

Was ist Elementartherapie nach Erna Weerts®?



Elementartherapie ist eine aus der Pflege entstandene, originäre Pflege-therapie. Sie wurde von der Gesundheits- und Krankenschwester Erna Weerts Mitte der 80-er Jahre entwickelt. Sie greift einfache Pflegetechniken, ausgeführt mit den Händen, auf, die schon immer in der Pflegekultur der Menschheit angewandt wurden.

Elementartherapie wird interdisziplinär in drei Bereichen praktiziert als

- **Elementare pflegetherapeutische Anwendungen** in allen Bereichen der Pflege
- **Elementare Gesundheitspflege** in Familien, Kindergärten, Schulen, Selbsthilfegruppen, firmeneigenen oder sozialen Einrichtungen
- **Elementartherapie** nach Verordnung.

Angeregt durch moderne wissenschaftliche Forschungsergebnisse wurden Urformen der Pflege modifiziert, erweitert, in ein einfaches, praxisbezogenes System gebracht und in ein Pflegekonzept „elementarer“, d.h. grundständiger Art einbezogen.

Im Zentrum der Behandlung stehen die Stimulation der körpereigenen Wärme und Bewegung mit ihren reflektorischen Wirkungen. Hinzu kommen der bewusste Umgang mit der Sensibilität der Haut, mit der Sprache und den Wirkungen von Licht, Farbe und Form auf die leiblich-seelische Befindlichkeit des Menschen. Beachtung finden auch die reflektorischen Gesetzmäßigkeiten und die Grundregulation im wässrigen Milieu des menschlichen Organismus. Dem entsprechend gliedert sich die **Elementartherapie** in fünf Bereiche, von denen die **Thermoregulationstherapie** und die **Minimale Bewegungstherapie** die Grundformen bilden.

Die als Ganzkörpertherapie auf neurophysiologischer Grundlage veranlagten Anwendungen können sowohl von Pflegenden als auch von Patienten und deren Angehörigen ausgeführt werden.

Wie wirkt Elementartherapie?

Die Wirksamkeit der **Elementartherapie** beruht auf objektiven, natürlichen **Gegebenheiten** des menschlichen Organismus und seiner Zellverbände und ist nicht nur als subjektive seelische Interaktion zwischen Pflegenden und Patienten erklärbar. Sie stellt keine Alternativtherapie dar, sondern ist eine Form qualitativ gestalteter Pflege.

Der menschliche Leib hat natürliche Begabungen in den Selbstregulationen. Bei den Anwendungen der **Thermoregulationstherapie** entsteht unter den Händen eine deutliche Wärmewirkung, die mit der Wärme im Körperinneren von 37,1° C korrespondiert. In der zugleich mit der Berührung entstehenden körpereigenen Wärme liegt das eigentliche Geheimnis der pflegenden und heilenden

Berührung, wie sie in der *Thermoregulationstherapie* praktiziert wird.

Diese innere Wärme des lebendigen Organismus ist in der Lage, die Lebensprozesse zu steuern und zu erhalten. Die Biophotonenforschung von Prof. F.-A. Popp hat inzwischen den Beweis erbracht, dass diese „Lebenswärme“ im Unterschied zu den Wärmestrahlungen anorganischer, unbelebter Körper an den Organismus eine Fülle lebenssteuernder Informationen weitergibt und in dieser Fähigkeit dem Sonnenlicht gleich ist. Wegen ihrer strukturierenden Einflüsse auf die Lebensprozesse des Organismus wird sie von Popp Regulationsstrahlung genannt. Mit dieser Therapie können sowohl körperliche als auch seelische Prozesse angeregt werden.

Eine weitere Grundbegabung zur Förderung der Gesundheit ist die körpereigene minimale Bewegung. Die einfachen und gezielten Anwendungen der *Minimalen Bewegungstherapie* regen nachhaltig die körpereigenen Grundregulationen, z.B. die Kapillardurchblutung in der Endstrombahn, die Lymphbewegung und den venösen Rückstrom zum Herzen an.

Im Hinblick auf die *Thermoregulations-* und *Minimale Bewegungstherapie* sollen hier einige wichtige Resultate aus der neueren Forschung aufgeführt werden:

1. Ein intakter Wärmehaushalt gehört zu den zentralen Voraussetzungen für die Selbstregulation bei Störungen im menschlichen Organismus.
2. Das die Organe und Zellverbände ernährende Kapillarbett ist in einem bestimmten Wärmemilieu, vor allem aber durch die Anwendung der *körpereigenen* Wärme, zu weitgehender Selbstregulation fähig.
3. Jede pflegerische Maßnahme zur peripheren Durchblutungssteigerung fördert die Zirkulation in schlecht versorgten Arealen und verbessert die Heilungschancen in einem wesentlichen Ausmaß.

Die genannten Ergebnisse erklären zu einem großen Teil die immer wieder erfahrbare, hohe Wirksamkeit der *Elementartherapie* bei der Unterstützung von Heilungsprozessen.

Tradierte Wärmeanwendungen in Pflege und Medizin werden in der Regel als Wärmeflaschen, Wickel, Auflagen, Einreibungen, Bäder und Medikamente von außen her veranlagt. Dagegen wird in der *Thermoregulations-* und *Minimalen Bewegungstherapie* in besonderer Weise die innere Eigenwärme des Patienten angeregt und unterstützt.

Bemerkenswert ist, dass hier bereits mit den Urformen des Berührens, Wärmens und Bewegens in einer bestimmten zeitlich-rhythmischen Abfolge eine schnelle und intensive Wirkung erreicht werden kann.

Sowohl bei der Anwendung als Ganzkörpertherapie als auch bei integrativer Anwendung werden keine anderen Hilfsmittel als die eigenen, muschelförmig gewölbten Hände benötigt. In der *Thermoregulationstherapie* stellen sich reflektorische Wirkungen in der Regel bereits nach zwei bis drei Minuten ein. *Elementartherapie* kann deshalb bei entsprechender Indikation sofort und ohne Umstände zum Einsatz kommen. Vielfach werden dadurch aufwendigere Heilmaßnahmen vermieden und Behandlungszeiten verkürzt.

Wo empfiehlt sich Elementartherapie?

Elementartherapie eignet sich im besonderen zur Behandlung von Patienten mit:

- o regionaler Minderdurchblutung
- o vegetativer Dystonie, muskulären Dysfunktionen
- o chronischen Erkrankungen, z.B. Arthrosen
- o bestimmten Entwicklungsverzögerungen, z.B. Bettnässen
- o zur Unterstützung von Heilungsprozessen
- o in der Rekonvaleszenz u.a.m.

Inzwischen liegen auch gute Erfahrungen bei der Behandlung von Kindern und alten Menschen vor. Bei alten Menschen hat sich gezeigt, dass sich das Wohlbefinden steigern, die Orientierung verbessern, Verhaltensprobleme, z.B. bei Demenz, vermindern lassen.

Die Entwicklung der *Elementartherapie nach Erna Weerts*[®] wird akademisch begleitet von Prof. em. Dr. Edeltraud Bülow, Sprachwissenschaftlerin, Münster i.W. D; Prof. em. Dr. mult. Ruth Schröck, Pflegewissenschaftlerin, Edinburg, GB; Prof. Dr. med. Albrecht Warning, Alfter, D; Prof. em. Dr. Roeland van Wijk, Biochemiker und Zellbiologe, Geldermalsen, NL; Alexander Wunsch, Arzt und Lichtbiologe, Heidelberg, D.

Viele Jahre wurde die Arbeitsgemeinschaft auch begleitet und beraten von Prof. em. Dr. rer. nat. Fritz-Albert Popp, Biophysiker, Neuss, D Prof. em. Dr. R. Eberhard Zimmermann, Biochemiker, Münster i.W., D.

Zur Qualifikation in Elementartherapie

Die Qualifikation in *Elementartherapie*, in den *Elementaren pflegetherapeutischen Anwendungen* und in der *Elementaren Gesundheitspflege* ist jeweils interdisziplinär veranlagt. Sie erfolgt durch beauftragte und ausgebildete Mitglieder der Arbeitsgemeinschaft für Elementartherapie und wird sowohl für den Unterricht in den Ausbildungen als auch für die Fort- und Weiterbildung im Baukastensystem über fünf Themeneinheiten zu jeweils acht Unterrichtsstunden angeboten. Dabei werden sowohl Grundformen als auch spezielle Anwendungen vorgestellt und erübt.

Jede erfolgreiche Teilnahme an einem Kurs berechtigt zur Anwendung des Erlernten. Da die jeweiligen Kurse eine thematische Einheit darstellen, können sie in variabler Reihenfolge belegt werden.

Die einzelnen Kurse haben folgende thematische Schwerpunkte:

1. die *Thermoregulationstherapie*
2. die *Minimale Bewegungstherapie*
3. Wirkungen von Licht, Farbe und Form auf die leiblich-seelische Befindlichkeit des Menschen : die reflektorischen Gesetzmäßigkeiten

4. der hygienische Umgang mit der Sprache
5. die Grundregulationen im wässrigen Milieu des menschlichen Organismus

Ein zentrales Anliegen der elementartherapeutischen Ausbildung ist es aufzuzeigen, dass die aus dem Kulturgut der Pflege entwickelten praktischen Anwendungen durch die Ergebnisse neuerer interdisziplinärer Forschungen in ihrer Wirksamkeit bestätigt werden. So wird aus einem zeitgemäßen Erkenntnisansatz heraus Pflege in der Praxis wirksam unterstützt, neu belebt und kreativ gestaltet.

In der *Elementartherapie* und ihren Anwendungen wird der personale Bezug von Pflege erfahrbar und die individuelle Einmaligkeit und situative Unwiederholbarkeit jeder pflegerischen Interaktion verdeutlicht.

Das elementartherapeutische Konzept steht im Einklang mit den modernen Leitgedanken der Gesundheitsforschung, wie sie z.B. von Aaron Antonovsky im Modell der Salutogenese und im Konzept der Hygiogenese von Peter Heusser und Gunther Hildebrandt vorgestellt werden.

Der integrative Ansatz der *Elementaren Gesundheitspflege* wird unter den gleichen Gesichtspunkten in Familien, Kindergärten, Schulen, Selbsthilfegruppen, firmeneigenen oder sozialen Einrichtungen u.a. unterrichtet und praktiziert.

Wenn die gesetzlichen Rahmenbedingungen geschaffen werden, wie sie in der Erklärung der europäischen Gesundheitsminister auf der Münchner WHO – Ministerkonferenz vom 17. Juni 2000 als Absichtserklärung vorliegen, können diese Anwendungen in eigenständigen gesundheitsberatenden, pflegetherapeutischen Praxen angeboten und abgerechnet werden.

Inhaltliche Angaben zur Qualifikation in Elementartherapie nach Erna Weerts®

Kurs 1:	Grundformen der Elementartherapie Thermoregulationstherapie
Kurs 2:	Spezielle Anwendungen der Elementartherapie Minimale Bewegungstherapie
Kurs 3:	Wirkungen von Licht, Farbe und Form auf die leiblich-seelische Befindlichkeit des Menschen Reflektorische Gesetzmäßigkeiten
Kurs 4:	Der hygienische Umgang mit Sprache und Melodie Wirkungen von Laut und Sprache, Ton und Melodie auf die leiblich-seelische Befindlichkeit des Menschen Grundregulationen im wässrigen Milieu des menschlichen Organismus
Kurs 5:	Reflektorische Gesetzmäßigkeiten [<i>Plenum mit Übergabe der Zertifikate</i>]

Die Teilnahme an den Kursen wird jeweils bestätigt.

Der Abschluss erfolgt mit einem Zertifikat.

Die Qualifikation für Auszubildende erfolgt nach einem speziellen Weiterbildungskonzept.

Ausbildung in Elementartherapie und Elementarer Gesundheitspflege

Ausbildungen werden u.a. angeboten von

- Charlotte Allmer, Schörgelgasse 82, A-8010 Graz, Tel. 0043-316-816483, c.allmer@gmx.at
- Renate Borgmann, Am Pastorenwäldchen 29,44229 Dortmund, Tel. 0231-733354, renate.borgmann@borgmann-design.de
- Jürg Burki, Niederlenzer Kirchweg 1, CH-5600 Lenzburg, Tel. 0041-62-8928262, jburki@bluewin.ch
- Angelika Dornberger, Hintere Gasse 8, 97346 Iphofen-Hellmitzheim, Tel. 09326-902584, klang.do@t-online.de
- Barbara Frerich, Wartenbergweg 119, 58453 Witten, Tel. 02302-1793350, barbara.frerich@gmx.de
- Brigitte Gierse, Bachstr. 20, 58706 Menden, Tel. 02373-84702, sonnenkaefer61@gmx.de
- Rosa Gom, Mindelheimer Str. 49, 87666 Ingenried, Tel. 08346-92160
- Heidi Grötsch, Kranzer Weg 19, 97320 Großlangheim, Tel. 09325-979733, hei.fej@web.de
- Waltraud Hegwein, Enheim 16, 97340 Martinsheim, Tel. 09332-9985, mornah@gmx.de
- Ute Hild, Rosenstr. 16, 73650 Winterbach, Tel. 07181-77427, praxis-hild@web.de
- Susanne Kitsos, Buchenweg 3, 78628 Rottweil, Tel. 0741-4034777, sun17@gmx.de
- Ute Köncke, Nünningweg 28, 48161 Münster, Tel. 0251-861561, ute.koencke@web.de
- Barbara Köpke, Am Dorfanger 2, 58644 Iserlohn, Tel. 02374-850455, info@barbara-koepke.de
- Sylvia Langhans, Korngasse 4, 88633 Wintersulgen, Tel. 07554-8490
- Diana Rannacher, Friedhofstr. 30b, A-8430 Leibnitz, Tel. 0043-664-1140840, diaura@gmx.at
- Margit Schäfer, Bahngasse 2, A-7444 Unterloisdorf, Tel. 0043-2611-20711, schaefer.margit@aon.at
- Renate Voit, Takern 1/6, A-8321 St. Margarethen, Tel. 0043-664-9170505, vore@gmx.at
- Gisela Wallbruch, Kiefernhalde 23, 45133 Essen, Tel. 0201-425106, gisela.wallbruch@web.de
- Erna Weerts, Eyke-von-Repkow-Platz 2, 10555 Berlin, Tel. 030-69564902, elementartherapie@gmx.de

Literaturhinweise

- Aull, Roland, Hrsg.: Farbe & Gesundheit, Callwey Verlag, München 2004
- Basfeld, Martin: Wärme: Urmaterie und Ich-Leib, Beiträge zur Anthropologie und Kosmologie, Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart, 1998
- Bauer, Rüdiger: Beziehungspflege, Verlag Ullstein-Mosby, Berlin, 1997
- Bischof, Marco: Biophotonen, das Licht in unseren Zellen, 14. Aufl., Zweitausendeins, Frankfurt a.M., 2001
- Böhme, Gernot und Schiemann, Gregor, Hrsg.: Phänomenologie der Natur, Suhrkamp tb., Frankfurt 1997
- Brandmayer, Elke/ Dr. med. Bodo Köhler: Licht schenkt Leben, Fit fürs Leben-Verlag, Ritterhude, 1997
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Bd. 6: Was erhält Menschen gesund? Aaron Antonovsky Modell der Salutogenese, Köln, 2001
- Eisfeld, Kirsten ; Wiesmann, Ulrich ; Hannich, Hans-Joachim (Hrsg.): Gesund und bewegt ins Alter, Afra Verlag, Butzbach-Griedel, 2003
- Heidemann, Christel: Meridiantherapie, 3 Bde., Selbstverlag, Intern. Akademie für Farbmeridiantherapie, 58452 Witten, Körnerstr. 25
- Heine, Hartmut: Lehrbuch der biologischen Medizin, 2. Aufl., Hippokrates-Verlag, Stuttgart 1997
- Hemmerich, Annette , Hemmerich, Fritz Helmut: Anafonesis Geführtes Tönen, Bd.1,Norderstedt, 2006
- Heusser, Peter, Hrsg.: Akademische Forschung in der Anthroposophischen Medizin, Beispiel Hygiogenese: Natur- und geisteswissenschaftliche Zugänge zur Selbstheilungskraft des Menschen, Peter Lang-Verlag, Bern, 1999

- Köncke, Ute: Natürliche Ernährung. Fit und gesund in die Zukunft, Verlagshaus Monsenstein und Vannerdat, Münster 2004
Kranich, Ernst-Michael: Der innere Mensch und sein Leib, eine Anthropologie, Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart 2003
Kröplin, Bernd (Hrsg.): Die Welt im Tropfen, Gutesbuchverlag, Stuttgart, 2001
Pischinger, A.: Das System der Grundregulation, 4.Aufl., Haug-Verlag, Heidelberg 1975
Popp, Fritz A.: Neue Horizonte der Medizin, 2. Aufl., Haug-Verlag, Heidelberg, 1987
Popp, Fritz A.: Die Botschaft der Nahrung, 2. Aufl., Zweitausendeins, Frankfurt a.M., 2000
Psychrembel® Wörterbuch für Pflege, Walter der Gruyter Verlag, Berlin 2003
Rohen, Joh. W.: Morphologie des menschlichen Organismus, Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart, 2000
Trincher, Karl: Die thermodynamischen Grundlagen der Biologie, Bd.1, Synergeia-Verlag, Klausen-Leopoldsdorf, A, 1998
Watson, Jean: Pflege: Wissenschaft und menschliche Zuwendung, Verlag Hans Huber, Göttingen, 1996
Weerts, Erna und Manfred: Regulative Berührung. In: Farbe, Licht, Gesundheit, Hrsggeber. Roland Aull, Frammersbach, 2006
Wied, Susanne: Farbenräume – Vom klinischen Weiß zu pflegenden Farben, Verlag Hans Huber, Göttingen 2001