

Symposium: Integrative Medizin, Naturheilkunde und Prävention in der Bayerischen Universitätsmedizin Augsburg, 10. Juli 2026

Gesundheitsförderung, Prävention und Zukunftsperspektiven

Prof. Dr. Gustav Dobos
Naturheilkunde und Planetare Gesundheit
Universitätsklinik Essen



Sinnhaftigkeit von Lehrstühlen für „*Alternativmedizin*“

„Dagegen ist die Einrichtung von **Lehrstühlen und Instituten** „für ***Alternativmedizin***“, die von manchen Regierungen den widerstrebenden, manchmal verunsicherten medizinischen Fakultäten aufgedrückt werden möchten, **nicht sinnvoll**.

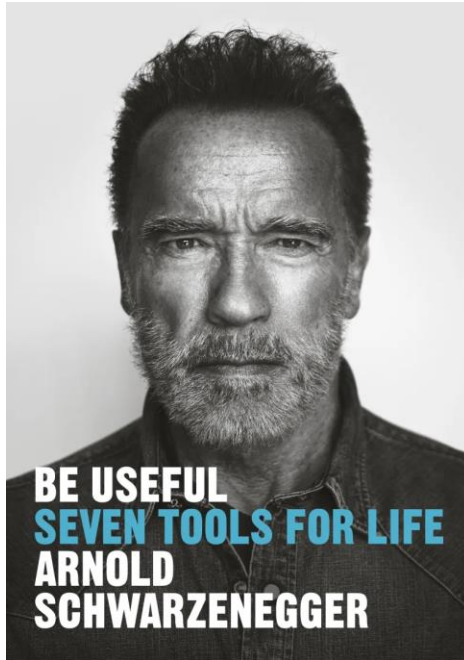
**In der Vergangenheit sind derartige
Versuche immer wieder
wissenschaftlich gescheitert ...**

Wissenschaftliche und alternative Medizin, KD Bock, 1993

Wofür brauchen wir eine Klinik für Naturheilkunde, die wird sowieso wieder geschlossen ...

verantwortlicher Krankenkassenmitarbeiter 1999





Fazit nach 22 Jahren

- **Lehrstuhl mit Forschungsabteilung**
 - 21 Mio Euro an Drittmitteln -
- **> 300 Medline gelistete Publikationen**
- **80 Promotionen und 4 Habilitationen,**
- **Behandlung von > 50 000**

„Be useful“

Vorgabe der Krankenkassen:

Es wurden ausschließlich Patienten behandelt, denen konventionell nicht zufriedenstellend geholfen werden konnten!

NHK, Kliniken-Essen-Mitte/UME

Gustav Dobos, Essen 1999/2004

Georg Seifert,
Benno Brinkhaus
Harald Matthes
Michael Teut
Charité Berlin

Claudia Witt
Zürich

Tobias Esch,
Witten-Herdecke

Matthias Rostock,
Hamburg

Diana Steinmann,
MH Hannover

Petra Voiss Holger Cramer Jost Langhorst Andreas Michalsen
Univ Duisb-Essen Univ. Tüb Univ Duisb-Essen Charité Berlin
Bamberg

**Im Prozeß der Habilitation oder
bereits habilitiert:**

Daniela Koppold
PD Joanna Dietzel
PD Maximilien Storz
PD Jan Valentini
Wiebke Kohl-Heckl

Heidemarie Haller

Charité Berlin
Charité Berlin
Uniklinik Freiburg
Uniklinik Tübingen
Kliniken-Essen-Mitte,
Univ. Duisb-Essen
Univ. Duisb-Essen

Christian Kessler
Charité Berlin

Michael Jeitler
Charité Berlin

Nach 25 Jahren sind 22 Wissenschaftler habilitiert, kurz davor, oder bereits Professoren oder Lehrstuhlinhaber!



Prävention & Zukunftsperspektiven

Aktuelle Herausforderung des Gesundheitssystems

- Zunahme chronischer, ernährungs- und lebensstilbedingter Erkrankungen, vor allem Übergewicht & Adipositas

GLP-1 Agonisten könnten der Gamechanger sein ...

Demographischer Wandel, alternde Gesellschaft mit zunehmender Pflegebedürftigkeit

- Steigende Gesundheitskosten
- Fachkräfte Mangel in Medizin und Pflege
- Künstlicher Intelligenz & Digitalisierung

Gesundheitssysteme werden sich künftig fragen:

- * Was verhindert Hospitalisierung?
- * Was stärkt die Selbstwirksamkeit?
- * Was hält ältere Menschen länger fit und gesund?
- * Was wirkt präventiv, ist skalierbar und wird von den Patienten angenommen?

Und plötzlich werden:

- * Ernährung
- * Bewegung
- * Schlaf
- * Fasten
- * Achtsamkeit & Stressmedizin
- * Naturkontakt
- * Umwelt & Klima
- * soziale Regulation

**Naturheilkundliche Therapien sind dann nicht mehr
— „nice to have“ —
sondern gesundheitsökonomisch hochrelevant.**

Was kann die Naturheilkunde leisten

Die NHK adressiert mit **Salutogenese**, **Exposom** und **Lebensstil** genau jene 70-90 % der Lebenserwartung, die nicht genetisch determiniert sind – und bietet damit **systemrelevante Antworten auf die drängendsten Herausforderungen moderner Medizin.**

Eine effektive Lebensstilveränderung verlängert das Leben um 10 – 20 Jahre.

Fraser et al. Arch Intern Med. 2001

Nguyen et al. Am J Clin Nutrition 2024

Naturheilkunde und Integrative Medizin sind in der Bevölkerung positiv besetzt!

Was kann die Naturheilkunde leisten

„Die Naturheilkunde fragt nicht nur:

Was beseitigt Krankheit? „Pathogenese“

Sondern:

Was ermöglicht Gesundheit? „Salutogenese“ **Exposom** und **Lebensstil** genau

jene 70-90 % der Lebenserwartung, die nicht genetisch determiniert sind
– und bietet damit **systemrelevante Antworten auf die drängendsten Herausforderungen moderner Medizin.**

**Eine effektive Lebensstilveränderung
verlängert das Leben um 10 – 20 Jahre.**

Fraser et al. Arch Intern Med. 2001

Nguyen et al. Am J Clin Nutrition 2024

***Naturheilkunde und Integrative Medizin sind in der
Bevölkerung positiv besetzt!***

Was kann die Naturheilkunde leisten

„Die Naturheilkunde fragt nicht nur:

Was beseitigt Krankheit? „Pathogenese“

Sondern:

Was ermöglicht Gesundheit? „Salutogenese“

Exposom und **Lebensstil** genau

jene 70-90 % der Lebenserwartung, die nicht genetisch determiniert sind
– und bietet damit **systemrelevante Antworten auf die drängendsten Herausforderungen moderner Medizin.**

**Eine effektive Lebensstilveränderung
verlängert das Leben um 10 – 20 Jahre.**

Fraser et al. Arch Intern Med. 2001

Nguyen et al. Am J Clin Nutrition 2024

***Naturheilkunde und Integrative Medizin sind in der
Bevölkerung positiv besetzt!***

Warum Singapur?



Terrassen der vertikalen
Garten Struktur

**Singapur ist seit 2023
die 6. Blue Zone**

Gesundheitsausgaben

SG 4,9% BPI
DE 12.7% BPI

Prävention (Anteil)

SG strateg. Priorität
DE < 3% Ausg

85,7

Jahre

Lebenserwartung
bei Geburt - Singapur
(WHO/GBD 2021)

75,0

Jahre

Gesunde Lebens-
erwartung (HALE)
- Singapur 2021

+4,1

HALE-Jahre

Vorsprung SG
vs. Deutschland
(70,9 J. HALE, 2021)

Zentrale Charakteristika

- HALE ab 60 in Singapur: 20,3 Jahre — weltweit an der Spitze
- Verdopplung der Zahl der Hundertjährigen in einer Generation
- Longevity als Ergebnis staatlicher Prävention, nicht traditioneller Lebensweise

Alle Werte harmonisiert für das Jahr 2021 (WHO Global Health Estimates / GBD 2021). Gap LE-HALE Singapur = 10,7 J.

Quellen: [WHO Global Health Estimates, GBD 2021 \(Lancet 2024\)](#), [MOH Singapore](#), [Bettner \(Fortune 2023\)](#)

Singapur im Spiegel der Naturheilkunde

Staatliche Prävention - gedacht in Kneipp'schen Säulen

Kneipp'sche Säulen • Umsetzung in Singapur

- 01 Bewegung • Leibesübung**
Walkable City, dichter ÖPNV, klimatisierte Parks — tägliche Bewegung als Regelfall, nicht als Sport.
- 02 Ernährung • Maßvolle Kost**
Nutri-Grade-Label, Zuckersteuer, reformulierte Getränke — gesunde Wahl als leichteste Wahl.
- 03 Lebensordnung • Soziale Einbindung**
Mehrgenerationen-Wohnen, Kampung-Spirit, geförderte Nachbarschaftsnetzwerke, aktives Altern.
- 04 Prävention • Salutogenese**
Healthier SG — feste Hausarztbindung ab 40 J., ressourcenorientierte Vorsorge statt Reparaturmedizin.

CASE STUDY

Healthier SG

Nationale Präventions-
strategie — im Geist der
Salutogenese

1,27 Mio

eingeschriebene Bürger:innen
(Stand Juni 2025)

Feste Arzt-Patient-Beziehung
Lebensstilberatung, aktives
Gesundheitscoaching ab dem 40Lj

Take-away: Was Kneipp als Lebensordnung für das Individuum formulierte, setzt Singapur systematisch auf Bevölkerungsebene um.

Quellen: [MOH Singapore](#), [Straits Times 2024](#), [CNA 2025](#), [Innovation in Aging \(PMC 2025\)](#)

Take-away:

Was Kneipp als Lebensordnung für das Individuum formulierte, setzt Singapur systematisch auf Bevölkerungsebene um.

Kneipp'sche Säulen • Umsetzung in Singapur

- 01 Bewegung • Leibesübung**
Walkable City, dichter ÖPNV, klimatisierte Parks — tägliche Bewegung als Regelfall, nicht als Sport.
- 02 Ernährung • Maßvolle Kost**
Nutri-Grade-Label, Zuckersteuer, reformulierte Getränke — gesunde Wahl als leichteste Wahl.
- 03 Lebensordnung • Soziale Einbindung**
Mehrgenerationen-Wohnen, Kampung-Spirit, geförderte Nachbarschaftsnetzwerke, aktives Altern.
- 04 Prävention • Salutogenese**
Healthier SG — feste Hausarztbindung ab 40 J., ressourcenorientierte Vorsorge statt Reparaturmedizin.

CASE STUDY

Healthier SG

Nationale Präventions-
strategie — im Geist der
Salutogenese

1,27 Mio

eingeschriebene Bürger:innen
(Stand Juni 2025)

Feste Arzt-Patient-Beziehung
Lebensstilberatung, aktives
Gesundheitscoaching ab dem 40Lj

Take-away: Was Kneipp als Lebensordnung für das Individuum formulierte, setzt Singapur systematisch auf Bevölkerungsebene um.

Zukunft der Naturheilkunde in Deutschland

- evidenzbasiert
- digital und KI-unterstützt und fokussiert auf
- Prävention & Selbstwirksamkeit

.... aber vor allem **muss** sie

SYSTEMRELEVANT werden

oder sie droht marginalisiert zu werden ...