

Dr. R.M. Bachmann • Postfach 1143 • 86814 Bad Wörishofen

An
Dr. R. M. Bachmann
Postfach 1143

D – 86814 Bad Wörishofen

INFO-Anforderung per
Fax: 0049-(0) 8245-4301
Tel: 0049-(0) 8247-3930
E-Mail: drbachmann@t-online.de

JA - bitte informieren Sie mich über (bitte ankreuzen):

- Migräne** + Kopfschmerz
- Der gesunde **Darm**
- Säure-Basen-Balance** ► www.basentherapie.de
- Abnehmen** – Entgiften – Entschlacken - Entsäuern
- Dr. F.X. **Mayr-Kur**
- Kneipp** ► www.kneipp-wassertherapie.de
- Schmerz**: Arthrose, Wirbelsäule, Bandscheiben
- Müdigkeit**, Erschöpfung, Schlafstörungen
- Osteoporose** ► www.basentherapie.de
- Haut**, Neurodermitis, Ekzeme, Allergien etc.
- Asthma**, Bronchitis, Allergien
- Stoffwechsel**, Diabetes II, Harnsäure, Gicht etc.
- Venen**, Lymphsystem, Gefäße
- Herz-, Kreislauf**, Blutdruck
- Mutter-Kind- Kur**
- Kurse**: Naturheilverfahren in der **Pflege**
- Buchbestellung**. Buchtitel.....:.....Expl:.....
- Vortragstermine**
- Meine Frage an den **Naturheilkunde-Arzt**.....
- Klinik-Praktikum** ► www.praxis-naturheilverfahren.de
- Bitte machen Sie mir ein **Angebot** für eine Kur

Name/Vorname:.....

Straße/PLZ/Ort:

Telefon: Telefax: Email:

am besten tel. zu erreichen von:..... Uhr bis Uhr Datum:.....

Ich bin versichert bei:

Ich habe folgende Anliegen / Fragen an den Naturarzt:

.....

.....

www.drbachmann.de • www.klinik-naturheilverfahren.de • www.kneipparzt.de

NATURHEILKUNDE Gestern - heute - morgen

Kein Mensch ist so gesund wie er sein könnte!

Naturheilverfahren sind heute gefragt. Viele Menschen fühlen sich in der modernen Main-Stream-Medizin »auf hohem Niveau unterversorgt«. Vor allem bei der Behandlung von chronischen oder häufig wiederkehrenden Erkrankungen ist die **Naturheilkunde** oft eine wertvolle Ergänzung – in manchen Fällen sogar überlegen. Ziele bei richtigem Einsatz sind eine Verbesserung des Stoffwechsels einzelner Organe und des gesamten Organismus. Das Vegetative System spielt dabei eine überragende Rolle.

Unterforderung schadet ebenso wie Übertreibung. Wichtig ist die richtige Dosierung – diese hängt ab von der Konstitution, der individuellen Belastbarkeit und der Bereitschaft, auch Änderungen in der Lebensführung umzusetzen. Basis ist die Information über Möglichkeiten und Grenzen.

Der Organismus lernt, bestehende Störungen möglichst selbst wieder zu regulieren und mit Umweltreizen besser fertig zu werden – er wird insgesamt ausgeglichener, widerstands- und leistungsfähiger.

Moderne Naturheilkunde bedeutet, Fortschritte zu nutzen, ohne Bewährtes zu vergessen: Was gilt noch von der Hippokratischen »Diaita« und Kneipps »So sollt Ihr leben«. Auf eine exakte wissenschaftliche Diagnose darf dabei nicht verzichtet werden!

Möglichkeiten und Grenzen in Vorbeugung und Therapie werden ärztlich verordnet und kompetent umgesetzt:

- Sodbrennen, Reizmagen, Reizdarm, Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Einschlaf-/Durchschlafstörungen, Müdigkeit
- Kreislauf- und Durchblutungsstörungen
- Kopfschmerz, Migräne, Tinnitus
- Allergien, Neurodermitis, Asthma
- Rheuma, Arthrose, Osteoporose, Nacken- u. Kreuzschmerzen
- Bandscheibenprobleme
- Stress im Alltag

Bewährte Naturheilverfahren und Mittel der **Traditionellen Europäischen Medizin**, ihre Wirkvorstellungen und Behandlungsziele:

- Anregung der Selbstheilungskräfte
- Welche Rolle spielt der Darm als Immunorgan?
- Der Säure-Basen-Haushalt des Menschen – was ist dran?
- Möglichkeiten der Medikamenteneinsparung bei Schmerzen
- Mittel und Methoden bei Kindern und in der Pflege
- Ballaststoffe – sinnvoll oder schädlich?
- Welche Fastenform ist für wen geeignet – häufige Fehler!
- Vom richtigen Trinken!
- Genussmittel müssen nicht schädlich sein!
- Abnehmen durch Entgiften & Entschlacken-Sinn oder Unsinn?
- Heilpflanzen – Wirkprofile

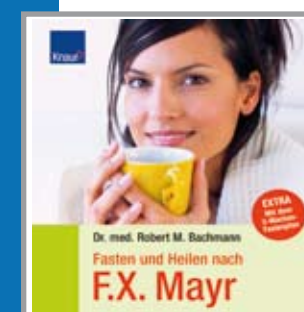
Bücher

www.drbachmann.de



Natürlich gesund mit Kneipp

Dr. R. M. Bachmann und G. M. Schleinkofer.
19,95 € (D)
TriasVerlag.
ISBN: 3-8304-33255-7



Fasten und Heilen nach F.X. Mayr

Dr. R. M. Bachmann
12,95 € (D)
Knauer-Ratgeber.
ISBN: 3-426-64278-6



Säure-Basen Kursbuch

Dr. R. M. Bachmann
14,95 € (D)
Knauer-Ratgeber.
ISBN: 3-426-64305-7



Säure-Basen-Therapie: So hilft sie mir bei Magen-Darbeschwerden

Dr. R. M. Bachmann und Dr. Kofler-Bettschart.
14,95 € (D) Trias-Verlag.
ISBN 3-8304-3221-6



Säure-Basen-Therapie: So hilft sie mir bei Gicht

Dr. R. M. Bachmann und Dr. Kofler-Bettschart.
14,95 € (D)
Trias-Verlag.
ISBN 3-8304-32208

NATURHEILKUNDE ZENTRUM

in Bad Wörishofen



Vertrauen in die Heilkraft der Natur

Dr. med. R. M. Bachmann
Praxis, Praxisklinik für Naturheilverfahren
D-86814 Bad Wörishofen • Postfach 1143

Tel.: 0049 (0) 171 / 62 25 11 6

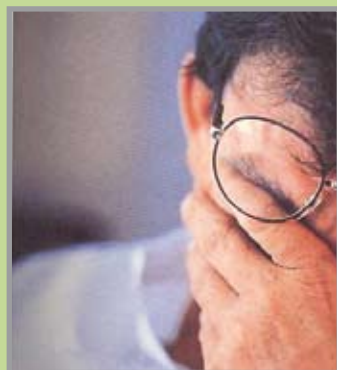
Tel.: 0049 (0) 8247 / 39 30

Fax: 0049 (0) 8245 / 43 01

Email: drbachmann@t-online.de

www.drbachmann.de





www.drbachmann.de

Müdigkeit Einschlafstörungen • Durchschlafstörungen

Zu viel Arbeit, zu hohe Alltagsanforderungen – der Organismus läuft auf Hochtouren, das Herz schlägt schneller, der Blutdruck steigt. Alles ist darauf ausgerichtet, Organe und Muskulatur mit so viel Sauerstoff und Energie zu versorgen, dass sie über einen längeren Zeitraum Höchstleistungen erbringen. Die Folgen sind umfangreiche Befindlichkeitsstörungen wie **Herz-Kreislauferkrankungen**, **Bluthochdruck**, Schlafstörungen und viele andere. Der Organismus wird dauerhaft überfordert und dementsprechend dehnen sich die Signale auf den gesamten Organismus aus. Bei chronischer Erschöpfung mit Schlafstörungen und funktionellen oder organischen Störungen ist ein stationärer Aufenthalt indiziert. Die Behandlungsmaßnahmen setzen an den verschiedenen Regelsystemen an: Psyche, Körper, Nerven-, Hormon –und Immunsystem. Muskeln und Organe sind untrennbar miteinander verflochten. Eine Veränderung an einer Stelle zieht Veränderungen im gesamten System nach sich. **Entspannungsverfahren**, Anpassung des **Biorhythmus**, spezielle **Kostformen** und **Balneotherapie** zielen darauf ab, das **Gleichgewicht** wieder herzustellen.

Der gesunde Darm Reizmagen • Reizdarm u.a.

Der Darm spielt eine überragende Rolle für Gesundheit und Krankheit. Darmkrankheiten nehmen nach Schmerzen und Allergien Platz drei in unserer Gesellschaft ein. Die Behandlung eines kranken Darms und dessen Gesundheit zieht die Gesundheit des ganzen Menschen nach sich. **Fakt ist:** Stimmt die Darmfunktion, verbessert sich der Allgemeinzustand. Gerade bei Darmerkrankungen hat die **Naturheilkunde** ein sehr differenziertes Methodenspektrum vorzuweisen. Die Heilungschancen sind außerordentlich gut. Durch eine ärztlich geleitete Darmsanierung mit natürlichen Heilmitteln und –methoden werden Nebenerkrankungen gelindert oder sie vergehen. Der **Stoffwechsel** verbessert sich, infolgedessen sinken unter anderem die **Cholesterin-** und **Fettwerte**, Harnsäuren und Übergewicht reduzieren sich. Allergische Erkrankungen wie **Juckreiz** und **Neurodermitis** können durch eine Darmbehandlung therapiert werden.



www.drbachmann.de



www.drbachmann.de

Migräne Kopfschmerz • Nacken

Kopfschmerzen und Migräne sind zwei verschiedene Krankheitsbilder, denen der Schmerz gemeinsam ist. Migräne kennzeichnet darüber hinaus ein umfangreiches Beschwerdebild. Wie bei den meisten funktionellen Erkrankungen, liegt auch der Migräne ein komplexes Ursachengeflecht zugrunde. Auslöser für einen Migräneanfall sind häufig Störungen an den Blutgefäßen. Die Gefäßmuskulatur zieht sich zusammen. Sie schützt damit das nachfolgende Gewebe vor übersäuertem oder „vergiftetem“ Blut. Dadurch werden schädliche, aber auch notwendige Nährstoffe wie zum Beispiel Sauerstoff von den Geweben ferngehalten. Bestimmte Nahrungsmittel, Umwelteinflüsse, Medikamente, Stress und Überbelastung können unter anderem zu einem Migräneanfall führen. Das naturheilkundliche Therapie-Programm setzt bei den Ursachen an. Durch **Wärmeanwendungen**, **Entschlackungsverfahren**, Ausgleich des **Säure-Basen-Haushaltes** und andere Methoden aus der **Naturheilkunde** werden die Nervensysteme, die für die Steuerung der Sauerstoffzufuhr verantwortlich sind, optimiert.

Schmerz

Rheuma • Arthrose Rücken • Bandscheiben • Knie • Hüfte

Schmerzen sind der „Schrei“ des Gewebes nach Sauerstoff. Sie sind ein Warnsignal, das nicht einfach ausgeschaltet werden darf. Schmerztherapie gehört deshalb immer in die Hand des Arztes. Vor allem bei chronischen Schmerzen wie **Rheuma**, **Arthrose**, **Weichteilrheuma** sollte nach ausführlicher Diagnostik eine ursächliche naturheilkundliche Behandlung durchgeführt werden. Elemente dieser Behandlung sind Entgiftungstherapie durch **Fasten**, **ausleitende Verfahren**, **Entsäuerungsbehandlung** und **Kneippwendungen**, die die Durchblutung unterstützen. Richtige Ernährung versorgt den Körper mit ausreichenden Mengen an entzündungshemmenden Stoffen. Bewegungstherapie fördert die Durchblutung der Gelenke und den Abtransport von körpereigenen Abfallstoffen.



www.drbachmann.de



www.basentherapie.de

Entsäuern

Säure-Basen-Balance • Basentherapie

Der **Säure-und Basenhaushalt** ist Grundlage für einen funktionierenden Organismus und damit für Ihre Gesundheit. Da er für Zellen und Gewebe so wichtig ist, verfügt der Stoffwechsel über zahlreiche Maßnahmen, wie er den störungsanfälligen Säure-Basen-Haushalt in einem engen Rahmen konstant hält. Eine Störung der Säure-Basen-Balance ist in ihrer schwersten Form, der **Übersäuerung** des Blutes, einfach zu diagnostizieren.

Die schleichende Übersäuerung des Gewebes macht sich dagegen nur dem Kundigen bemerkbar. Sie unterhält zahlreiche Zivilisationsleiden, bei denen kaum jemand an Übersäuerung denkt, wie **Migräne** und andere **Schmerzzustände**, **Hautleiden**, **Allergien**, **Darmstörungen**, **Muskel- und Gelenkleiden**, **Müdigkeit** sowie **Erschöpfung**. Die so genannte **Säure-Basen-Ernährung** stellt die Bedürfnisse des Körpers ganz in den Vordergrund. Dies führt dazu, dass Sie sich rundum wohl fühlen, bestehende gesundheitliche Schwachstellen ausgleichen und ernsteren Krankheiten vorbeugen können.

Kein Mensch ist so gesund, wie er sein könnte.

Allergien

Neurodermitis • Asthma • Haut

Die Haut ist das größte sichtbare Organ. Sie dient als Schutzhülle und als Kontaktorgan. Zunehmend mehr Menschen leiden an **Neurodermitis** mit oder ohne **Allergien** und anderen **Hautproblemen**. Typische Auslöser für oft sehr heftige Beschwerden sind unter anderem bestimmte Nahrungsmittel, Infekte, Stress und psychische Belastungen.



www.drbachmann.de

Die Krankheit kommt meist von innen. Häufige Ursache sind Probleme im Stoffwechsel. Hier setzt auch die **naturheilkundliche Behandlung** an: Eine konsequente Ernährung verbessert die Regulationsfähigkeit der Haut. Dabei werden Behandlungsmethoden eingesetzt, bei denen die Haut als Ausscheidungsorgan geschont wird. Alle über die Haut ausgeleiteten Abfallstoffe würden sie zusätzlich reizen. Deutlich wird dies an Stellen, an denen häufig geschwitzt wird. Ekzeme treten dort auf.



www.drbachmann.de

Abnehmen

Entgiften • Entschlacken • Entsäuern

Die Ernährungsfehler unserer Zeit machen krank und vorzeitig alt. Durch Anhäufung von Säuren in Haut, Unterhaut (Cellulite, Falten, Hautunreinheiten) und Bindegewebe verlieren die Zellen Elastizität und Spannkraft – sie werden müde und reinigen den Körper nicht mehr: sie verschlacken und versumpfen wie ein träge fließendes oder stehendes Gewässer.

Die Entgiftungsorgane des Körpers sind überfordert – sie erkranken selbst. Wer regelmäßig sanft **entsäuert**, sich von innen **reinholt** sieht strahlend aus, ist voller **Energie** und **Lebensfreude** und **nimmt** dabei ohne Probleme **ab**. Die Reinigung des Körpers und damit eine Neuorientierung hin zu einer optimalen Gesundheit geht stufenweise vor sich.

Ein individueller Empfehlungsplan bewährter Therapien und fachkompetente Ausführung garantieren den erwarteten Erfolg. Ein erwünschter **Nebeneffekt**: Sie gewinnen eine wesentlich bessere Einstellung zu Genussmitteln.



www.drbachmann.de

Nahrungsmittel

Unverträglichkeiten • Allergien

Viele Menschen klagen über Beschwerden, die sie manchmal, aber keineswegs immer mit dem Essen in Verbindung bringen, das sie kurz vorher genossen haben. Im Zusammenhang mit unangenehmen Körperreaktionen nach dem Genuss bestimmter Nahrungsmittel wird oft der Begriff »Allergie« verwendet. Echte **Nahrungsmittelallergien** sind aber selten, **Nahrungsmittelunverträglichkeiten** dagegen sehr häufig.

Alle Formen von Darmerkrankungen, die zu einer vermehrten »Durchlässigkeit« der Darmschleimhaut führen können die Entstehung von Allergien begünstigen, weil die vom Darm ins Blut übertretenden Substanzen vom Immunsystem häufig als fremd erkannt und bekämpft werden. Die beste Maßnahme, die bei der Behandlung von Nahrungsmittelallergien und -/unverträglichkeiten durchgeführt wird ist die **Darmsanierung** mit Stabilisierung der Darmbarriere (Mukosabarriere).

F.X. Mayr Reinigung • Gesundheit • Darmsanierung

Gesunde Nahrungsmittel sind das eine, wie sie im Organismus verwertet werden das andere. Ein „verschlackter“ Magen-Darm-Kanal kann seiner Aufgabe, Nährstoffe ins Blut aufzunehmen, nicht gerecht werden. Viele ausscheidungspflichtige Stoffe bleiben zu lange im Darm liegen, können ins Blut geraten und so im gesamten Organismus Schaden anrichten. Gesundheit und Vitalität sind eingeschränkt. Der Darm hat seine Selbstreinigungsfunktion verloren. **Die F.X. Mayr-Kur**: Eine gründliche Darmreinigung (**Säuberung**) ist eines der vier Elemente der Mayr-Kur. Ein weiteres ist die **Schonung**.

Wir essen zu schnell, zu viel, zu oft, zu spät, zu schwer. Der Darm wird träge, ist überlastet. Geschont und damit entlastet wird er durch ein spezielles, individuell abgestimmtes Programm. Hierbei sind alle Abstufungen möglich: von leichter Kost bis zum Fasten. Eine zentrale Wirkung des Fastens ist die **Entschlackung**. Ergänzend erhalten Sie bestimmte basische Mineralien und Elektrolytlösungen (Substitution). Die **Schulung** des Essinstinktes und der Darmmuskulatur sowie eine sinnvolle Esskultur führen dazu, dass der Körper zukünftig besser mit den täglichen Anforderungen fertig wird. **Effekte der Mayr-Kur**: Normalisierung des Gewichtes, in allen Geweben wird die Sauerstoff- und Nährstoff-Versorgung gebessert, die Haut wird sichtbar reiner, straffer und rosiger, die Stimmung hebt sich, die körpereigenen Abwehrkräfte werden gestärkt.



www.drbachmann.de



www.kneipp-wassertherapie.de

Kneipp Fit • Schön • Frisch • Gesund

Wenn die Menschen nur halb so viel Sorgfalt darauf verwenden würden, sich gesund zu erhalten, wie sie heute Mühe darauf verwenden, krank zu werden – die Hälfte der Krankheiten bliebe ihnen erspart.“ Sebastian Kneipp

Viele Zivilisationskrankheiten, so genannte funktionelle Störungen wie **Rheuma**, **Venenleiden** und andere lassen sich durch **Kneipp-Anwendungen** heilen. Solchen Krankheiten steht die Schulmedizin häufig machtlos gegenüber. Sie kann nur Symptome lindern, häufig nicht heilen. Und das zum Preis von massiven Nebenwirkungen. Die moderne Physiotherapie nach Kneipp ist durch Fachdisziplinen wie **physikalische Therapie**, **Sportmedizin**, **Ernährungswissenschaft**, **Heilpflanzenkunde** sowie **Psychosomatik** fest untermauert. Das Kneipp-Behandlungsprogramm ist sehr umfangreich. Allein die **Hydrotherapie** (Heilkraft des Wassers) kennt 120 Anwendungen. Die einzelnen Behandlungsmethoden können sehr differenziert eingesetzt werden. Kneipp-Verfahren regulieren die Abläufe im Organismus durch natürliche Reize wie warmes und kaltes Wasser, Licht, Luft und Bewegung.