nehmen Einfluss auf jede Zelle, jede Funktionseinheit in unserem Körper. Daneben zeigen auch die Stoffe Wirkung, die durch die bakterielle Zersetzung der Nahrung im Darm entstehen, wie Ammoniak, toxische Fäulnisprodukte, toxische Gärungsalkohole, Kanzerogene. Von Bedeutung ist weiter, ob der Strom der aus dem Verdauungstrakt resorbierten Substanzen auf seinem Weg in die Körperzellen auf Engpässe stößt und ob Stoffwechselmetabolite abgelagert werden.

Funktionieren die verschiedenen Entgiftungssysteme - z.B. Leber, Nieren, Darm, Atmung und Haut ausreichend? Inwieweit werden gerade sie durch unsere therapeutischen Maßnahmen unterstützt? Schon 1955 empfahl Prof. Pfeleiderer: „Erst drainieren, dann trainieren“.

Dem ist nicht viel hinzuzufügen. Die Ausführungen machen jedoch klar, dass das Wissen davon, wie die Natur heilt – die Wirkungen der naturheilkundlichen Maßnahmen auf Körper und Psyche – in den Lehrstühlen der Universitäten noch recht lückenhaft ist.



Zur bewährten Prießnitzkur zählte von Anfang an auch das Wasser- und Tautreten.

Bild: Fotolia

Auf der anderen Seite besitzen wir teilweise jahrhundertalte, bewährte Erfahrungen auf dem Gebiet der Naturheilkunde, deren Methoden und Wirkungen teilweise sehr gut dokumentiert sind.

Seit über 20 Jahren ist die Naturheilkunde universitäres Lehr- und Prüfungsfach. Man versucht jedoch nach wie vor, die Naturheilkunde methodologisch zu definieren. Man spricht von Naturheilverfahren, von Naturheilweisen oder auch von echter (und unechter?) Naturheilkunde, von Außenseiterverfahren (und Insider?) und anderem. Man erstellt Listen mit den Therapien und Begriffen, die dazugehören sollen (was »in« ist) und welche nicht.

Wir naturheilkundlichen Ärzte und Therapeuten fragen uns jedoch, wie wir feststellen können, ob und wie unsere Maßnahmen das Gesundwerden fördern und wie dies Therapeuten, Studenten und Ärzten systematisch und erfolgreich vermittelt werden kann.

Vor diesem Hintergrund will ich mich in der Zeit meiner Präsidentschaft für gesunde und naturgemäße Lebensführung einsetzen, für Hilfe zur Selbsthilfe und für ein Leben in und mit der Natur, soweit dies heute möglich ist.

Ich würde mich freuen, wenn viele unserer Vereinsmitglieder diesen Weg aktiv mitgehen und die Angebote des Deutschen Naturheilbundes nutzen.

Ein großer Wunsch ist auch, für den Deutschen Naturheilbund Mittel zu bekommen, mit denen geeignete wissenschaftliche Studien gefördert oder auch prämiert werden könnten.

Und schließlich liegt mir als Christ nicht zuletzt wegen der gegenwärtigen Differenzen sehr viel daran, dass wir liebevoll und gut miteinander umgehen - und dass unsere Arbeit von Gott gesegnet wird.

Dr. med. Wolfgang May  
Präsident DNB

## Vita

Dr. Wolfgang May,  
geb. 2.6.49;  
verheiratet;  
5 Kinder



Abitur 1969,  
anschließend  
Medizinstudium in München

1975 Staatsexamen und Promotion,  
1976 Approbation

1977–1983 Weiterbildung zum Internisten am Deutschen Herzzentrum, Krankenhaus Neuwittelsbach u. Krankenhaus für Naturheilweisen, jeweils in München.

1983–1989 anfangs Oberarzt, dann Chefarzt der Rehaklinik Haus Bruneck in Kreuth am Tegernsee.

Weiterbildung zum Facharzt für Physikalische Medizin, Rehabilitation und Kurmedizin.

1991–2010 niedergelassen als Facharzt für innere Medizin, Physikalische Medizin und Rehabilitation in Schwangau.  
Zusatzausbildung in Umweltmedizin und Akupunktur.

2011–2014 Chefarzt der Hufelandklinik in Bad Mergentheim, einer Rehaklinik mit Schwerpunkt Onkologie.  
Weiterbildungsberechtigung der bayrischen und baden-württembergischen Landesärztekammer für Naturheilverfahren, Innere Medizin, Physikalische Therapie und Homöopathie.

Seit März 2015 Präsident DNB.

# Neues Vorstands-Team beim Naturheilverein Bad Nauheim-Bad Vilbel

In der Mitgliederversammlung des Naturheilvereins Bad Nauheim-Bad Vilbel e. V. ging es zunächst um die zahlreichen Aktivitäten. Den Kassenbericht 2014 und den Haushaltsplan für 2015 erläuterte der für die Finanzen und Mitgliederverwaltung zuständige Wolfgang Schaller aus Wöllstadt. Das Geschäftsjahr 2014 wurde fast ausgeglichen mit einem Volumen von über € 142.000,- abgeschlossen und der Vorstand entlastet. Nach vielen Jahren musste beschlossen werden, den Familien-Mitgliedsbeitrag von € 4,10 ab 2016 auf € 4,50 anzuheben. In diesem Beitrag wird weiterhin der Bezug des Verbandsorgans „Naturarzt“ enthalten sein. Die Mitglieder stimmten dem Haushalts-Entwurf für 2015 zu, der wegen der Naturheiltage einen Umfang von über € 170.000,- haben soll.

Bei den Wahlen des Teamvorstandes ergaben sich Veränderungen, weil Glorinda Jutta Lohmann, Helmut Dittmann und Lutz Delling nicht mehr kandidierten. Beson-

ders hervorgehoben wurde, dass Helmut Dittmann allein bei den letzten Naturheiltagen 49 neue Mitglieder geworben hatte. – Der neue Vorstand wird acht Mitglieder haben: Petra Hellmeck (Rosbach-Rodheim), Sabine Hübner (Bad Nauheim), Silke Mithoff (Friedberg), Gisela Pabel-Rüger (Frankfurt/Nieder-Erlenbach; zuständig für Bad Vilbel), Gerhard Rupperti (Friedberg), Wolfgang Schaller (Wöllstadt). Neu sind Karin Brauckhoff (Solms) und Lutz Fiedler (Niederdorfelden).



Das neue Team v.l.: Karin Brauckhoff, Gerhard Rupperti, Sabine Hübner, Silke Mithoff, Petra Hellmeck, Lutz Fiedler, Gisela Pabel-Rüger, Wolfgang Schaller.  
Foto: J. Pollmar

Joachim Pollmar  
NHV Bad Nauheim-Bad Vilbel

## Vortrag über Mobbing beim NHV Viernheim

Wenn die Schule oder der Arbeitsplatz zur Hölle werden.

Es beginnt meist mit einer Auseinandersetzung am Arbeitsplatz. Dann wiederholen sich die Anfeindungen. Das Opfer wird zusätzlich mit Arbeit belastet, kritisiert, von der Gruppe ausgeschlossen. Dieser Mensch leidet unter schweren Depressionen, wird psychisch krank und kapituliert. Dann folgt der Verlust des Arbeitsplatzes, der Verlust der Familie. In Deutschland gibt es nach Schätzungen der damit befassten Ärzte und Psychotherapeuten 1 bis 2 Millionen Mobbing-Opfer.

Bei einem solchen Schicksal kann sich ein betroffener Mensch kaum allein helfen. Er braucht dringend seelische, psychotherapeutische Hilfe. So jedenfalls erfuhren es die Zuhörer bei einem Vortrag des Naturheilvereins Viernheim, Weinheim und Umgebung in der Kulturscheune. Referenten waren die Viernheimer Heilpraktiker für Psychotherapie, Michael Rohrbacher und Heidi Renzland-Rohrbacher. Es sei für Therapeuten und Ärzte wichtig, ob es sich um eine normale Konfliktlösung oder um anhaltendes Mobbing handelt. Es sollte alles getan werden, um das Opfer wieder zu stabilisieren. Wichtige Hilfen seien die Mitarbeit in einer Selbsthilfegruppe und das Beratungsangebot bei den Mobbing-Sprechstunden des Kreises Bergstraße.

Walter Schledt  
NHV Darmstadt

Hans Todt  
NHV Viernheim

## Geschmackvolle Kräuterwanderung des Naturheilvereins Darmstadt



Sonne, Kräuter und viel Spaß hatten die 29 Personen der 2-stündigen Kräuterwanderung über den Hainrich und den Knoß in Groß-Umstadt. Eingeladen hatte der Naturheilverein Darmstadt u. Umgebung 1884 e.V. Pflanzenheilkundlerin Natascha Jaskulla aus Mühlheim führte die Interessierten im Alter von fünf bis 70 Jahren durch Wald und Flur und stellte die reichlich wild wachsenden Kräuter vor. Die Gesundheitsberaterin vermittelte u.a. zu Knoblauchsrauke, Sauerklee, Brennnessel, Scharbockskraut, Schafgar-

be, Nelkenwurz enorm viel Fachwissen aus der traditionellen Pflanzenheilkunde und gab wertvolle Tipps zum richtigen Erntezeitpunkt und zur Verwendung in der Wildkräuterküche. Die während der Wanderung gesammelten Kräuter wurden anschließend auf der Streuobstwiese von Annette Däschner gemeinsam zu Kräuterquark und Kräuterziegenfrischkäse verarbeitet und mit bunten Pellkartoffeln oder frischem Brot verzehrt.

## Gute Tipps zur Pressearbeit vom Vereinspraktiker auf der Jahrestagung

## Vom Wesen der Presse(mitteilung)

Wenn wir das „Tagblatt“, den „Anzeiger“ oder den „xy-Boten“ aufschlagen, werden wir bemerken, dass mindestens eine ganze Seite existiert, in welcher sich – mehr oder weniger auffällig – eine Menge kleiner und manchmal feiner Textchen tummeln, die nur aus wenigen Zeilen bestehen. Dann handelt es sich um die Spezies der so genannten Pressemitteilungen.

Und wenn diese kostenlosen, aber zunächst stummen Notizen zudem noch mit einem schönen, attraktiven Portraitbild versehen sind, werden sie vom Betrachter auch in vielen Fällen gelesen. Und erst damit erfüllen sie endlich ihren Sinn: sie machen etwas bekannt. Eine Veranstaltung oder einen abendfüllenden Vortrag in einem Naturheilverein zum Beispiel. Es wird uns dabei nicht sonderlich überraschen, dass sich eine solche von tausenden von Menschen gelesene Mitteilung auch in der Besucheranzahl des Vortrages niederschlägt. Und ja, natürlich auch in der Vereinskasse.

Nur: wie bekommt man eine attraktive Mitteilung (fast) regelmäßig in die Presse, vielleicht sogar mit Bild? Das hängt – wie so vieles im Leben – interessanterweise von genau zwei Personen und deren Verbindungsqualität ab. Also: (a) vom Verfasser der Pressemitteilung, und (b) vom Empfänger, also dem oder der Redakteur/in. Dann von der Mitteilung selbst (c). Und schließlich von der Beziehung des Absenders zur Redaktion (d). Ist einer dieser Voraussetzungen ungünstig, könnte es schon schwierig werden mit einer Veröffentlichung.

Redakteure bekommen jeden Morgen bis zu dreihundert E-Mails plus Anhang. Wir klicken uns da mal rein. Also ... der örtliche Kindergarten lädt nächsten Mittwoch zum Elternabend ein. Nächste Woche gibt es zwei Konzerte, eine Ortsführung, fünf Vorträge, dann die Altschuhsammlung sowie das Pferdgestüt Hohenlohe, welches den Tag der offenen Box veranstaltet. Was noch ... oh, schon elf? Redaktionsschluss! Sorry! Unser Text wurde - anstatt von zehntausend Menschen - leider nur von einer einzigen Person gelesen: Vom Redakteur selbst. Er wird nie erscheinen. Viel zu lang und umständlich geschrieben, ein unbekannter Absender à la „zwerg144b@gmail.com“, der Betreff zudem wenig aus-



Christian Hilse referierte in Ilshofen.

Bild: S. Vieth

sagekräftig, hätte seine Zusammenfassung die Zeit in Anspruch genommen, die in Reaktionsstuben ohnehin nicht besteht. Somit enden leider die meisten Mitteilungen einsam im digitalen Universum, bevor sie ihren Sinn auf Erden auch nur annähernd erfüllen konnten.

Ergo: Es ist wichtig, einen Kontakt zur Redaktion aufzubauen. Anfangs einfach kurz anrufen und sich freundlich und ehrlichen Herzens vorstellen. Ein gemeinnütziger, evtl. lang bestehender und seriöser Naturheilverein, das ist doch wunderbar! Die Frau am anderen Ende der Leitung war ja selbst schon beim Naturheilkundler und nimmt seit dem Schüsslersalze. Dabei den Redaktionsschluss erfragen, wann also die Mail an die Redaktion spätestens kommen soll. Zudem den eigenen Mail-Namen erwähnen.

Diese Mail, deren Timing, sowie ihr Inhalt ist absolut entscheidend. Betreff z.B. „Fachvortrag NHV xy“. Sie darf nicht zu früh und natürlich auch nicht zu spät ankommen. Im Anhang der E-Mail (Word-Format) kurz und knapp auf einer Achtelseite - dabei dennoch Interesse weckend und fehlerfrei - beschreiben, wer wann wo was veranstaltet. Den Referenten vielleicht kurz mit einem Zitat zu Wort kommen lassen. Eine prägnante Überschrift

finden, den Eintrittspreis und den Hinweis auf die Abendkasse nicht vergessen. Und schließlich noch ein gut aufgelöstes Portraitbild im JPEG-Format, welches sich im zweiten Anhang befindet. Das Ganze am besten zwischen 9.15 – 9.30 Uhr absenden: es ist die perfekte Zeit, noch vor der Redaktionskonferenz.

Natürlich ist das umfassende Auslegen der (Jahres)programme an geeigneten Standorten ebenso wichtig, denn ein unter manch schreienden Lack-Flyern herausragendes, schönes Programm auf gutem Papier lässt sich selbst durch eine herunterladbare digitale ePaper-PDF-Version auf unserer Webseite nicht wirklich ersetzen. Und vielleicht noch dieser persönliche Tipp zum Schluss: Anfang jedes Jahres schalten wir eine kostenpflichtige Anzeige in besagten Tagblättern. Sie enthält auch unseren Blickfang in Farbe: das Titelbild des bereits ausgelegten Jahresprogramms und alle Vortragstermine („Fachvorträge“) auf einen Blick. So entsteht ein hoher Wiedererkennungswert. Das kostet einmalig einen annehmbaren dreistelligen Betrag, aber es gibt uns wesentliches zurück: Neben mehr Besuchern und der steigenden öffentlichen Bekanntheit wuchs so über die Jahre eine mittlerweile stabile Verbindung zu zwei Redaktionen, die natürlich auch der Veröffentlichungsrate (ca. 80%, 60% mit Bild) unserer Pressemitteilungen zugute kam. Und dies dient der Atmosphäre in gut besuchten Vorträgen und somit letztlich allen Beteiligten.

Mit sonnigen Mai-Grüßen an die Vereinskollegen aus dem bayerischen Oberland,

Christian Hilse  
Vorsitzender NHV Oberland von  
2010–2015

## Impressum

### Herausgeber & Redaktionsanschrift:

Deutscher Naturheilbund eV  
Christophallee 21  
75177 Pforzheim  
Tel. 0 72 31/462 92 82  
E-Mail: info@naturheilbund.de  
Internet: www.naturheilbund.de

### Redaktion:

Dr. Wolfgang May (Verantw.)  
Sabine Neff