

---

## Ausleitverfahren

Die naturheilkundlichen Ausleitverfahren lassen sich bis auf das Jahr 400 v.Chr zurückverfolgen, wo die - naturwissenschaftlich veraltete - Lehre der Körpersäfte (Humoralpathologie) in der Zeit des Hippokrates ihre Wurzeln hat. Viele der daraus entstandenen Therapien werden noch heute erfolgreich angewendet. Dies sind insbesondere:

- Aderlass (wird von mir nicht angeboten)
- Baunscheidtieren
- Blutegel (Hirudotherapie)
- Schröpfen
- Fasten

Patientenaufklärung Blutegel: [Seite 1](#), [Seite 2](#)

Für Hippokrates war es wichtig, dass die gesamte Lebensführung eines Menschen ausgewogen ist. Damals wurde dies als "Diätetik" bezeichnet, worunter wir heute nur noch den Ernährungsstil verstehen.

Die hippokratische Gesundheitslehre zielte auch darauf ab, ein ausgewogenes Gleichmass zu leben, sei dies bei Essen und Trinken, bei Arbeiten und Ruhen, Schlafen oder Wachen, Liebesleben und Enthaltbarkeit. Vieles davon ist heute unter dem Begriff "Lebensordnung" bekannt, was auch eine der tragenden Säulen der Kneipp-Lehre ist. Wer dem Prinzip eines gesunden und natürlichen Lebens folgen möchte, dem können wir den renommierten "Gesundheitsverein" [Kneipp](#) sehr empfehlen.