

Was die Ohrläppchen über unser Befinden verraten

Heiko Gärtner und Tobias Krüger schreiben „Krankheiten auf einen Blick erkennen“ — Alternative Heilmethoden vorgestellt

Ein Gesicht kann mehr verraten als Zorn, Wut oder Freude. Es gibt – zumindest dem geübten Betrachter – zahlreiche Anhaltspunkte, wie es um die Gesundheit, die Willensstärke und die Energie des Menschen bestellt ist. Heiko Gärtner und Tobias Krüger haben darüber ein Buch geschrieben. „Krankheiten auf einen Blick erkennen“, heißt es und widmet sich der sogenannten Antlitz- und Körperdiagnose.

NEUMARKT – Wie kann es sein, dass Naturvölker, die keine oder nur unzureichende medizinische Versorgung haben, weder an Allergien noch an Karies oder Bluthochdruck leiden? Es gibt viele Antworten auf die Frage, eine wäre: Sie leben im Einklang mit der Natur und lassen sich nicht vom Alltag stressen. Wer täglich hetzt, sich keine Zeit zum Essen nimmt und den Tag über im Gebäude verbringt, ohne auch nur zehn Minuten an der frischen Luft gewesen zu sein, der wird früher oder später krank. Herzinfarkt, Krebs, Diabetes sind die Folgen und in den Industrieländern schon Volkskrankheiten. Wir müssten es aber besser wissen. Der Körper deutet bereits sieben Jahre, bevor eine Krankheit ausbricht beziehungsweise eindeutig diagnostiziert wird, mit verschiedenen Symptomen auf die Erkrankung hin, schreibt Heiko Gärtner in seinem Buch. Wer die 410 Seiten von „Krankheiten auf einen Blick erkennen“ liest, der wird seine Mitmenschen mit ganz anderen Augen betrachten – und sich selbst auch.

Nicht alle Erkenntnisse sind neu. Vieles hat man schon einmal gelesen oder gar beim Arzt gehört. Der Zungenbelag wird zum Beispiel in dem Buch ausführlich beschrieben. Auch

dass Menschen mit vollen Lippen sinnlich und gefühlvoll sind und diejenigen, die einen festen, warmen Händedruck haben, ausgeglichen sind und eine positive Einstellung zum Leben haben, ist bekannt. Doch das Buch der Neumarkter, das jetzt im mvv-Verlag erschienen ist, geht tiefer.

Fast zwölf Jahre lang arbeitete Gärtner daran. Sein Kumpel Tobias Krüger unterstützte ihn. Die beiden Männer reisten zu Naturvölkern, begneteten Menschen, die sich mit alternativen Heilungsmethoden beschäftigten. Sie sammelten die Informationen und fassten sie zusammen. Im Buch finden sich übersichtliche Listen und Bilder, ein ausführliches Inhaltsverzeichnis lotet den Leser durch das Werk. Wer unter Angstschweiß oder Magen-Darm-Problemen leidet, der findet unter dem jeweiligen Stichwort sofort eine Antwort auf sein Leiden.

Heiko Gärtner war als junger Mann krank. Er hatte einen Gehörsturz und eine Hirnhautentzündung und musste oft zum Arzt. Die Symptome wurden mit Medikamenten behandelt. Er stellte sich die Frage, warum er überhaupt krank wurde. „Durch meine sehr deutsche schulmedizinische Einstellung war ich der festen Meinung gewesen, dass Krankheiten nur Schicksal sein können“, schreibt der 34-Jährige. Er begann, sich für Alternativen zu interessieren und vertiefte sich in das Thema.

Leerer Tank

Energie, Zufriedenheit, Vertrauen, Seele – diese Worte finden sich häufig in dem Buch. Und tatsächlich ist es oft der psychische Ballast, der einer Erkrankung Tür und Tor öffnet. Heiko Gärtner umschreibt dies mit den fünf Energietanks. Nicht jeder



Heiko Gärtner (li.) und Tobias Krüger stellen ihr Buch „Krankheiten auf einen Blick erkennen“ vor. Foto: Hubert Bösl

Mensch kann an jedem Tag frei von allen Lastern leben. Doch man kann ausgleichen. Wer täglich seine Zigarette raucht, sich trotzdem gesund ernährt, das heißt mit viel frischem Obst und Gemüse, wenig Zucker und

ausreichend Wasser, wer sich täglich an der frischen Luft bewegt und ausreichend schläft, mit einer positiven Grundeinstellung lebt, der kann seinen „belasteten“ Tank ausgleichen, schreibt Gärtner.

In dem Buch betonen die beiden, dass dieses oder jenes Merkmal auf eine bestimmte Krankheit hindeuten könnte. Es muss also nicht auf jeden Menschen zutreffen. Laut Gärtner und Krüger zeigt das Ohrläppchen an, wie energiereich ein Mensch ist: ein harmonisch geformtes Ohrläppchen weist auf eine starke Vitalität hin, ist das Ohrläppchen „kleingeschrumpft“, könnte das ein Hinweis auf ein hohes Herzinfarktrisiko sein. Es werden nicht nur Finger- oder Zehenstellungen umschrieben (Beispiel: gelbe Fingernägel deuten auf Gallen- und Leberstörungen hin, sie können auch ein Symptom für ein Lymphödem sein oder chronische Atemwegsinfektionen), sondern auch Gesichtsformen und Reflexzonenmassagen oder Yoga-Übungen.

Die Autoren geben Tipps, wie man alternativ heilen kann, unter anderem mit Kinesiologie oder der Meridian-Energie-Technik. Wichtig ist: Man muss dran glauben und sich darauf einlassen. Ob Ärzte das Buch gelesen und für gut befunden haben? Mediziner hätten das Buch auch gelesen, sagen die Neumarkter. Feedback haben sie aber (noch) nicht bekommen. „Unsere Zielgruppe sind Menschen, die sich selbst erfahren wollen und nicht die Verantwortung allein dem Arzt überlassen“, sagt der 28-jährige Tobias Krüger. Man erfahre auch viel über sich selbst, sagen die Autoren. Das Buch könne helfen, Blockaden zu lösen und sich wieder neu zu programmieren. MELANIE KUNZE

i Heiko Gärtner und Tobias Krüger: Krankheiten auf einen Blick erkennen; mvv-Verlag München, ISBN 978-3-86882-449-0, Preis: 19,99 Euro.

Krankenhäuser im Fokus

SPD-Kreistagsfraktion bereitete die nächste Sitzung vor

NEUMARKT – Eine der wichtigsten Aufgaben im Landkreis ist nach Auffassung der SPD-Kreistagsfraktion der Erhalt der Krankenhäuser in Neumarkt und Parsberg als öffentliche Aufgabe der Daseinsvorsorge.

Viele Krankenhäuser in Deutschland würden – so Fraktionsvorsitzender Helmut Himmeler – seit Jahren durch die Unterfinanzierung des Gesundheitswesens konsequent in die Privatisierung getrieben und damit dem Profitinteresse von börsennotierten Klinikketten unterworfen.

Umwandlung richtig

Die Umwandlung in die Rechtsform eines Kommunalunternehmens habe sich in der Rückschau als richtig erwiesen, da die Kreispolitik in der Verantwortung bleibe und immer noch mitentscheide bei der Weiterentwicklung des Klinikums, das mit rund 1400 Mitarbeitern auch einer der größten Arbeitgeber im Landkreis sei.

Die SPD-Kreistagsfraktion ist auch bereit, notwendige Investitionen (Kinderhaus, Wohnheim für die Auszubildenden, Verbesserung der Parksituation für Mitarbeiter und Besucher bzw. Patienten) teilweise über den Kreishaushalt zu finanzieren.

Am kommenden Freitag wird die Kreistagsfraktion auf Vermittlung des Parsberger Kreisrats Erwin Jung das Kreiskrankenhaus Parsberg besuchen, um sich über die aktuelle Situation und die Entwicklung der dort neu eingerichteten Akutgeriatrie zu informieren.

Auch mit der vorgesehenen Verlängerung der S-Bahn Nürnberg-Neumarkt nach Parsberg wird sich die SPD befassen. *nn*

Über die neueste Entwicklung in Sachen Ganzjahresbad ließen sich die Kreisräte vom Neumarkter Stadtrat Günter Stagat informieren. Dieser bestätigte die Planungen der Stadt ohne das Hallenbad des Landkreises, allerdings solle der Unterricht der weiterführenden Schulen – den der Landkreis sicherstellen muss – in der neuen Einrichtung ermöglicht werden.

Stellvertretende Landrätin Carolin Braun meinte, das nehme man lediglich zur Kenntnis. In Neumarkt rede man schließlich seit den 1980er Jahren von Zauberbergen, Ganzjahresbädern u. ä. – wirklich passiert sei aber in all den Jahren nichts.

Erna Späth erinnerte an die nach wie vor mögliche Kooperation des Landkreises mit der Gemeinde Berg. Die Berger SPD hat sich unabhängig von der Entwicklung in Neumarkt klar für die Generalsanierung und Modernisierung der Einrichtung an der Schulstraße ausgesprochen und will diese konsequent angehen.

Gute Kooperation

Positiv bewertet wurde die gute Kooperation bei der sich abzeichnenden Realisierung des neuen Kinderhauses beim Klinikum zwischen dem Landkreis und der Stadt Neumarkt. Die SPD-Kreistagsfraktion hatte sich in den letzten Jahren stets für eine attraktive Kinderbetreuung am Klinikum eingesetzt. Schon heute und mehr noch in der Zukunft werde man das gefragte medizinische und pflegerische Personal nur bei gegebenen Betreuungsmöglichkeiten für die Kinder der Beschäftigten in unmittelbarer Nähe des Klinikums bekommen bzw. halten, meinte Jutta Spengler. *nn*

Aus der Leserpost

„Nur Allgemeinplätze“

Betrifft: Vorgaben für das neue Wohngebiet Fuchsberg.

UPW-Pressesprecher Meier zeigt bei seiner Überreaktion deutlich, dass der Vorschlag der CSU-Stadtratsfraktion genau in die richtige Richtung geht. Mit Formulierungen wie „Baugebiet rasch baureif machen, sinnvolle Erschließung, Bebauungsplan anfertigen“, usw., erklärt er dem geneigten Leser mit Allgemeinplätzen, was ohnehin Aufgabe einer Kommune ist.

Insbesondere die UPW sollte sich die Formulierung „rasch“ in Verbindung mit Baumaßnahmen zum Standardvokabular machen. Denke man doch an die verheerende Baumaßnahme in der Ingolstädter Straße und aktuell die Lammsbräukreuzung. Hier hat der Oberbürgermeister, mit wenig Gefühl für die Unternehmen,

großen Schaden angerichtet.

Der UPW-Pressesprecher behauptet, kleinere Gemeinden müssten mit besonderen Angeboten Familien anlocken, um die sozialen Einrichtungen erhalten zu können. Das ist richtig, aber genau so muss auch Neumarkt um den Fortbestand seiner Einrichtungen kämpfen. Wieso sollte das nicht auch mit einem alternativen Baugebiet zusätzlich möglich sein? Das kostet nichts, außer dem politischen Willen.

Günther Braun, Neumarkt

In unserer Rubrik „Leserbriefe“ werden keine redaktionellen Meinungsäußerungen, sondern die Ansichten der Einsender wiedergegeben. Die Redaktion behält sich das Recht auf Kürzungen vor. Die Verfasser sollten Anschrift und Telefonnummer angeben, insbesondere bei E-Mail.

Danke.

Für die guten Ergebnisse unserer Kundenbefragung.



91% unserer Kunden, vor allem auch unserer jungen Kunden, sind mit der Bedienung und Betreuung durch die Sparkasse zufrieden

8 von 10 Kunden würden die Sparkasse weiterempfehlen

93% unserer Kunden schätzen unsere Finanzkonzept-Beratung

96% der Kunden bescheinigen unseren Mitarbeitern eine hohe Fachkompetenz

Ihre positiven Rückmeldungen freuen uns. Wir werden uns nicht auf den guten Ergebnissen ausruhen, sondern alles daran setzen, uns weiter zu verbessern. Sie haben uns aufgezeigt, wie wichtig Ihnen eine noch aktivere Ansprache, das Angebot einer ganzheitlichen Beratung, unsere Servicegarantien und die telefonische Erreichbarkeit sind. An der Verbesserung dieser Punkte werden wir gerne arbeiten.

Sparkasse
Neumarkt-Parsberg

Die Meinung unserer Kunden ist uns sehr wichtig. Deshalb haben wir unsere Kunden im Sommer dieses Jahres schriftlich befragt. Vielen Dank für die rege Teilnahme - Tausende von Rückmeldungen sind bei uns eingegangen. Wir werden weiter daran arbeiten, Ihre Wünsche und Ansprüche an eine moderne Sparkasse zu erfüllen. **Wenn's um Geld geht - Sparkasse.**