



Der Schritt in eine neue Gesundheit

FRITZ HELMUT HEMMERICH

Salutogenese heißt soviel wie Entstehung bzw. Ursprung von Gesundheit. Der Begriff wurde in den 70er-Jahren von dem Medizinsoziologen Aaron Antonovsky (1923–1994) als Gegenbegriff zur Pathogenese entwickelt. Nach dem Salutogenese-Modell ist Gesundheit kein Zustand, sondern muss als Prozess verstanden werden.

Mäeutik (Geburtshilfe) nannte Sokrates seine Methode, durch geschicktes Fragen und Hinterfragen die Bürger Athens und ihre Gewohnheits-„Wahrheiten“ zu verunsichern und ihnen dadurch zu einer in sich kohärenten Ansicht ihrer Welt zu verhelfen. Auch heute noch ist die eigentliche Aufgabe der Geburtshelfer, nicht zu entbinden, sondern Gebären zu ermöglichen. Dabei hebt der Geburtshelfer Widerstände, Hindernisse und Blockaden auf, ermutigt zum Weitermachen und erweckt Vertrauen. Die Gebärende soll wissen, dass er oder sie auch dann noch in vollem Engagement anwesend sind, wenn es schwierig werden sollte. Und schließlich sind die Geburtshelfer Zeuge für das individuelle Ereignis der Geburt dieses einen Menschen.

Ist diese Begleitung nicht essenzieller Bestandteil ärztlichen Handelns, z. B. im Falle einer krebserkrankten Patientin? Den Tumor angemessen zu entfernen, in der Krise von Chemotherapie und Bestrahlung zu ermutigen, anwesend zu sein, für individuelle Begleitung, Widerstände und Blockaden wandeln helfen, engagierter Zeuge werden einer individuellen Gesundung? Keine Frage. Der Arzt hilft auf diese Weise mit – nachdem die Voraussetzungen durch das genannte sachgerechte Vorgehen geschaffen sind –, dass das danach gelebte Leben als kohärent, als individuell stimmig empfunden wird.

Es fragt sich, ob ein solcher an „Gesundheit als aktiver Leistung“ (Uexküll) orientierter individualisierender Weg nicht ge-



Foto: Archiv

Das Arzt-Patienten-Gespräch als echter Dialog

nerell angemessen ist für den Umgang mit idiopathischen, rezidivierenden, chronischen, degenerativen und komplexen Erkrankungen? In diesen Situationen, die wir auch als „Störungen zweiter Ordnung“ (Hyland), als „Netzwerkirregularitäten“ ansehen können, erweist sich das bei „Störungen erster Ordnung“ erfolgreiche pathogenetische Modell als nur mäßig hilfreich, unzulänglich oder gar – wenn das gut bei Akutstörungen funktionierende Schema einfach übergestülpt wird – als schädlich. Beim salutogenetischen Modell wird hingegen die Kompetenz zum Individuum zurückverlagert. Statt der Invaldisierung wird auf Schritte zur Wiederbelastbarkeit und Vitalität als Lebens- und Arbeitsfreude gesetzt, die trotz bestehender, als pathologisch beschreibbarer Normabweichungen möglich ist.

Ist in einem solchen Prozess aktiv mitzuwirken, noch eine ärztliche Aufgabe? Denn diese ist innerhalb des Disease-Management-Systems anders definiert. In diesem auf Pathogenese beruhenden Modell haben wir es mit Krankheitsentitäten zu tun, die wir folgerichtig mit standardisierten Pro-

Kongress-ankündigungen

unter www.natum.de

Neu im Internet: Das Gesundheitsportal der NATUM

unter www.gesundund-leben.info

Geschäftsstelle der Natum e. V.

Ansprechpartnerin:
Frau Katrin Harling

Bosdorfer Str. 20
27367 Hellwege

Tel.: 0 42 64/8 37 45 42
Fax: 0 42 64/8 37 79 46

E-Mail: info@natum.de
Internet: www.natum.de



zeduren sachgerecht behandeln. Die dafür geeigneten (meist Akut-)Erkrankungen können als „Störungen erster Ordnung“ linear-kausal erfasst und behandelt werden. Darin hat eine individuelle Neubestimmungssuche sicher keinen Platz – die individuelle Bedeutung des Arztseins jedoch auch nicht.

In der notwendigen, aber für das Arztsein nicht hinreichenden Beherrschung und Ausführung von Standards bereiten wir wohl den Boden für den nächsten, entscheidenden Schritt: den in eine neue Gesundheit hinein. Gelingt er, wird Gesundheit zu einem Individualisierungsschritt. Geburtshelfer eines solchen Schrittes zu sein, bringt auch dem Arzt die Freude an seinem Beruf wieder, die er in Zeiten kostenoptimierter und pauschalierender Medizin – immer häufiger resigniert zwischen bürokratischer Routine und einengenden Wirtschaftlichkeitsfragen – zu verlieren droht.

Zur Gesundheit im oben genannten Sinne müssen bislang ungelebte Impulse freigelegt werden als der Urform der ärztlichen Begegnung, dem Gespräch in der Art eines echten Dialoges. Eine staunende, vorurteilsfrei forschende Haltung, weder pädagogisch noch therapeutisch im engeren Sinne, aber erfahren von Seiten des Arztes, prägt die nötige Grundstimmung. Der Arzt verlässt seine „wissende“ Position, die in Zeiten des Internets und zunehmender „Dritmeinungen“ ohnehin fragwürdig wird. Er wird helfender Partner, um Fähigkeiten und Potenziale zu entdecken und mit dem Training selbstregulatorischer Techniken den Weg aus der „erworbenen Hilflosigkeit“ zu finden und diese begleitend als Rituale im biografischen Alltag zu verankern. Ziel ist nicht Gesundheit als das Fehlen objektiver pathologischer Befunde – das ohnehin kaum möglich ist –, vielmehr das Empfinden von Gesundheit in der Gestalt vitaler Initiative.

Das ist keine Aufgabe der Kassenarztpraxis. Dafür braucht es geschützte Zeit und Rückzugsräume. Feste Praxistage in der Woche, Seminare abseits des Alltags oder verbunden mit den Ferien, wie beispielsweise dem Zentrum für Salutogenese auf Teneriffa. Hier lernen und üben Menschen (re-)vitalisierende Haltungen und Techniken, erproben

die „Möglichkeit des Andersseins“ (Watzlawick), trainieren selbstregulatorische Techniken. Beispielsweise kann ein so zentraler Gesundheitsfaktor wie die HRV („heart rate variability“) durch Übung der Cardioception verbessert werden. Die Durchblutung des präfrontalen Kortex – bedeutsam für die Verbesserung von Depressionen, Aufmerksamkeitsstörungen oder Panikerkrankungen – lässt sich wiederum durch Hämenzephalographie steigern. Und schließlich: Biografisch festgeschriebene Reaktionsschemata (in Beruf und Partnerschaft) können, z. B. durch Biografik, in die Initiative selbstbestimmter neuer Handlungsdrehbücher gewandelt werden.

Welche Freude für den Arzt, wenn er neben klassischer Diagnostik und Therapie noch die Begegnung mit dem einzelnen Patienten, die spannende Mithilfe bei der Geburt eines sich gesunden Menschen und die Begeisterung eines nicht mehr vor Belastungen fliehenden, sondern eines Herausforderungen suchenden Menschen begleiten kann! Da dies von erlebbar hohem Wert („empfundene Gesundheit“) für die Patientin ist, stellt es auch einen solch hohen Wert dar, dass die wirtschaftliche Seite dabei in einer für beide Seiten befriedigenden Weise gelöst werden kann, ohne dass im Regelfall dafür die Sozialleistungsträger in Anspruch genommen werden müssten. Dass irgendwann ärztliche Zeit auch honorarfähig werden sollte, wenn sie pathogene Entwicklungen oder ihr Wiederauftreten verhindert, steht außer Frage. Dafür aber müssen solche Initiativen erst einmal ihren Nutzen allgemein unter Beweis stellen und im komplementärmedizinischen Sektor muss die Spreu vom Weizen getrennt werden. Wir haben persönlich seit sieben Jahren mit einem solchen Modell sehr befruchtende Erfahrungen gemacht und geben unsere Techniken in Aus- und Weiterbildungen an Ärzte weiter und beraten sie in einer praxisgerechten Umsetzung.

Dr. med. Fritz Helmut Hemmerich
Eridanos – Zentrum für Salutogenese
Calle Vence 35
E-38530 Candelaria/Teneriffa
www.centro-eridanos.com

Workshop der AG NATUM und AG Balneologie, Physiotherapie, Rehabilitation und Akupunktur im Rahmen des 57. Kongresses der DGGG

Termin: 19. September 2008, 8.00 bis 9.30 Uhr

Ort: Kongresszentrum, Hamburg

Themen:

- _ Klassische Naturheilverfahren und Komplementärmedizin in der Geburtshilfe – Ergebnisse einer Befragung von Hebammen und Hebammenschülerinnen (PD Dr. André-Michael Beer)
- _ Möglichkeiten und Grenzen der Versorgung von Patientinnen mit Mammakarzinom in der Anschlussheilbehandlung und Rehabilitation (Dr. Tamme Goecke)
- _ Naturheilkundliche immuntherapeutische Möglichkeiten bei Krebs (Dr. Bernhard Ost)
- _ Lichen sclerosus et atrophicus. Naturheilkundliche Behandlungsansätze ohne Kortison (Dr. Christa Goecke)

Anmeldung: Frau Katrin Harling
Tel.: 0 42 61/77 34 02
Fax: 0 42 61/77 20 69
E-Mail: info@natum.de
Internet: www.natum.de

Seminar Endometriose – naturheilkundliche Behandlungsoptionen im Rahmen des 57. Kongresses der DGGG

Termin: 19. September 2008, 8.00 bis 9.30 Uhr

Ort: Kongresszentrum, Hamburg

Referentin: Prof. Dr. Ingrid Gerhard

Anmeldung:

Internet: www.dggg-kongress.de

NATUM-Tag Baden-Baden im Rahmen der 42. Medizinischen Woche

Termin: 2. November 2008, 14.30 bis 18.30 Uhr

Ort: Kongresshaus, Baden-Baden

Anmeldung: Frau Katrin Harling
Tel.: 0 42 61/77 34 02
Fax: 0 42 61/77 20 69
E-Mail: info@natum.de
Internet: www.natum.de