



Viele Personen, die unter Allergien leiden, lassen sich kinesiologisch helfen. KinesiologInnen aktivieren die Selbstregulierungskräfte, dazu gleichen sie die Chi-Energie aus, behandeln dadurch Beschwerden wie Migräne und Prüfungsangst. Die Kinesiologin Dr. phil. Karin Friedrich beantwortet im Interview Fragen zu Allergien und Unverträglichkeiten.

# Allergien mit Kinesiologie behandeln



**Martin Rutishauser**

lic. phil., freischaffender Autor

**Karin Friedrich, in Ihrer Kinesiologie-Praxis: Welches sind die häufigsten Allergien, die Sie behandeln? Im Frühling ist sicher Heuschnupfen auf Platz 1?**

Ja, das stimmt. Was auch häufig vorkommt, sind Unverträglichkeitsreaktionen auf Hausstaub und Tierhaare.

**Kann es sein, dass man dann sein geliebtes Haustier weggeben muss?**

Vor diesem Schritt empfehle ich kinesiologische Behandlungen. Nur wenn diese erfolglos sind, könnte es sinnvoll sein, sich von dem Tier zu trennen.

**Haben die KlientInnen bereits eine medizinische Diagnose, wenn sie in Ihre Praxis kommen?**

Meist kommen sie mit dem Verdacht, dass ihre Beschwerden, z.B. Bauchschmerzen, Durchfall, Hautausschläge, abnormale Müdigkeit etc., von einer Nahrungsmittelunverträglichkeit herrühren könnten. Sie haben oft schon eine ärztliche Untersuchung ohne Befund hinter sich. Wenn nicht, bitte ich sie, sich darum zu kümmern. In der Kinesiologie haben wir z.B. einen Nahrungsmitteltest, mit dem Unverträglichkeiten herausgefunden werden können. Diesen lernt man im Touch for Health 1-Kurs.

**Welche Nahrungsmittel stehen am meisten im Zusammenhang mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten?**

In meiner Praxis sind das Kuhmilchprodukte und ungekochte Früchte. Bei Kindern mit Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen oft auch geräucherte oder gepökelte Fleischwaren.

Kurzreferate und Schnupperkurse zu  
 Shiatsu  
 Fussreflex  
 Medizinische Massage EFA  
 Therapeutische Massage  
 Akupunktur  
 Ayurveda

**Samstag, 16. September 2023**

**Der Grosse Schnuppertag**

TCM Kinesiologie  
 Craniosacral  
 Naturheilkunde TENS  
 eidg. Diplom

Details, Gratis-Tagespass:  
[www.heilpraktikerschule.ch](http://www.heilpraktikerschule.ch)

Heilpraktikerschule Luzern | Tel +41 (0)41 418 20 10 | info@heilpraktikerschule.ch






Karin Friedrich zeigt an einer ihrer Kinesiologie-StudentInnen die sogenannte Dennison-Lateralitätsbahnung; diese Balance fördert das Zusammenspiel verschiedener Anteile des Nervensystems.  
Foto: Heilpraktikerschule Luzern

**Gibt es Symptome, bei denen Sie sofort denken, hoppla, da könnte eine Allergie zugrunde liegen?**

Ja, z.B. tränende, juckende, brennende Augen, geschwollene Augenlider ohne erkennbare andere Ursachen.

**Wie behandeln Sie Allergien? Inwiefern ist Kinesiologie bei Allergien gut geeignet?**

«Harmlose» Allergien bzw. Unverträglichkeiten versuchen wir zu mildern, mit Glück lassen sie sich auch ganz abbauen. Die fragliche Substanz wird dabei unter den Bauchnabel gelegt, z.B. ein bisschen vom Inhalt des Staubsaugerbeutels. Dann wird eine sogenannte Balance gemacht. Dabei wird mit einer kinesiologischen Behandlung die Reaktion des Körpers auf diese Substanz abgebaut und sie wird vom vegetativen Nervensystem nicht mehr als gefährlich beurteilt. Das geht mit Tierhaaren, Nahrungsmitteln, Pollen etc. genauso. Manchmal reicht eine Behandlung aus, manchmal muss das mehrmals wiederholt werden.

**Jetzt ist bald Sommer. Wie ist das mit Heuschnupfen? Reicht da eine Behandlung? Und wie gross ist die Erfolgchance?**

Da die Betroffenen häufig auf mehrere Pollen reagieren, kann es sein, dass es in Abständen drei bis fünf kurze Behandlungen braucht. In meiner Praxis war es

bisher selten, dass es überhaupt keinen Erfolg gegeben hat. Meist gibt es eine deutliche Linderung der Allergie bis hin zum völligen Freisein davon. Ich erinnere mich aber auch an eine Klientin, die ein Sonnenblumenfeld hatte, das sie sehr liebte. Sie entwickelte nach Jahren eine Allergie auf die Blumen und kam zu mir. Ihr konnte ich leider mit der Kinesiologie gar nicht helfen.

**Was sind nicht harmlose Allergien?**

Das sind z.B. Allergien auf Bienen- oder Wespengift. Diese Allergien behandeln wir in der Kinesiologie nicht. Es könnte ja sein, dass Betroffene nach einer kinesiologischen Behandlung ihr Notfallset bei Seite legen würden und im Fall eines Stiches dann nicht zur Verfügung hätten. Das wäre viel zu gefährlich, es könnte sogar tödlich sein.

**Da hilft wohl die Zusammenarbeit mit der Medizin. Die Kinesiologie ist ja eine Methode der sogenannten Komplementärtherapie. Was bedeutet das?**

Das heisst, dass wir KomplementärtherapeutInnen bei vielen Erkrankungen begleitend zu ärztlichen Massnahmen behandeln und auch, dass wir Behandlungen bei den Themen durchführen, die keine ärztliche Abklärung benötigen.



### Ein Beispiel?

Das könnte heikel sein. So wäre ein Beispiel eine Lernstörung. Dahinter könnte jedoch ein ADHS stecken. Oder hinter einer Prüfungsangst eine soziale Phobie. Das müsste man also eben doch ärztlich abklären.

### Also müssten KinesiologInnen erkennen, ob eine KlientIn ärztlich abgeklärt werden muss?

Ja. Und als KomplementärtherapeutInnen sind wir auch in der Lage, im Erstgespräch herauszufinden, ob wir überhaupt ErstbehandlerInnen sein dürfen. In der Ausbildung lernen wir schulmedizinisches Wissen, um eben genau einschätzen zu können, ob bestimmte Beschwerden einer KlientIn ärztlich bzw. psychiatrisch abzuklären sind.

### Inwiefern liessen sich Allergien vermeiden?

Alle können plötzlich Allergien bzw. Unverträglichkeiten bekommen, auch völlig Gesunde. Man kann sich energetisch – bezogen auf das Meridiansystem der TCM – psychisch und körperlich völlig im Gleichgewicht befinden, also aus kinesiologischer Sicht «balanciert» sein und doch plötzlich eine Allergie oder eine Unverträglichkeit bekommen.

### Könnte man aus Kinesiologie-Sicht prophylaktisch etwas tun?

Allergieprophylaxen müssten politisch angegangen werden.

### Inwiefern politisch?

Es bräuchte mehr Gesetze, die gesundheitsschädliche Stoffe verbieten und das in vielen Bereichen: Nahrung, Kleidung, Möbel, Fahrzeugen, Putz- und Waschmittel, Kosmetik usw. Ein Beispiel: Es ist bekannt, dass es in der Deutschen Demokratischen Republik vor der Wende kaum Allergien gegeben hat. Als die «Westprodukte» dann dort in den Handel kamen, gab es schon nach kurzer Zeit genauso viele Allergien, wie in Westdeutschland und anderen westlichen Ländern.

### Eine gemeine Frage noch: Sie behandeln und Sie unterrichten. Was ist schöner?

Bei Behandlungen kann ich mich ganz auf die Personen und ihre Genesungsprozesse konzentrieren. Im Problem- und Zielfindungsgespräch unterstütze ich sie, ihre Zielvorstellungen zu entwickeln und gemeinsam entscheiden wir, welche kinesiologischen Methoden für sie zielführend sind. Und ich freue mich, wenn es ihnen besser geht. Beim Unterrichten habe ich ein fixes Curriculum, an das ich mich halten muss. Da ich aber nur das unterrichte, hinter dem ich voll und ganz stehe und das sich in meiner Praxis bewährt hat, freue ich mich immer sehr, wenn ich feststelle, dass die Studierenden den Stoff gut gelernt haben und anwenden können. Es macht mir also beides Freude und ich kann nicht sagen, was ich schöner finde. Es ist beides einfach schön.



## Friseurin, Studentin, Kinesiologin

Karin Friedrich hat Friseurin gelernt und die Meisterprüfung abgelegt, Ethnologie studiert und da promoviert. Gleichzeitig hat sie Kinesiologie-Kurse besucht, und seit über 30 Jahren unterrichtet sie Kinesiologie an ihrer Akademie für Komplementär-Therapie, die sie gemeinsam mit ihrem Mann Georg Weitzsch in Lindau am Bodensee führt. In der Schweiz unterrichten die beiden an der Heilpraktikerschule Luzern.

[www.kinesiologie-akademie.ch](http://www.kinesiologie-akademie.ch), [www.heilpraktikerschule.ch](http://www.heilpraktikerschule.ch)

## Kinesiologie-Ausbildungen und TherapeutInnen

Schweizer Kinesiologie-Ausbildungen, auch die in Lindau DE, führen zur Anerkennung über die Zusatzversicherungen der Krankenkassen. Wer die Höhere Fachprüfung zum eidg. Diplom als KomplementärtherapeutIn absolviert, erhält Bundesbeiträge von bis zu 10500 Franken. Wer bereits einen Gesundheitsberuf hat, zum Beispiel MPA, kann sich bestimmte Schulmedizin-Module anrechnen lassen, die Ausbildung verkürzt sich entsprechend. Kinesiologie-TherapeutInnen arbeiten meistens selbständig in einer eigenen oder einer Gemeinschaftspraxis. Auf der Website des Verbandes lassen sich TherapeutInnen und Schulen finden, auch mehr zu Kinesiologie: [www.kinesuisse.ch](http://www.kinesuisse.ch)