

Thema: Ganzheitlichkeit in der Medizin

Es gibt im Gesundheitswesen eine Tendenz, den Patienten als Ganzes nicht mehr wahrzunehmen. Die Wartezimmer der Heilpraktiker sind voll mit Patienten, die nicht mehr nach ihrer gesamten Lebenssituation befragt wurden. Sie haben ein Medikament oder Spritzen bekommen, wo Präventionsaufklärung und Gespräche zum gesamten Leben gefragt wären.

So befragte Natscha Feld in dieser Ausgabe einige Tätige nach Ihrem Ansatz der Ganzheitlichkeit, nach ihrer Philosophie der Heilung und den Bedingungen, die aus ihrer Sicht notwendig sind.

Sich auf das Wissen um Zusammenhänge besinnen

Ein Interview mit Katharina Schimmelpfennig, Heilpraktikerin in Boitzenburg

Was verstehen Sie unter Ganzheitlichkeit in ihrer Praxis?

Ich verstehe sie als eine Rückbesinnung auf ein ganzheitliches Verständnis des menschlichen Lebens, sowie als Ergänzung zur allgemein üblichen Schulmedizin. Seit der frühen Neuzeit dominieren die Naturwissenschaften die Medizin. Naturheilkundiges und ganzheitliches Heilen wurde verdrängt. Die Physik zwang den Wissenschaften ein mechanistisches Weltbild auf, was in der Medizin die komplette Trennung von Körper und Geist bewirkte. Die großen, wertvollen Errungenschaften der so entstandenen Schulmedizin gelangen im Bereich von Materie und Struktur, so z.B. die Infektionslehre von Robert Koch.

Man erklärte Krankheiten über eine materielle Ursache: Viren, Bakterien, Pilze. Alle Aufmerksamkeit richtete sich auf die Entwicklung von Stoffen/Therapien, deren Ziel die Vernichtung dieser „Verursacher“ ist. Man definierte immer kleinere Einzelteile im Körper und jedes braucht heute seinen Spezialisten.

Dem wachsenden Forschungsaufwand und den sehr kostenintensiven Therapien stehen heute immer kleinere Heilerfolge gegenüber. Das Wissen über Zusammenhänge vieler Faktoren bei Krankwerdung ist dabei verloren gegangen!

Bei so komplexen Krankheiten wie Krebs, Rheuma, Immunschwächen, Hauterkrankungen ist der ganze Mensch heilungsbedürftig: neben betroffenen Organen, Geweben und Zellen auch seine Gedanken- und Gefühlswelt. Heute müssen wir uns wieder auf die Verbindung der historisch getrennten Dinge besinnen. Naturheilkunde und Schulmedizin erwachsen beide aus der Volksmedizin. Das medizinische Wissen war allen Heilern und Ärzten gleichermaßen zugänglich und entwickelte sich im Austausch stetig weiter.

Heute muss man sich den abgespaltenen Wissensquellen wieder öffnen, begrenzte Denkmodelle lösen und mehr im gegenseitigen Austausch arbeiten, um tatsächlich weiterzukommen.

Eine ganzheitliche Medizin basiert auf der Einheit von Körper, Geist und Seele und weiß um deren ständiges Wechselspiel. Sie schließt Erkenntnisse der modernen Medizin nicht aus, sondern erweitert ihre Sichtweisen, indem sie alle Seinsebenen des Menschen mit einbezieht und den Menschen mit seinem Lebensumfeld und seiner Geschichte in den Mittelpunkt der Betrachtung stellt.

Wie setzen Sie Ihren Anspruch um?

Die Diagnosestellung und angewandte Therapie erfolgt auf den Grundlagen einer Erfahrungsmedizin (z.B. Traditionelle Chinesische Medizin, Homöopathie), durch Anwendungen aus der Naturheilkunde (Wasser, Pflanzen, Ernährung...) und wird begleitet von meiner Lebenserfahrung und meinem Einfühlungsvermögen. Der Ganzheitsmediziner ist bemüht, seinen Patienten und dessen Anamnese physisch und intuitiv wahrzunehmen. Seine Diagnose ist nicht nur die Sammlung von messbaren Fakten, sondern auch das Sehen von Krankheitssymptomen zeitgleich mit der Gesamtpersönlichkeit des Patienten, im Zusammenhang mit dessen Lebenskonflikten

und den entstandenen Dysbalancen. Körperliche Symptome stellen in der Regel nur eine Teilansicht des Krankseins dar. Allein diese zu behandeln bzw. zu beseitigen, bedeutet nicht Heilung, sondern nur Reparatur und „Oberflächenkosmetik“.

Was wünschen Sie sich in Punkto Kommunikation und Zusammenarbeit von Ihren Patienten?

Zu „reparieren“ kommt den Bedürfnissen des Patienten leider oft entgegen, denn dieser hat sich physisch, emotional und mental seiner Situation angepasst. Er leidet, wie das Wort „Patient“ schon sagt (lateinisch für erleidend) und möchte, dass sich das ändert. Allerdings erfordert dies eine tiefe Bereitschaft zur Veränderung. Die Entfernung eines Tumors kann ein lebensrettender Eingriff sein, aber Heilung bedeutet dieser Eingriff keinesfalls. Bleiben die inneren Konflikte und die äußeren, negativen Einflüsse (falsche Ess-/Trinkgewohnheiten, Bewegungsmangel, Dauermedikation etc.) bestehen, flammt dieser Brennpunkt wieder auf, oder es entsteht ein neuer. Das oberste Gebot einer ganzheitlichen Medizin lautet: Wir benötigen die Eigeninitiative und Disziplin des Patienten! Er muss sich vom „Erleidenden“ zum „Handelnden“ entwickeln. Eine Therapie erfordert die Loslösung von alten Mustern, Glaubenssätzen und Abhängigkeiten, um Raum für Neues – letztendlich Heilung – zu schaffen.

Behandlungsmethoden aus der alten Erfahrungsmedizin und der Naturheilkunde übernehmen sehr wichtige, unterstützende Aufga-



ben im Heilungsprozess. Sie geben heilsame Impulse, unterstützen die Auflösung von Blockaden, sie dienen als Regulatoren und Ausleiter von organischem und seelischem „Müll“. Ein ganzheitlicher Mediziner kann helfen, die Heilung vollzieht sich jedoch nur in einem zu einer Veränderung bereiten Menschen.

Katharina Schimmelpfennig war Krankenschwester im St. Hedwig Krankenhaus in Berlin, wechselte ins Krankenhaus Templin, um dort eine Krebsstation mit aufzubauen. Seit 1996 hat sie eine eigene Heilpraktiker-Praxis in Boitzenburg.

„Die Geburt eines Kindes macht uns stark!“

Hella Jonas – eine Hebamme mit Leib und Seele

Sie spricht von ihrer Arbeit als einer Berufung. Ihre Stimme wirkt klar und gelassen, wenn sie sagt, was sie tut: Hausgeburten. Sie ist eine von wenigen Hebammen, die das anbieten. „Wenn die Regel ausbleibt, geht die Frau zum Arzt, warum nicht zur Hebamme?“, gibt sie zu Bedenken. Doch kaum eine Frau weiß, dass sie während der Schwangerschaft und dem Wochenbett Anspruch auf Betreuung durch eine Hebamme hat. Eine Hausgeburt gilt als exotisch. Normal ist hierzulande, dass Frauen zum Arzt gehen, wenn sie schwanger sind und in die Klinik, um zu entbinden. Hella Jonas bedauert es, dass die Geburt in der Öffentlichkeit so völlig lebensfern dargestellt wird: als eine qualvolle, niederschmetternde Tortour, die nur mit Schmerzmitteln und unter ärztlicher Kontrolle zu bewältigen ist.

Demgegenüber sieht sie Schwangerschaft und Geburt als einen höchst intimen und persönlich wertvollen Prozeß an, der Anlass größter Freude sein sollte und sogar die Chance zu einer ganzheitlichen Erneuerung der schwangeren Frau und ihrer Familie bietet. Hella Jonas ermutigt Frauen, ihren eigenen Weg zu gehen und die Fähigkeit zu spüren, eine Geburt aus eigener Kraft bewältigen zu können. Eine Geburt ist ein Ereignis, das stark macht, sagt sie. So wie ein hart erkämpfter – wenn auch schmerzvoller – Sieg bestärkend wirkt, sollte die Geburt zum Selbstbewußtsein beitragen. „Eine Geburt gehört zu einer selbstbe-

»»» wußten Weiblichkeit mit dazu. Nicht nur der Erfolg im Beruf.“, gibt sie zu bedenken, und lächelt angriffslustig: „Das haben die Damen Schwarzer und Beauvoir wohl vergessen.“ Die Art und Weise, wie wir heute unsere Kinder zur Welt bringen, aus emanzipatorischer Sicht zu betrachten, hält sie für eine noch nicht bewältigte Forschungsaufgabe.

Frauen, die in der Geburt eine qualvolle Angelegenheit, eventuell sogar eine Strafe Gottes vermuten, von der man sich durch starke Schmerzmittel erlösen lassen muss, werden um diese stärkende Erfahrung gebracht. Zuviel Angst ist im Spiel, wenn es um die Geburt geht. Das möchte Hella Jonas ändern und sie sieht darin durchaus eine gesamtgesellschaftliche Bedeutung. Ermutigt hat sie der Arzt und Geburtshelfer Frédéric Leboyer, Autor des Buches „Geburt ohne Gewalt“. Er bringt es folgendermaßen auf den Punkt: „So wie wir heute unsere Kinder zur Welt bringen, so werden wir morgen leben.“

Auch in einer Klinik oder in einem Geburtshaus können angstfreie und stärkende Geburtserfahrungen gemacht werden, gibt Hella Jonas zu, solange zwei Dinge gegeben sind: Intimität und Gegenwärtigkeit. Eine Geburt bedeutet nicht nur kaum aushaltbare Schmerzen. Als Teil der Sexualität wird sie auch lustvoll erlebt. Das werdende Elternpaar kommt sich über diese Erfahrung oftmals sehr nahe. Eine Geburt benötigt als intimes Ereignis einen angemessenen Schutzraum, Hella Jonas nennt es einen heiligen Raum. Der am besten geeignete Ort dafür ist wohl das eigene Zuhause. Deshalb begleitet Hella Jonas Geburten so gerne bei den Familien daheim. Hier beantwortet sie auch gerne die ewig offene Frage, was eigentlich der Mann bei einer Geburt zu leisten hat: Schutz! Er und auch die restliche Familie sollten dafür sorgen, dass für Geburt und Wochenbett ein beschützender Rahmen

existiert. Wenn das zuhause nicht möglich ist, kann ein Geburtshaus oder eine Klinik der bessere Ort sein. Das zu entscheiden, gibt Hella Jonas stets in die Verantwortung der schwangeren Frauen.

Zum Zweiten benötigt eine bestärkende Geburtssituation unbedingt die Gegenwärtigkeit, die tatsächliche Präsenz der Geburtshelfer: „Ich helfe, Kinder auf die Welt zu bringen. Etwas anderes kann ich auch gar nicht!“, sagt Hella Jonas und lacht. Sie verzettelt sich nicht in der Aufzählung von Zusatzqualifikationen auf ihrer Visitenkarte. Ihre Kompetenz liegt in ihrer Gegenwärtigkeit, die sofort einsetzt, wenn es ums Ganze geht: „Wenn ein Kind geboren wird, könnte neben mir ein Gebäude einstürzen...“, berichtet sie fröhlich. Das ist es, was die werdenden Mütter so an ihr schätzen.



Was Hella Jonas zu bieten hat, geht weit über eine medizinische Versorgung hinaus. Sie mobilisiert die emotionalen und körperlichen Ressourcen, die nötig sind, um Schwangerschaft und Geburt gut bewältigen zu können. Sie ist Begleiterin in einer einzigartigen und oftmals vieles in Frage stellenden Lebensphase. Neben all dem körperlichen Hin und Her kann das auch die Aufarbeitung von Gewalterfahrungen sein: manchmal ist es notwendig, sich von der Macht, die alte seelische Wunden noch haben, zu befreien, um für das heranreifende Kind wirklich da sein zu können.

Es kann Schwierigkeiten, aber auch neue Chancen durch die Veränderung der Familienkonstellationen geben. So etwas betrachtet Hella Jonas immer im Zusammenhang mit körperlichen Symptomen und gibt Anregungen, mit den Herausforderungen umzugehen. Oft wirkt das entlastend und aktivierend zugleich. So kann Schwangerschaft und Geburt als eine persönlich wertvolle Entwicklung er-

lebt werden, an dessen Ende, die Familie freudig bereit ist, ein Kind groß zu ziehen.

Hella Jonas ist selbständige Hebamme für Hausgeburten und lebt in Parmen, Warbender Str. 26
Tel: 03 98 55 - 3 55 06
H: 01 73 - 8 02 60 07



Gelungene Kommunikation sorgt für eine schnellere Heilung.

Kommunikationstrainer Philipp Andresen schult Ärzte im Fach „sprechende Medizin“

„Autoverkäufer sind meist besser in Kommunikation geschult als Ärzte.“, so bringt Kommunikationstrainer Philipp Andresen das Manko in vielen Kliniken und Arztpraxen auf den Punkt. Seit 2006 führt er Schulungen für Klinikärzte in Berlin/Brandenburg durch, um deren Kommunikationsfähigkeit zu verbessern. Das scheint auch dringend notwendig. Das Robert Koch-Institut (RKI) und das statistische Bundesamt testeten die kommunikativen Fähigkeiten von Ärzten in acht europäischen Ländern. Deutschland wurde als zweit schlechtestes Land bewertet. Gespräche mit Patienten sind bei deutschen Hausärzten nicht nur besonders fachchinesisch und unverständlich sondern auch besonders kurz. Ganze acht Minuten redet ein deutscher Arzt durchschnittlich mit seinem Patienten, wovon er nur 2 Minuten zuhört.

Ein Training für Ärzte durchzuführen, ist ein relativ neuartiger Versuch, das Heilungsbestreben des Arztes auf der Ebene der Kommunikation zu verbessern. Hier bekommt man manchmal den Eindruck, der Arzt wolle vor allem Recht behalten, befehlen oder kontrollieren. Mitunter eher hilflos stehen Ärzte während einer Visite vor ihren Patienten, die sich immer mehr zurückziehen, anstatt aktiv an ihrer eigenen Heilung mitzuwirken. Warum? Andresen kann da aufklären. Ein Beispiel: Auf dem Krankenblatt sieht der Arzt, dass sich

bestimmte Werte wesentlich verbessert haben. Er bemüht sich redlich, dem Patient die Aussage abzurufen, dass es ihm doch schon viel besser ginge, aber der Mann im Bett klagt weiter über seine Beschwerden und schweigt sich ansonsten aus. Andresen rät diesem Arzt, dass er die Aussagen des Patienten respektieren muss, soll die Kommunikation gelingen. Der Patient entscheidet selbst, wann es ihm besser geht, eine persönlich empfundene Besserung kann man nicht vom Krankenblatt ablesen.

„Wenn der Arzt auf seine Patienten eingeht, fühlen sie sich gut aufgehoben. Das trägt zur Heilung entscheidend bei“, weiß Andresen. „Studien belegen, dass bei einer erfolgreichen Kommunikation ärztliche Ratschläge besser befolgt werden.“ Dadurch verringere sich auch die Dauer des Klinikaufenthaltes. Gute Kommunikation ist nicht nur für die Autoindustrie ein Garant für mehr Effektivität. Auch die Berufsgruppe der Ärzte muss sich mehr um Servicekompetenz bemühen. Da sich Patienten die Kliniken und Ärzte immer mehr aussuchen können, wird Kundenzufriedenheit auch als Wettbewerbsvorteil sichtbar.

Hier steht sich die naturwissenschaftlich ausgerichtete Schulmedizin mit ihrem alltagsfernen Vokabular allerdings noch selbst im Weg und muss sich zunehmend um eine lebensnahe und ganzheitlichere Praxis bemühen.

Hinzu kommt, dass die Aufgabe vor allem des Hausarztes nicht bei der medizinischen Versorgung endet. Laut Robert-Koch-Institut leidet ein Drittel der Hausarztpatienten mehr unter seelischen als körperlichen Problemen.

Der Bedarf nach einem verstehenden und verständlichen Gespräch ist also sehr hoch. Wenn Menschen mehrheitlich zum Arzt gehen, weil sie nicht begreifen, dass der Schmerz in ihrer Brust kein Katarrh ist, sondern ein bedrückendes Gefühl von Einsamkeit oder gar Schuld, oder wenn nicht die körperlichen Symptome einer unheilbaren Krankheit für die Patienten das Problem darstellen, sondern die Aussage, dass diese Krankheit unheilbar ist und ihnen jeden Lebensmut nimmt, dann muss der Arzt in der Lage sein, das zu erkennen und auch darüber zu sprechen. Das ärztliche Gespräch wird hier zu einem der wichtigsten diagnos-

» » » tischen und therapeutischen Instrumente.

Bisher gibt es in den medizinischen Ausbildungsgängen nur vereinzelt fundierte Ansätze, Ärzte hierin zu schulen, wie z.B. an der Humboldt-Uni Berlin. Dort lernen angehende Mediziner im Fach „Interaktion“ mithilfe von Schauspielern als Simulationspatienten. Viele Ärzte haben im Laufe ihres Werdeganges keinerlei Schulung in diesem Themenfeld erfahren. Für Philipp Andresen gibt es also noch ein großes Handlungsfeld.



Philipp Andresen
Diplom-Psychologe

Institut für Unternehmensgesundheit
Rungestr.22-24
10179 Berlin
Tel.: 030-46 79 47 27
mobil: 0162 - 61 99 269
Mail: andresen@unternehmensgesundheit.de
www.unternehmensgesundheit.de

recherchiert und erstellt von Natascha Feld