



# Alternative Heilmethoden

## Der natürliche Weg zu mehr Gesundheit

Klassische Naturheilverfahren und alternative Heilmethoden bieten individuelle Wege zu mehr Gesundheit und betrachten den Menschen aus einer anderen Perspektive als die klassische Schulmedizin. Osteopathie, Homöopathie und alternative Arzneimittel werden von immer mehr Menschen als Ergänzung zur klassischen Schulmedizin in Anspruch genommen und erzielen auf diese Weise gute Behandlungserfolge. Deshalb übernimmt die Heimat Krankenkasse die Kosten für die natürlichen Therapien.

### 1. Osteopathie

Ein Besuch bei einem Osteopathen oder einer Osteopathin unterscheidet sich in vielerlei Hinsicht von einem Termin bei einer klassischen Medizinerin oder einem klassischen Mediziner: Medikamente oder medizinische Apparate sind kaum zu finden. In der osteopathischen Therapie werden Beschwerden fast ausschließlich durch sanfte Griffe und Techniken behandelt. Sie sollen die Selbstheilungskräfte unterstützen und dem Körper so helfen, sich selbst zu regulieren.

Die Grundannahme der Osteopathie ist, dass jede Struktur des Körpers – Gelenke und Muskeln, aber auch Organe, Sehnen und Nerven – ihre eigene Bewegung hat. Ist die Beweglichkeit gestört, kommt es zu körperlichen Beschwerden, die sich auf vielfältige Weise äußern können. Sie machen sich jedoch nicht zwangsläufig am Ort der Entstehung bemerkbar: Kopfschmerzen können beispielsweise auch auf einen Beckenschiefstand zurückgehen.

Die Osteopathie berücksichtigt daher die verschiedenen Zusammenhänge im Organismus und betrachtet den Körper immer in seiner Gesamtheit.

#### In diesen Bereichen hilft die Osteopathie:

- Gelenkprobleme, Rückenschmerzen, Verstauchungen
- Verdauungsstörungen, Organsenkung, Kopfschmerzen, Migräne
- Mittelohrentzündung, Schwindel, Kiefergelenkprobleme
- Menstruationsbeschwerden, Geburtsvorbereitung und -nachsorge
- Schreikinder, Entwicklungsverzögerungen, Hyperaktivität

#### Erstattung über das Gesundheitskonto:

- Ihre osteopathische Behandlung muss durch einen Arzt oder eine Ärztin veranlasst sein. Einen Vordruck für die notwendige ärztliche Bescheinigung finden Sie unter: [www.heimat-krankenkasse.de/osteopathie](http://www.heimat-krankenkasse.de/osteopathie)
- Die behandelnde Osteopathin oder der behandelnde Osteopath muss Mitglied in einem Berufsverband für Osteopathie oder zum Eintritt in einen solchen Verband berechtigt sein. Eine Liste der Verbände finden Sie unter: [www.heimat-krankenkasse.de/osteopathie](http://www.heimat-krankenkasse.de/osteopathie)
- Die Rechnung zahlen Sie zunächst selbst und reichen diese anschließend zusammen mit der ärztlichen Bescheinigung über unsere ServiceApp bei uns ein.
- Sie haben sich noch nicht für die ServiceApp registriert? Wir schicken Ihnen gerne Ihren persönlichen Zugangscode zu.



Wir erstatten Ihnen maximal drei Sitzungen à 40 Euro bis zu einem Höchstbetrag von 120 Euro pro Jahr durch Direktüberweisung auf Ihr Konto. Das Angebot gilt für Versicherte jeder Altersgruppe.



## 2. Homöopathie

Die Homöopathie wurde im 19. Jahrhundert entwickelt und basiert auf dem Grundsatz: „Gleiches durch Gleiches heilen.“ Das Ziel der Behandlung ist nicht die Bekämpfung der Symptome, sondern die Wiederherstellung des seelischen und körperlichen Gleichgewichts.

### Unsere Leistungen für Ihre homöopathische Behandlung:

- **Befundaufnahme und Behandlungsstrategie**  
Ihr Arzt oder Ihre Ärztin analysiert Ihre Beschwerden und Ihr allgemeines körperliches und seelisches Befinden. Auf dieser Grundlage entscheidet er oder sie über den weiteren Ablauf der Behandlung und wählt ein individuell auf Sie abgestimmtes homöopathisches Arzneimittel aus.
- **Kontrolle**  
Der Behandlungs- und Heilungsverlauf wird kontrolliert. Bei Bedarf wird die weitere Behandlung angepasst.
- **Beratung**  
Bei Fragen zum Behandlungsablauf können Sie jederzeit Ihre Ärztin oder Ihren Arzt ansprechen. In Apotheken, die am Homöopathievertrag teilnehmen, erhalten Sie eine Beratung zu homöopathischen Medikamenten und ihren Besonderheiten. Die teilnehmenden Apotheken können Sie gern bei uns erfragen.

### Weitere Informationen

Ausführliche Informationen inklusive einer Übersicht über alle Vertragsärzte und Vertragsärztinnen, die an unserem Homöopathieprogramm teilnehmen, finden Sie auf unserer Website:

[www.heimat-krankenkasse.de/aerztefinder-homoeopathie](http://www.heimat-krankenkasse.de/aerztefinder-homoeopathie)



### Gut zu wissen:

Mit der ServiceApp der Heimat Krankenkasse können Sie viele Ihrer Anliegen schnell und bequem per Smartphone oder Tablet erledigen.

Alle Informationen unter:  
[www.heimat-krankenkasse.de/serviceapp](http://www.heimat-krankenkasse.de/serviceapp)

## 3. Alternative Arzneimittel für Kinder und Jugendliche

Alternative Arzneimittel aus Homöopathie, Phytotherapie und Anthroposophie können bei vielfältigen Krankheits- und Beschwerdebildern eingesetzt werden. Der Mensch wird ganzheitlich betrachtet, also sowohl das körperliche als auch das seelische Befinden wird analysiert.

Besonders bei Kindern und Jugendlichen zeigt sich eine gute Wirksamkeit der alternativen Medikamente. Deshalb bezuschussen wir **für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren** im Rahmen unseres Gesundheitskontos die Kosten für nicht verschreibungspflichtige, aber apothekenpflichtige alternative Arzneimittel, die von Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin auf einem Privatrezept vorab verordnet wurden.

### Erstattung über das Gesundheitskonto:

- Die alternativen Arzneimittel zahlen Sie in der Apotheke zunächst selbst. Anschließend reichen Sie die Apothekenrechnung zusammen mit dem Rezept über unsere ServiceApp bei uns ein.
- Sie haben sich noch nicht für die ServiceApp registriert? Wir schicken Ihnen gerne Ihren persönlichen Zugangscode zu.



Wir erstatten Ihnen die Kosten bis zu einem Maximalbetrag von 80 Euro pro Jahr durch Direktüberweisung auf Ihr Konto. Das Angebot gilt für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren, die bei der Heimat Krankenkasse versichert sind.

**Wichtig zu wissen:** Einige Arzneimittel sind grundsätzlich von einer Erstattung durch gesetzliche Krankenkassen ausgeschlossen, z.B. Appetitzügler oder Haarwuchsmittel. Sollten Sie unsicher sein, ob Ihre Arznei erstattungsfähig ist, rufen Sie uns gerne an: **0800 1060100 (kostenfrei).**



## Wir sind für Sie da

Service-Telefon: 0800 1060100 (kostenfrei) | [www.heimat-krankenkasse.de/kontakt](http://www.heimat-krankenkasse.de/kontakt) | [www.heimat-krankenkasse.de](http://www.heimat-krankenkasse.de)