

# Erster Sigmaringer Naturheiltag stößt auf überraschend große Resonanz

**SIGMARINGEN - Als einen großen Erfolg werten die Veranstalter – das Zentrum für Traditionelle Chinesische Medizin und Naturheilverfahren (TCM) und das Bildungszentrum Gorheim – den ersten Naturheiltag am Samstag im Hofgarten. Bis zu 150 Besucher informierten sich über Themen wie Heilpflanzen, Homöopathie oder Akupunktur.**

Von unserem Redakteur  
**Christoph Kiefer**

„Toll war’s“, fasst Dr. Michael Rupprecht (TCM) seinen Eindruck von der Premiere in Sigmaringen zusammen. „Aus der Erfahrung der Naturheiltage, die wir in den vergangenen Jahren in Konstanz angeboten haben, waren wir sicher, dass Interesse an dem Thema da ist.“ Die hohe Resonanz besonders am Nachmittag mit etwa 150 Besuchern („wir haben immer mehr Stühle hereingeholt“) sei aber über-

schend groß und erfreulich gewesen. Das Konzept, in halbstündigen Vorträgen den ganzen Tag über verschiedene Themen anzusprechen, habe sich bewährt. „Wir überlegen, einen Naturheiltag jetzt jedes Jahr zu veranstalten.“ Für Dr. Wilbirgis Klaiber, Leiterin des Bildungszentrums, zeigt die Resonanz, dass Interesse besteht an Naturheilkunde, die nicht gegen die Schulmedizin gerichtet ist, sondern sich als Ergänzung sieht. „Ich hatte schon lange eine solche Veranstaltung vor und bin froh, dass sich jetzt passende Partner gefunden haben.“

Ein Großteil der Besucher – viele von außerhalb von Sigmaringen – verfolgten die Vorträge den ganzen Tag über, andere hatten sich gezielt einzelne Themen herausgesucht. Der Kneipp-Experte Gerd Bantle stellte heraus, dass Pfarrer Sebastian Kneipp nicht nur mit warmen und kalten Wasserreizen gearbeitet hat, sondern die Kneipp-Bewegung auf fünf Säulen ruhe. Genügend Bewegung, ausgewogene Ernährung, der Einsatz von



Ein gesunder Darm wirkt sich positiv auf den ganzen Körper aus, betonte Dr. Karin Rupprecht, die über „Mayr-Medizin“ sprach. SZ-Foto: Kiefer

Heilpflanzen („auf unserer Kneippanlage an der Donau wachsen mehr als 60 Arten“) und ein ausgeglichener Lebensrhythmus hätten für Kneippi-

ebenfalls einen wichtigen Stellenwert. Dr. Karin Rupprecht arbeitete den Einfluss einer gesunden Verdauung, wie sie der Arzt Dr. F. X. Mayr beschrieben

hat, auf den gesamten Körper heraus. „Darm und Gestalt stehen in einem engen Zusammenhang.“ Die Zuhörer erfahren, dass Darmträgheit zu Fehlvorgängen führen kann. Die Mayr-Medizin beschreibt, wie der Darm gestärkt und die Versorgung des Körpers mit gesunden Nährstoffen gesteigert werden kann. Rupprecht empfahl einmal jährlich eine Mayr-Kur, die zum Beispiel hilft, bewusster zu essen („die Kur hat nichts mit Hungern zu tun!“). Positive Effekte ließen sich unter anderem auch auf Körperhaltung und das Aussehen der Haut beobachten.

Dr. Karl-Heinz Dietermann, Allgemeinmediziner aus Jestetten, wies auf das in allen Kulturen vorhandene Wissen um Heilkräfte in Pflanzen hin. In seinem praxisorientierten Vortrag empfahl der Arzt einzelne Kräuter bei so genannten banalen Erkrankungen. Naturarzneien unterstützten die Selbstheilungskräfte des Menschen. In der Hausapotheke seien die wichtigsten Heilpflanzen früher meistens vorrätig gewesen.