

BÜCHER

Medizin ist Bewegung und Atmen

Hier geht es um ein ungewöhnliches Buch des emeritierten Professors Wolfram Schüffel der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Marburger Philipps-Universität. Das Buch ist z.T. bemerkenswert persönlich gehalten und bewegt etwas im Leser, wenn man sich der nicht immer leichten Lektüre unterzieht.

Einmal geht es darum „Wie halte ich mich gesund?“, also um die Salutogenese Antonovskys, die von Schüffel weiterentwickelt wurde. Mit der Beschwerde/dem Symptom macht der Körper ein Angebot, sich zu entwickeln. Was wünscht sich der Körper?

Im 1. Buchteil: Patientenbeispiel eines jungen Eurasiers mit autonomen Funktionsstörungen und chronifiziert psychosomatischen Beschwerden wird die Erstarrung des Patienten gelöst. Oft verbergen sich hinter Symptomen (Organkrankheiten) posttraumatische Belastungsstörungen, deren Bedeutung überragend ist. „Angesichts abgelaufener Traumata bleibt es bei einer totalen Verschwiegenheit gegenüber sich selbst oder anderen“.

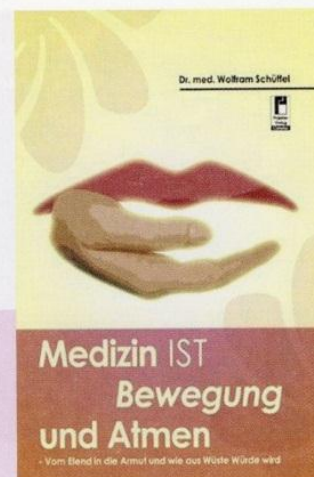
Eine neue Sichtweise können die **4 Bedeutungen des Symptoms** sein: WWAA – Wünschen (bewusst), Wegschieben (unbewusste Motivation), Aufschieben, Auflösen (der ungelösten Konfliktsituation). Ärztliche Aufgabe ist, diese 4 Bedeutungen als Gesamtheit wahrzunehmen und dem Bedeutungsspektrum nachzuspüren.

Im 2. Teil des Buches über Gesundheitsgespräche geht es zentral um die Frage „Was kann ich **jetzt** tun um mich gesund zu erhalten? Was kann **Ich** tun, wenn ich unter Gesundheit die Möglichkeit verstehe **kreativ** mit mir und den anderen umzugehen?“

An die Stelle von Diagnosen treten Beziehungsabläufe. Hier in der Beziehungsmedizin liegt die große Chance für junge Ärzte, sich bei der zunehmenden Diktatur der Ökonomie im Gesundheitswesen erfolgreich einzubringen. 40–50% des Therapieerfolgs beruhen auf der Arzt-Patienten-Beziehung. Hier kann Schüffels Buch entscheidend weiterhelfen. Zu lernen ist, die Stimmung und die Situation zu erspüren, bewusst achtsam mit der Einstellung umzugehen.

„Das Symptom ist eine Meisterleistung des Organismus“. Wenn Patient und Arzt das auch so sehen können, eröffnen sich neue Möglichkeiten. Wenn wir uns bewusst machen, dass hinter den Symptomen/Erkrankungen ein empfindender Mensch steht, ist das hilfreich für Patienten und Ärzte. Ein achtsamer Umgang damit, welche Abläufe aus Stress Gesundheit machen, sind sehr hilfreich. Ein wunderbares Bild von Schüffel, ausgehend von „Empfinden ist das Gefühl zu merken“, formuliert er mit „es bedarf eines inneren bildgebenden Verfahrens, welches im Gegensatz zu den äußeren bildgebenden Verfahren in der heutigen Medizin hier geradezu sträflich vernachlässigt wird“. Dem ist voll zuzustimmen. Sehr hilfreich fand ich das Bild der Parabel des Bürgermeisters, eines Patienten mit Angina pectoris, das dessen Biografie bildhaft erfassen lässt und damit die Auflösung erleichtert.

Interdisziplinäre Anamnesegruppen ermöglichen, dass sich Medizinstudenten einen ganzheitlichen Zugang zum Patienten verschaffen. Damit erleben sie eine problemzentrierte Selbsterfahrung.



Schüffel W. Medizin ist Bewegung und Atmen. Vom Elend in die Armut und wie aus Wüste Würde wird. Halle: Projekteverlag; 2009. 546 S. 28,50 €. ISBN: 978-3-86634-619-2

Im 3. Teil des Buches „Wartburggespräche“ (benannt nach der 1. Veranstaltung auf der Wartburg bei Eisenach) geht es um die zentrale Frage: Wie ist Salutogenese praktisch umsetzbar? Kernthema: Gesundheit als Grundrecht in Europa – eine Utopie? Ein offener Kreis dient hier als Symbol.

Das Buch hilft, Symptome zu denen der Patient keinen verbalen Zugang hat, gemeinsam zu übersetzen. Die Denkweise ist öfter ungewohnt, jedoch gewinnbringend. Das Buch führt vom Descartes'schen Dualismus zur Einheit von Körper und Seele: Das Symptom ist zur gleichen Zeit Ausdruck von Körper und Seele.

Das Symptom bewegt den Patienten und der Patient den Arzt, der Weg geht vom Be-schweren zum Be-deuten. Insofern ist das Buch auch hilfreich bei der Lösung von Problemen von uns Ärzten, wir können nach der Lektüre unsere eigenen Ressourcen bewusster nutzen und erfolgreicher ärztlich handeln. Das Buch führt zu einer Medizin, die den dringend notwendigen Schritt von der Patho- zur Salutogenese bereitet.

Fazit: Lektüre teilweise anstrengend, jedoch sehr lohnend.

Dr. med. Thomas Heintze, Internist, Naturheilverfahren, Homöopathie, Akupunktur, Marburg-Bauerbach