

Evidenzbasierung der Energiebalance-Anwendung „Lorenga“

-

Eine systematische Analyse des aktuellen Forschungsstandes

Bachelorarbeit

Fakultät:

Soziale Arbeit und Gesundheit

Studiengang:

Integrative Gesundheitsförderung (B.Sc.)



 Sarah Schneider

 sarah.j.schneider@gmx.de

Inhalt | Die vorliegende Arbeit unterzieht die Multikomponenten-Anwendung „Lorenga“ nach Loretta Steinhäuser einer Evidenzprüfung. Das neuartige Konzept der Lorenga-Methode setzt sich aus verschiedenen Bausteinen der Energiemedizin und Quantenheilung zusammen und beinhaltet verschiedene Anwendungskomponenten. Die Bachelorarbeit umfasst einen Überblick über den theoretischen Hintergrund der Entspannungsmethode und fokussiert im zweiten Teil die praktische Anwendung.

Zielsetzung | Ziel der Arbeit ist es, die einzelnen Komponenten der Lorenga-Anwendung im Hinblick auf deren Evidenz zu prüfen und anschließend in den wissenschaftlichen Kontext einzuordnen. Auf Basis des aktuellen Forschungsstandes soll überprüft werden, ob beziehungsweise inwieweit das Lorenga-Konzept aus wissenschaftlicher Sicht gestützt werden kann. Hierbei wird sowohl die Qualität der Evidenz, als auch die Stärke der Aussagen bewertet, um letztendlich eine Empfehlung aussprechen zu können.

Methodik | Die methodische Vorgehensweise umfasst eine systematische Literaturrecherche. Mithilfe von festgelegten Kriterien wurde in verschiedenen wissenschaftlichen Datenbanken nach geeigneter Literatur recherchiert. Im Zuge der Diskussion, welche in Kapitel 0 anschließt, erfolgt eine Auseinandersetzung sowie Bewertung der identifizierten Literatur in Bezug zur Wirksamkeit jeder einzelnen Komponente.

Ergebnisse | Die Wirksamkeitsbereiche der einzelnen Bestandteile der Lorenga-Anwendung sind vielfältig. Auffällig ist, dass sich einige Zielparameter, im Sinne von Krankheitsbildern, der untersuchten Komponenten überschneiden. Durch die zusammenfassende Ergebnisdarstellung konnten drei Parameter identifiziert werden, welche unabhängig voneinander durch jede der vier Komponenten berücksichtigt wurden. „Blutdruck“, „Schlafqualität“ und „Schmerzempfinden“ scheinen ein Forschungsinteresse aller Komponenten zu repräsentieren. Die aussagekräftigsten Zielgrößen stellen die Reduktion von Schmerzen und die Verbesserung der Schlafqualität dar.

Detaillierte Inhaltsübersicht (1)

1 Einleitung | Seit einigen Jahrzehnten unterzieht sich die Medizinlandschaft in Deutschland nun schon einem fortwährenden Wandel. Ergänzend zum pathogenen Ansatz der Medizin, etablierte sich in den letzten Jahrzehnten die salutogen ausgerichtete Disziplin Gesundheitsförderung. Häufig wird hierbei von einem Paradigmen-wechsel gesprochen, welcher die ganzheitliche Gesundheit in den Fokus der medizinischen Versorgung rückt.

2 Theoretischer Hintergrund | Das folgende Kapitel dient dazu, einen kurzen Überblick über die theoretische Fundierung des Lorenga-Konzeptes zu geben. Zunächst wird auf die Grundlagen der Energiemedizin eingegangen, um den Leitgedanken der Lorenga-Methode zu verdeutlichen. Des Weiteren beinhaltet das Konzept eine physikalische Komponente, welche sich mit der Hypothese der Feinstofflichkeit beschäftigt. Diese soll nachfolgend in stark vereinfachter Form veranschaulicht werden.

3 Die Lorenga-Methode | Das Konzept der Energiebalance-Anwendung „Lorenga“ nach Loretta Steinhäuser repräsentiert ein einzigartiges Programm, welches die Prinzipien der Energiemedizin und Quantenheilung aufgreift. Der Methode liegt ein erweitertes Weltbild zugrunde. Gemäß dem Leitspruch „Alles ist in Schwingung - Alles ist Energie“, wird durch den Einsatz verschiedener Anwendungskomponenten versucht, Ungleichgewicht oder Störungen des Energieflusses zu regulieren. Hierbei wird das Ziel verfolgt, die Gesundheit des Klienten durch die Stärkung der eigenen Ressourcen zu fördern. Dieses Kapitel setzt sich sowohl mit den theoretischen Grundlagen des Konzeptes, als auch mit den praktischen Aspekten der Anwendung auseinander.

4 Methodische Vorgehensweise | Um die Evidenzbasierung der einzelnen Komponenten der Lorenga-Anwendung zu überprüfen, wurde eine systematische Literaturrecherche durchgeführt. Die Suche erfolgte in ausgewählten wissenschaftlichen Datenbanken und fand für jede Komponente gesondert statt. Ziel der Recherche war die Untermauerung des Konzeptes mit wissenschaftlichen Nachweisen zur Wirksamkeit der jeweiligen Konzeptbestandteile.

5 Ergebnisse der Literaturrecherche | In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der komponentenspezifischen Datenbankrecherche herausgestellt. Hierbei wird vor allem auf die verschiedenen Wirksamkeitsbereiche der einzelnen Komponenten eingegangen, welche im Zuge der Literaturrecherche identifiziert werden konnten.

6 Diskussion und Bewertung | Die nachfolgende Diskussion unterteilt sich in inhaltliche und methodologische Aspekte. Zunächst wird, bezugnehmend auf die Ergebnisse, eine kurze Zusammenfassung sowie Interpretation der erzielten Ergebnisse vorgenommen. Hierbei wird vor allem die Übertragbarkeit der Literaturbefunde auf das Gesamtkonzept der Lorenga-Methode in den Fokus gerückt. Im zweiten Teil wird auf die Stärken und Schwächen der methodischen Vorgehensweise eingegangen.

7 Zusammenfassung und Ausblick | Im Rahmen dieser Bachelorarbeit konnten zahlreiche Ergebnisse in Bezug auf die Anwendungsbereiche der Lorenga-Komponenten erzielt werden. Hierbei waren vor allem die Verbesserung der Schlafqualität, die Linderung von Schmerzen sowie Veränderungen des Blutdrucks von großem Forschungsinteresse. Es konnten einige signifikante Ergebnisse in Bezug auf die Wirksamkeit der unterschiedlichen Anwendungen erzielt werden. Die Mehrheit der Literaturbefunde weist allerdings eine sehr geringe Aussagekraft auf.

Die Ergebnisse dieser Arbeit zeigen, dass das Lorenga-Konzept auf Komponenten basiert, die bereits im klinischen Kontext etabliert sind und teilweise nachweisbar erfolgreich angewendet werden. Weitere Forschung ist im Hinblick auf die Zielsetzung von Lorenga notwendig, um eine zentrale Aussage zur Wirksamkeit des Gesamtkonzeptes treffen zu können. Hierbei sollte der Fokus vor allem auf Entspannungsparameter gelegt werden. Weiterhin wäre es im Sinne des salutogenetischen Grundsatzes von Vorteil, die Forschung an gesunden Menschen voranzutreiben, um eine Übertragbarkeit der Ergebnisse sicherzustellen.