



Univ.-Doz. Dr. Arnulf Josef Hartl – Universitätsinstitut für Ecomedicine

Paracelsus Medizinische Privatuniversität

Keynote: Der Wald – Ein Gesundheitsförderndes Remedium? Mythos vs. evidenzbasierte Medizin

Abstract: Wir modernen Menschen sind aus einem Millionen Jahre langen Evolutionsprozess der Hominidaen innerhalb der Natur hervorgegangen. Wir stehen in einem physiologischen und psychologischen Funktionskreislauf mit der Natur, an die wir biologisch angepasst sind. Der Kontakt mit natürlichen Lebensräumen hat sich für uns Menschen als gesundheitsfördernd erwiesen. Bewusster Naturzugang wird zunehmend als wichtiges Gesundheitsremedium vor dem Hintergrund immer stärker urbanisierter Gesellschaften, mit deren Vielzahl an chronischen und Zivilisationserkrankungen, in der Medizin wahrgenommen.

Innerhalb der vielfältigen Naturräume stellt der Wald einen sehr spezifischen Wirkungsort dar, der durch Substanzen, die von Bäumen produziert werden, das menschliche Immunsystem zu modulieren vermag.

Was ist der derzeitige Stand der Wissenschaft zu dieser Waldtherapie?

Sind Aussagen zur medizinischen Wirksamkeit der Waldtherapie evidenzbasiert und aussagekräftig?

Was gibt es für aktuelle medizinische Studien zu diesem Themenkomplex?

Gibt es neben dem Wald auch andere Naturräume mit vergleichbarer Wirkung?

Ist es der Wald – oder die Bewegung im Wald, die sich positiv auf die Gesundheit auswirkt?

Diese Fragen sollen im Vortrag von A. Hartl thematisiert werden, wobei der wissenschaftliche Blick auf Basis medizinischer Evidenz, den Mythos Wald auch kritisch beleuchten soll.