

Wirksamkeit anderer Medikamente beeinflussen (siehe ASPEKTE 10 „Wechselwirkungen mit HIV-Medikamenten“).

- Bei der Suche nach dem/r richtigen Therapeuten/in kann Ihnen möglicherweise Ihr/e Arzt/Ärztin behilflich sein. Auf jeden Fall sollten Sie darauf achten, ob der/die Therapeut/In für die Behandlungsmethode, die er/sie anbietet eine Qualifikation oder Ausbildung vorweisen kann. Lassen Sie sich ausführlich über die Ziele und die Vorgehensweise informieren: Gibt es einen zeitlichen

Rahmen, wie lange die Therapie erfolgen soll? Wie hoch sind die Kosten?

Seien Sie vorsichtig bei TherapeutInnen, die unrealistische Erfolge (wie z.B. die Heilung von der HIV-Infektion) versprechen, oder ihre Behandlungsmethode als die einzig richtige darstellen und die Schulmedizin strikt ablehnen. Misstrauen Sie TherapeutInnen, die verlangen, dass Sie auf schulmedizinische Arzneimittel verzichten oder die Zusammenarbeit mit Ihrem/r behandelnden Arzt/Ärztin aufgeben!

ASPEKTE

ASPEKTE

Kontakte Dieser Folder ersetzt nicht das Gespräch mit einem Arzt/einer Ärztin

Steirische AIDS-Hilfe
AIDSHILFE OBERÖSTERREICH
AIDS-Hilfe Tirol
aidshilfe Kärnten
Aidshilfe Salzburg
AIDS-Hilfe Vorarlberg
Aids Hilfe Wien

Tel: 0316/81 50 50
 Tel: 0732/21 70
 Tel: 0512/56 36 21
 Tel: 0463/55 128
 Tel: 0662/88 14 88
 Tel: 05574/46 5 26
 Tel: 01/599 37

Homepage der AIDS-Hilfen Österreichs: <http://www.aidshilfen.at>
 Impressum: © Die AIDS-Hilfen Österreichs, 2003
 Text: Dr. Sigrid Ofner
 Gestaltung: PK_P

Komplementärmethoden bei HIV-Infektion

**Die AIDS-Hilfen
 Österreichs**



ASPEKTE

Komplementärmethoden bei HIV-Infektion

Komplementärmedizin - Was versteht man darunter?

Unter Komplementärmedizin werden alle jene Therapien zusammengefasst, die über die westliche Schulmedizin - also jene Medizin, die bei uns an den Universitäten gelehrt wird - hinausgehen. Dazu gehören die verschiedensten Behandlungsmethoden, wie z.B. Homöopathie (nach dem Ähnlichkeitsprinzip arbeitende Heilmethode, von einem deutschen Arzt entwickelt), Phytotherapie (Arzneimittel aus Pflanzen), Ayurveda (traditionelle indische Medizin = älteste bekannte Naturheilkunde), Akupunktur (Nadelbehandlung, Teil der traditionellen chinesischen Medizin), Bachblütentherapie (naturheilkundliche Therapie mit Blütenauszügen) etc.

Neben diesen Therapiemethoden werden aber auch Entspannungstechniken, verschiedene Arten von Massagen und Ähnliches, wie z.B. Yoga (indisches Übungssystem für Körper, Geist und Seele), Shiatsu (chinesisch/japanische Energiemassage), Reiki (japanische Energiearbeit), Autogenes Training (Art der Selbsthypnose) etc., zu den Komplementärmethoden gezählt.

Komplementärmedizinische Methoden - Was können sie?

Ebenso wie die schulmedizinische HIV-Therapie, die hochaktive antiretrovirale Therapie (siehe ASPEKTE 1 „Kombinationstherapie“), können auch komplementärmedizinische Methoden das HI-Virus nicht aus dem Körper vertreiben. Eine Heilung der HIV-Infektion ist bisher, egal

Im Unterschied zur Schulmedizin, die sich im wesentlichen darauf beschränkt, körperliche Symptome (Krankheitszeichen) zu behandeln, bezieht die Komplementärmedizin auch Geist und Seele mit ein. Es handelt sich dabei also um sogenannte ganzheitliche Methoden, in dem Sinn, dass neben körperlichen auch psychische, energetische und teilweise spirituelle Aspekte berücksichtigt werden - der Mensch wird als Ganzes betrachtet.

Wichtig ist, dass all diese Verfahren nicht als „Gegenmittel“ zur üblichen Medizin verstanden werden sollten, denn die Komplementärmedizin kann die schulmedizinische Behandlung nicht ersetzen, sondern nur ergänzen (lateinisch „complementum“ = Ergänzung). Der häufig verwendete Name „Alternativmedizin“ ist daher schlecht gewählt, da es dabei nicht um eine Entweder/oder-Entscheidung, sondern um eine ergänzende Zusammenarbeit gehen sollte.

mit welchen Behandlungsmethoden, nicht möglich!

Für die Wirksamkeit vieler Komplementärmethoden gibt es keinen gesicherten Nachweis. Klinische Studien, wie sie für schulmedizinische Medikamente durchgeführt werden,

sind im Komplementärbereich nicht üblich und wären auch aus finanziellen Gründen kaum durchführbar. Dennoch verwendet ein Großteil der HIV-infizierten Menschen komplementärmedizinische Methoden, zumindest als begleitende Therapie. Viele von ihnen vor allem zur Behandlung oder zumindest zur Abschwächung von Nebenwirkungen sowie zur Verbesserung der Lebensqualität im Allgemeinen. Gründe für die Hinwendung zur

Komplementärmedizin könnten Anonymität und Zeitmangel im schulmedizinischen Betrieb sein. Die Beziehungen zwischen PatientInnen und ÄrztInnen verlaufen oft unbefriedigend. Häufig haben Betroffene das Gefühl, missverstanden oder - vor allem hinsichtlich ihrer psychischen und sozialen Probleme - nicht ernst genommen zu werden (siehe ASPEKTE 12 „Arzt-Patienten-Beziehung“).

Wahl der geeigneten Komplementärmethode - Was sollte ich beachten?

Ein wesentlicher Punkt, der oft nicht bedacht wird, ist, dass komplementärmedizinische Verfahren meist zeitaufwendig sind und daher Geduld und Engagement erfordern. Überlegen Sie sich zuallererst, was sie sich von der Komplementärmedizin erwarten und ob Sie dafür bereit sind, aktiv Veränderungen in Ihrer Lebensweise vorzunehmen. Welche Methode sagt Ihnen persönlich am meisten zu bzw. passt am besten zu Ihrem Lebensstil? Es hat keinen Sinn, sich zu etwas zu zwingen, nur weil es bei jemandem anderen gut gewirkt hat. Erstens wird einem das Durchhaltevermögen bald ausgehen, zweitens haben Erfahrungen gezeigt, dass Behandlungen um so besser wirken, je mehr man von ihnen überzeugt ist.

Haben Sie eine Methode gefunden, die Ihnen zusagt, sollten Sie sich eingehend darüber informieren. Handelt es sich um eine aner-

kannte Methode? Gibt es dazu seriöse Berichte? Welche Risiken oder Nebenwirkungen kann die Behandlung haben? Sprechen Sie unbedingt auch mit Ihrem/r Arzt/Ärztin über Ihre Pläne. Um die Vorteile von Schul- und Komplementärmedizin optimal nutzen zu können, wäre natürlich eine Zusammenarbeit von Arzt/Ärztin und Therapeuten/in am besten. Zumindest ist es jedoch erforderlich, dass sowohl der/die Schulmediziner/in als auch der/die TherapeutIn die andere Auffassung respektieren. Bitten Sie Ihre/n Arzt/Ärztin, Sie im Hinblick auf möglichen Nutzen oder Schädlichkeit komplementärmedizinischer Methoden zu informieren. Fragen Sie konkret, ob Wechselwirkungen zwischen den komplementären Maßnahmen und Ihrer HIV-Therapie zu erwarten sind. Nicht alle komplementären Therapien sind harmlos! So können z.B. auch pflanzliche Arzneimittel die