

Auf der Suche nach dem letzten Puzzleteil

Humoralmedizin beobachtet Ess-, Bewegungs- und Schlafgewohnheiten

Die Blutegel-Therapie in der Praxis von Bettina Weiß-Spencer (wir berichteten) gehört wohl eher zu den ungewöhnlicheren Heilmethoden der Humoralmedizin. Tatsächlich zählen zur Lehre der Körpersäfte auch völlig harmlose Verfahren – wie das Beobachten unserer Ess-, Bewegungs- und Schlafgewohnheiten.

Von Sophia Heyland

Hohenbrunn – Patienten, die sich den Weg in die Praxis durch Blumen- und Pflanzentöpfe hindurch geschlängelt haben, müssen der Heilpraktikerin eigentlich gar nicht mehr viel erklären. Bettina Weiß-Spencer blickt ihnen in die Augen, lässt sich die Zunge zeigen, fühlt den Puls und – doch wieder etwas Ungewöhnliches – untersucht den Urin. Abgefüllt in sechs Reagenzgläser, mit Reagenzien versetzt und abgekocht, wird beobachtet, was geschieht. Jedes Reagenzglas steht für verschiedene Organe. Auffälligkeiten in Reagenzglas Nummer sechs verraten beispielsweise, dass der Patient Probleme mit der Leber hat. „In aller Regel bestätigen Zungen-, Puls- und Augendiagnose dann diese ersten Erkenntnisse“, sagt Weiß-Spencer. Und spätestens, wenn der Patient seine „Hausaufgaben“ gemacht hat, also über eine Woche genau dokumentiert, wann er wie viel isst und trinkt, kann Weiß-Spencer mit der speziell auf ihn zugeschnittenen Therapie beginnen. „Manchmal“, sagt sie, „ist Humoralmedizin wie ein Puzzlespiel“: Stück für Stück entsteht von einem Patienten ein vollständiges Bild.

Es sind scheinbar untergeordnete Details, die Weiß-Spencer besonders aufhorchen lassen. Ein Beispiel ist Kohlensäure, wie sie Cola, Fanta und fertig gemixte Schorlen meist enthalten. Wer seinen Flüssigkeitsbedarf von zwei bis drei Litern täglich, vorrangig mit diesen Getränken stillt, nimmt gleichzeitig große Mengen an Kohlensäure zu sich. Das kann den Magen übersäuern. Werden dazu noch große Mengen Kaffee oder schwarzem Tee getrunken, gerät dieser völlig aus dem Gleichgewicht. Magen, Darm und Lymphe werden dem Element des Wassers und somit dem Phlegmatiker zugeordnet. Wer seinen Durst nur mit eben diesen Getränken stillt, darf sich über Trägheit und Müdigkeit nicht wundern.

Bewegung hält die Körpersäfte ebenfalls im Fluss. Menschen, die viel sitzen und sich zudem falsch ernähren, geraten meist leichter in Rage. Der Grund: Ihr Blut ist dicker und träger als bei Menschen, die ihren Blutkreislauf durch regelmäßigen Sport anregen. Wer chronisch verspannt ist oder Probleme mit der Wirbelsäule hat, kann sich sein dickes Blut auch mithilfe des Schröpfens verflüssigen lassen. Für diese Therapieform der Humoralmedizin liegt der Patient auf dem Bauch, sein Rücken wird mit wohl duftender Schröpfsalbe eingerieben. Bettina Weiß-Spencer erwärmt die Schröpfgläser kurz mit einer Feuerflamme und setzt sie dann für 20 Minuten auf den Rücken ihres Patienten.

Eine weniger aufwändige, aber ebenso wichtige „Therapie“ ist der Schlaf. Weiß-Spencer ermahnt ihre Patienten immer wieder, auch ausreichend zu schlafen. „Die Grundregel sollte lauten: Bettruhe immer vor 22 Uhr.“ Körper – und Seele – werden es einem danken.