

Die neue Heilkunst –

Wie Schul- und Alternativ-Medizin voneinander lernen.

Titelthema der Zeitschrift GEO im August 2011 von Petra Thorbrietz

S. 116 - 130

„It is not for the patient to decide!“ - Es sind nicht die Patienten die zu bestimmen haben!

*Michael Baum, Krebsforscher am Londoner King's College,
auf der Konferenz zur Zukunft der Krebsbehandlung
(Arnheim, Niederlande im Frühjahr 2011).*

Es war seine zornige Antwort auf ein flammendes Plädoyer einer holländischen Brustkrebspatientin, die ihre aus der Behandlung resultierenden Beschwerden erst durch naturheilkundliche Therapeuten lindern konnte.

Der Grenzgänger zwischen den medizinischen Welten Gustav Dobos, Prof. für Naturheilkunde der Universität Duisburg-Essen. Er arbeitet im Team mit Heilkräuterspezialisten, Yogalehrern, Ernährungswissenschaftlern und TCM-Therapeuten.

*„70% aller Krebspatienten nutzen von sich zusätzliche
alternative Heilmethoden, ohne mit ihrem Arzt darüber zu sprechen“,
sagt Dobos und er ist davon überzeugt:*

„Die Grabenkämpfe in der Medizin schaden allen, vor allem den Patienten.“

George Lewith, prominenter Vertreter aus England, kritisierte auf der Konferenz in Arnheim, dass sich die Schulmediziner an den leicht messbaren Erfolgsgeschichten der Hochleistungsmedizin orientieren. Sein Kommentar:

*„Was dagegen in der Normalversorgung von Patienten passiert,
das wird überhaupt nicht erforscht.
Davon hat die Hochschulmedizin keine Ahnung.“*

Die Zeit sei reif, finden immer mehr Mediziner. Doch der Ansatz der ganzheitlichen integrativen Erfahrungsheilkunde hat ein großes Hindernis, das der Medizinprofessor Michael Baum der holländischen Patientin in Arnheim entgegenfaucht:

*„Alles Anekdoten unwissenschaftlicher Einzelfallbeobachtungen.
Evidenz - das ist die Wahrheit!“*

BLINDE FLECKEN DER MEDIZINISCHEN FORSCHUNG

Konsequenz der **EBM** (Evidenzbasierende Medizin) jahrtausendaltes Erfahrungswissen ist plötzlich „unwissenschaftlich“ und „unwirksam“. Wichtigste Methode der EBM, die „randomisierte Doppelblindstudie“. Hat ihre Tücken ⇒ Medikamente und Therapien werden meist in Unikliniken geprüft, aber nur ein halbes Prozent der Patienten dort behandelt.

Studien schließen Patienten mit Zweit- oder Dritterkrankungen meist aus.

*„In einer Studie zur Wirkung von Mistelextrakten gegen Brustkrebs
konnten von rund **2000** betroffenen Frauen nur **29** aufgenommen werden“,
sagt Gustav Dobos, „das sind **eineinhalb Prozent** – das sagt nichts mehr über die
Mehrheit aus“.*

*„Maximal **40%** der Medizin sind evidenzbasiert!“
Jörg-Dietrich Hoppe, ehemaliger Präsident der Bundesärztekammer*

Ein Faktor den sich die wenigsten Schulmediziner klar machen. So besteht bei Studien die unerwartete Ergebnisse bringen, wenig Bereitschaft diese anzuerkennen.

Die neue Heilkunst – Wie Schul- und Alternativmedizin voneinander lernen.

Erstellung des Konспекts im Rahmen des Studiums Manual Medicine & Osteopathy von Andreas Voltz

Herzkathederuntersuchungen

- in Deutschland sehr viel öfter als in Österreich und Schweiz.

In **96%** keine Lebensverlängerung oder Verhinderung von Herzinfarkt;
Komplikationen wie Blutungen, Entzündungen der Gefäßwände.
Große Studie des „New England Journal of Medicine“, 2007

Mit Motivation könnte man Patienten ermutigen, einem Infarkt selbst gegenzusteuern und damit erwiesenermaßen viele Operationen verhindern.

Nach der „Interheart“-Studie in 52 Ländern an 15000 Patienten sind **90%** des Risikos für einen Infarkt **Stress und Lebensstilfaktoren**.

Deutsche Mediziner greifen besonders schnell zum Messer:
Mehr **Bypässe** als in anderen Ländern:
132 pro 100000 Einwohner im Jahr!
In der Schweiz waren es nur **31**, in Frankreich **32**

GESUCHT: NEUE PRAXISNAHE FORSCHUNGSANSÄTZE

Kritisch betrachtet, schrumpft schulmedizinische Evidenz auf einen kleinen Ausschnitt der Behandlungen. Verfechter der Integrativen Medizin fordern neue Standards.

Claudia Witt, Prof. für Komplementäre Medizin am Berliner Charité engagiert sich für epidemiologische Studien. Ziel = Vergleich von Behandlungsoptionen: Was hilft am besten: Schulmedizin? Akupunktur? Die Kombination von beidem? Oder ein unerklärlicher Faktor? Was wirkt überhaupt in der Medizin?

Warum funktioniert Akupunktur sogar dann, wenn die Nadeln „falsch“ gesetzt werden?

INTEGRATION ALS AUSWEG AUS DER KRISE

Vorbilder für Forschung findet man dort, wo die Krise des Gesundheitswesens am sichtbarsten ist. In den USA (teuerstes System, schlechteste Versorgung aller Industriestaaten). Durch Krankheiten wie Fettsucht, Diabetes und Herz-Kreislaufleiden steht es am Rande des Zusammenbruchs.

*„Our system is broken“,
resümierte David Eisenberg, Harvard Medical School.
„Ob es uns passt oder nicht, die Patienten wollen
zusätzliche Therapieangebote. Wir müssen uns etwas einfallen lassen.“*

1998 Reformierung des Office of Alternative Medicine (OAM), wurde zum **NCCAM** (National Center for Complementary and Alternative Medicine), Teil der nationalen Gesundheitsbehörde NIH. Für Forschung integrativer Heilverfahren jährlich 128 Millionen Dollar. Auch das National Cancer Institut gibt eine ähnlich große Summe aus.

Das NCCAM ist unparteiisch. Es nutzt molekularbiologische Verfahren um Wirkstoffgemische in Pflanzen zu analysieren.

*„Am schlimmsten sind unbewiesene Krebstherapien“, sagt Josephine Briggs,
eine strikte Verfechterin der integrativen Medizin und Leiterin des NCCAM.
„Diese schädigen den Ruf der Naturheilkunde
und ziehen den Kranken das letzte Geld aus der Tasche.“*

Alle renommierten Krebskliniken der USA haben Abteilungen für integrative Onkologie (Harvard Medical School oder Mayo-Klinik). Nebenwirkungen werden mit Kräutern, Akupunktur und Yoga behandelt.

Die neue Heilkunst – Wie Schul- und Alternativmedizin voneinander lernen.

Erstellung des Konспекts im Rahmen des Studiums Manual Medicine & Osteopathy von Andreas Voltz

2/3 der medizinischen Fakultäten haben komplementäre Heilverfahren als Wahlfach in die Ausbildungsgänge integriert.

Dazu der „US News and World Report“:

*„**Alternativ Medicine goes Mainstream**“ – Alternative Medizin wird salonfähig.*

DIE MACHT DER GEDANKEN

Mind-Body-Medizin ist eine populäre ergänzende Therapierichtung in den USA. Ihre Grundlagen hat sie in der Stressforschung Mitte der 70er Jahre an der Harvard Medical School.

***Relaxation Response** – Entspannung als Therapie.*

„Stress ist die Antwort auf eine Bedrohung: Erhöhter Blutdruck, Herzerasen, Schweißausbrüche und jede Menge Hormone sollen den Flucht-oder-Kampf-Mechanismus unterstützen“, so der Kardiologe Herbert Benson.

Großer unbekannter Faktor in der Medizin ⇨ der Geist des Patienten. Ihn einzubeziehen ist die Stärke von Heilmethoden, die auf Techniken mit Entspannung setzen. Da Ärger, Wut oder Angst bis in die einzelnen Körperzellen hinein wirken. Es bilden sich stoffwechselstörende Sauerstoffverbindungen.

Mit Stressabbau für die Gene

- der Forscher Benson hat die Wirkung von Entspannungsübungen auf die epigenetische Vererbung einer Zelle auf ihre Tochterzelle untersucht.

*An der University of California beobachtet, Entspannungsübungen bremsen das Verkürzen der Telomere, jene Enden an Chromosomen die sich bei der Zellteilung verkürzen, bis die Zelle stirbt. „**Wir verlangsamen den Alterungsprozess**“, glaubt Benson.*

Anti-Stress-Programme überzeugen in der Praxis mit der Wirkung. Evidenzbasierende Studien zeigen, dass sie Schmerzen lindern, Rheuma, Allergien oder Darmkrankheiten dämpfen und gegen Angststörungen helfen.

MEDITATION – GESUNDHEIT SPIRITUELL FÖRDERN

Den **inneren Frieden finden** ist das Ziel der „**Mindfulness-Based-Stress-Reduction**“ (MBSR). Während Mind-Body-Medizin nur den Stoffwechsel beeinflusst, soll MBSR das ganze Leben verändern. Der Molekularbiologe Jon Kabat-Zinn entwickelte aus Yoga und buddhistischen Meditationstechniken eine Lehre die nichts mehr mit Religion zu tun hat, die Lehre zur **Achtsamkeit!**

*MBSR soll in acht Wochen erlernt werden
– und ein Leben lang praktiziert werden!*

Evidenzstudien belegen, dass MBSR-Techniken den **Kortisolspiegel** senken. Schmerzen werden erträglicher und Ängste abgebaut!

*„Wir Ärzte können vielleicht die Krankheit kurieren.
Aber heil werden muss der Patient selbst“,
sagt Saki Santorelli,*

Leiter des Zentrums der Achtsamkeit in Shrewsbury, Massachusetts

Die neue Heilkunst – Wie Schul- und Alternativmedizin voneinander lernen.

Erstellung des Konспекts im Rahmen des Studiums Manual Medicine & Osteopathy von Andreas Voltz

GESUNDHEIT - AUCH EIN BEZIEHUNGSDRAMA

*„Jeder hat seine Rolle – Medizin ist ein Theaterstück“,
sagt Ted Kaptchuk aus Cambridge, Boston*

Er hat nachgewiesen, dass Placebos selbst dann helfen, wenn der Patient weiß, dass er eine wirkungslose Pille schluckt. Die Rolle des Patienten, seine Erwartungshaltung, das ärztliche Einfühlungsvermögen; all dies wird als Störfaktor für Studien empfunden und ausgeschaltet.

Eine Veröffentlichung der Bundesärztekammer März 2011 – Der Einsatz von Placebos hat eine nicht zu unterschätzende Bedeutung in der ärztlichen Praxis!

VON DER KRANKHEIT ZUR PRÄVENTION

2009 wurden in Deutschland **677 Millionen Therapien** verordnet . . .

- ... **95% Medikamente** für 30 Milliarden Euro!
- ... *Jedes Fünfte nicht richtig eingenommen!*
- ... **40% von Antidepressiva** bleiben im Schrank!
- ... *ebenfalls jedes zweite Blutdruckmedikament!*

Schlechte Compliance weil . . .

- ... *Angst vor Nebenwirkungen!*
- ... *Symptomtherapie statt Ursache!*
- ... *zu rasch zu starke Medikamente!*

Michael Teut, Leiter der naturheilkundlichen Ambulanz Berliner Charité:

„Ältere Menschen nehmen oft täglich ein halbes Dutzend Medikamente und mehr“.

Diese nennt er Heilungshindernisse, da man ab fünf Medikamente Nebenwirkungen und Krankheitssymptome nicht mehr auseinanderhalten kann.

ZWEI SYSTEME – EINE HEILKUNST

Schluss mit Heimlichkeiten und Kommunikationslosigkeit! Die neue Heilkunst will nichts abschaffen, aber dort einen sanfteren Weg aufzeigen, wo es möglich ist.

Behandlung auf den einzelnen Patienten zugeschnitten - **Individualisierung!**

*Endlich durch Anreize das
Gesundheitswesen auf Gesundheit ausrichten!
Bisher beschäftigt sich Medizin mehr mit Krankheit und Profit.
Das müssen wir ändern!*