

Unverkäufliche Leseprobe aus:

Prof. Dr. med. Sven Gottschling mit Lars Amend

Wer heilt, hat Recht

Chancen und Grenzen der Alternativmedizin

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© S. Fischer Verlag GmbH, Frankfurt am Main

INHALT

Vorbemerkung	11
Von Glauben und Globuli	13
Vertrauen ist das Fundament jeder erfolgreichen Therapie	23
Die Medizin ist keine exakte Wissenschaft	35
Die Macht der Erwartung	61
Cannabis – wirksames Medikament oder Kiffen auf Rezept?	79
Methadon – Krebswundermittel oder lebens- gefährliches Spiel mit der Hoffnung?	111
Akupunktur – mehr als nur Nadeln in der Haut	123
Besondere Therapierichtungen	149
<i>Homöopathie</i>	151
<i>Anthroposophische Medizin</i>	181
<i>Pflanzenheilkunde / Phytotherapie</i>	196
Tiergestützte Therapie	209
Musiktherapie	229

Kunsttherapie	239
Hypnose – die Kraft der Selbstheilung	251
Beliebt, Skurril und Spektakuläres	271
<i>Bachblüten</i>	272
<i>Bioresonanztherapie</i>	275
<i>Diäten</i>	277
<i>Die Colon-Hydrotherapie</i>	280
<i>Eigenbluttherapie</i>	285
<i>Orthomolekulare Medizin</i>	288
<i>Schüßlersalze</i>	291
<i>Vitamin B₁₇</i>	294
Wer heilt, hat recht	297
Danksagung	307
Register	309
Bitte um Spenden	317

VON GLAUBEN UND GLOBULI

Ich bin in einem Umfeld aufgewachsen, in dem Themen wie Homöopathie, Naturheilkunde oder alternative Heilverfahren keine große Rolle spielten. Jedenfalls kann ich mich beim besten Willen nicht daran erinnern, während meiner Kindheit jemals damit in Berührung gekommen zu sein. Wenn man krank wurde, ging man zum Arzt und bekam Tabletten verschrieben. Ich hatte das Vergnügen, von einer schulmedizinisch ausgerichteten Kinderärztin behandelt zu werden, die streng nach Lehrbuch vorgeing und vor der ich, um ehrlich zu sein, ganz schön viel Angst hatte. Nach meinem kindlichen Empfinden war sie ziemlich autoritär, hatte einen Oberlippenbart und eine sehr tiefe Stimme, was mir in ebendieser Kombination mächtigen Respekt einflößte.

Mein erster bewusster Kontakt zur Alternativmedizin ergab sich erst viele Jahre später im Rahmen meines Medizinstudiums. Dort wurde ein Kurs im Bereich der Homöopathie angeboten – von Studenten für Studenten –, den ich auch einige Male besuchte, allerdings muss ich zugeben, dass ich nicht lange dabei blieb. Er fand abends statt, und so beschloss ich ziemlich schnell, meine neben dem medizinischen Hauptstudium noch verfügbaren Energiereserven doch lieber in Partys zu investieren, anstatt mich durch Hunderte von homöopathischen Einzelsubstanzen zu quälen. Trotzdem hat mich dieses besondere Verfahren schon

damals neugierig gemacht, und so landete ich eines Tages als interessiert-kritischer Patient (wenn auch ohne aktuelle Beschwerden) bei einem Arzt, der sich ausschließlich auf Homöopathie spezialisiert hatte, um aus erster Hand etwas mehr darüber zu erfahren. Dieser Arzt, der mit seinem weißen Vollbart ein bisschen wie ein Prophet aussah, nahm sich mehr als eine Stunde Zeit für mich und stellte mir wahn-sinnig viele Fragen, die aus meinem damaligen Empfinden heraus ziemlich ungewöhnlich waren: über meine Charaktereigenschaften und Essgewohnheiten, meine Hobbys und Vorlieben, meine Familie, meinen Freundeskreis und vieles mehr. Er hörte mir sehr genau zu und verschrieb mir zum Schluss ein homöopathisches Arzneimittel, ein sogenanntes Konstitutionsmittel, das genau für meine Persönlichkeit passend sei und das ich bei Beschwerden aller Art oder auch nur zur Vorbeugung von Beschwerden aller Art künftig einnehmen sollte. Ich kann mich noch gut an den Stapel Rezepte erinnern, die auf dem Arbeitstisch seiner Arzthelferin lagen, auf denen für jeden Patienten die Diagnose bereits vorgedruckt war. Der Name meiner Erkrankung (und anscheinend der Erkrankung aller Menschen, die diesen Arzt aufsuchten) lautete: vegetative Dystonie. Übersetzt heißt das so viel wie »allgemeines inneres Ungleichgewicht« oder etwas griffiger ausgedrückt: Wohlstandsblähungen.

Der Besuch bei diesem Arzt liegt jetzt über 20 Jahre zurück. Im Zuge der Recherchen für dieses Buch habe ich den Begriff »vegetative Dystonie« einfach mal in meine Internet-Suchmaschine eingegeben, und was lachte mir als eine der ersten Seiten entgegen? Die Homepage von Klosterfrau Melissengeist. Auch hier ist von vegetativer Dystonie die Rede und davon, wie man sein inneres Gleichgewicht wiederherstellen kann. Die Überschrift liest sich knackig: »Frü-

her war es die Flucht vor den Löwen, heute fliehen wir vor Terminen.« Dazu wird noch kräftig mit einer Naturarznei aus 13 Heilpflanzen geworben, die zur Besserung des Allgemeinbefindens beitrage, zur Stärkung oder Kräftigung und bei Belastung von Nerven und Herz-Kreislauf durch innere Unruhe und Nervosität helfe. Außerdem soll es die Schlafbereitschaft fördern. Ob die Förderung der Schlafbereitschaft und die Dämpfung innerer Unruhe nicht auch durch den Alkoholgehalt von 79 Volumenprozent zu erklären ist, sei dahingestellt.

Aber zurück zu meiner ersten homöopathischen Erfahrung. Ich bekam von dem vollbärtigen Arzt das Medikament Lachesis verordnet. Hierbei handelt es sich um das Gift der Buschmeisterschlange. Voller Neugier habe ich mir die Eigenschaften dieses homöopathischen Arzneimittels ganz aktuell noch einmal angeschaut und staunte nicht schlecht. Jahre nachdem ich mich nur ein einziges Mal mit diesem Arzt unterhalten habe, finde ich unter den Anwendungsbereichen dieses Arzneimittels eine zum Teil erschreckend zutreffende Beschreibung meiner Person und meiner körperlichen Schwachstellen. Zum Beispiel wird eine besondere Anfälligkeit des Herz-Kreislauf-Systems genannt, die ich damals mit Sicherheit noch nicht hatte – heute nehme ich mehrere Blutdruckmedikamente. Eine starke Blutungsneigung mit Hang zum Nasenbluten wird beschrieben – heute vergeht kaum ein Monat, in dem ich nicht mindestens einmal kräftiges Nasenbluten habe. Andere Dinge treffen ebenso erschreckend klar auf mich zu, zum Beispiel die Neigung zu häufigen Halsentzündungen, die bei mir letztlich dazu geführt haben, dass im jungen Erwachsenenalter die Mandeln rausoperiert werden mussten. Spannend finde ich auch die Beschreibung eines Beklem-

mungsgefühls durch das Tragen von zu enger Kleidung, insbesondere am Hals. Ich finde Krawatten furchtbar, und selbst im kältesten Winter friere ich mir lieber den Kehlkopf ab, als dass ich mir einen Schal um den Hals wickle. Andere Punkte, die eher im Bereich des Gemütes liegen, wie Redseligkeit, ein hohes Maß an Emotionalität, ein zum Teil etwas überschießendes Temperament sowie ausgeprägte sexuelle Bedürfnisse, ein starkes Verlangen nach Alkohol und Kaffee lasse ich an dieser Stelle einfach mal unkommentiert stehen. Andere Ausführungen zu Lachesis in der Anwendung haben mir dann aber doch ein leichtes Schmunzeln ins Gesicht gezaubert. So finden sich Beschreibungen, dass es besonders hilfreich bei Halsentzündungen sein soll, wenn diese links beginnen und nach rechts wandern oder lediglich linksseitig auftreten. Also, ich kenne Wanderdünen und Wanderbaustellen, aber Wanderhalsschmerzen mit Linkslastigkeit? Nachdenklich hat mich dann aber doch der Satz gestimmt, dass Lachesis ein hervorragendes Mittel bei einer beginnenden Blutvergiftung sein soll. Da wiederum muss ich als Schulmediziner ganz klar sagen, dass bei einer beginnenden Blutvergiftung Antibiotika angesagt sind, oftmals auch eine rasche intensivmedizinische Therapie, denn an so etwas kann man auch als junger, sonst gesunder Jugendlicher problemlos sterben, was ich als Arzt leider schon erlebt habe.

Doch zurück zu meinen ersten Erfahrungen mit alternativen Heilmethoden. Nach meinem Medizinstudium habe ich dann angefangen, auf der Kinderkrebstation eines Universitätsklinikums zu arbeiten, wo Therapiemaßnahmen nach Datenlage neuester Studien entschieden werden und alternativmedizinische Überlegungen selbstverständlich keinen Platz finden. Oder doch?

Eines Tages erzählte mir ein Kollege, dass seine Tochter eine sehr hartnäckige Dornwarze im Bereich der Fußsohle habe, die sie sich im Schwimmbad eingefangen habe, und dass alle bisherigen Behandlungsversuche mit verschiedenen Tinkturen, Vereisungsmethoden und das chirurgische Herausschneiden nicht funktioniert haben. Er erzählte die Geschichte in einer größeren Medizinerrunde, und ein anderer Kollege sagte spontan: »Weißt du was? Diese Warze zaubern wir weg!« Erstaunte und skeptische Blicke allerorten, aber es wurde vereinbart, sich am nächsten Tag im Keller des Uniklinikums zu treffen, wo sich ein uraltes, schon längst eingestaubtes Bestrahlungsgerät befand. Der zehnjährigen Tochter wurde erzählt, dass es sich hier um ein extrem effektives, aber auch ebenso teures und nicht ganz ungefährliches Behandlungsverfahren zur Warzetherapie handeln würde und dass sie dazu ihren Fuß nach genauer Anweisung unter das Gerät halten müsse. Der Arzt würde dann den Raum verlassen, von draußen das Gerät mit Fernbedienung einschalten, die entsprechende Bestrahlungsdosis abgeben, und nach einer Woche würde die Warze verschwinden. Gesagt, getan. Der Fuß des Mädchens wurde unter dem Gerät platziert, sie wurde aufgefordert, sich keinen Millimeter zu bewegen, und bekam eine Bleischürze als Schutz gegen mögliche Streustrahlen umgelegt. Der Kollege gab durch die geschlossene Tür noch mehrere Kommandos, kam nach zwei Minuten zurück und erklärte die Behandlung für erfolgreich beendet. Und siehe da, knapp eine Woche später war die Dornwarze tatsächlich verschwunden. Zur Erinnerung: Dieses Gerät war schon seit über zehn Jahren außer Betrieb und nicht einmal am Strom angeschlossen. Was war passiert? Die Dornwarze ist schlicht und ergreifend durch die Erwartungshaltung des

Mädchens und den damit augenscheinlich verbundenen Selbstheilungskräften verschwunden (mehr zu solchen erstaunlichen Effekten im Kapitel »Die Macht der Erwartung«).

Eine ähnliche Erfahrung habe ich mit einem kleinen Jungen aus meinem Bekanntenkreis gemacht, der unter außergewöhnlich vielen Dellwarzen litt. Das ist eine Warzenart, die durch Viren verursacht wird. Es können sich dabei überall auf der Haut viele kleine Knubbelchen bilden, mit denen man sich auch noch ständig an neuen Stellen am Körper selbst anstecken kann. Ich sage Ihnen, eine äußerst unschöne Angelegenheit. Auch hier sind alle schulmedizinischen Therapieversuche meisterlich fehlgeschlagen. Der arme Wicht sah mehr oder minder aus wie ein Mensch gewordenen Streuselkuchen. Er war ebenfalls das Kind eines Kollegen, der sich lange verzweifelt und bis dato erfolgreich gegen den Wunsch seiner Frau gewehrt hatte, doch endlich einen homöopathisch tätigen Arzt aufzusuchen. Als alle klassischen Therapien letztlich versagten und eigentlich nur noch eine chirurgische Abtragung der Warzen von den Hautärzten als letzte Behandlungsmöglichkeit präsentiert wurde, gab er kleinlaut nach und sagte zu seiner Frau: »Bevor wir jetzt die Messer wetzen, geh von mir aus zum Homöopathen, aber sag's bitte keinem.« Der Junge bekam sogenannte Thuja-Kügelchen verschrieben, und wie durch ein Wunder waren nur wenige Tage später alle Dellwarzen vollständig verschwunden. Glauben oder Globuli? Im ersten Fall mit dem »Bestrahlungsgerät« hat die alleinige Erwartungshaltung ausgereicht, um sich von der Warze zu trennen. Aber was hat im zweiten Fall geholfen? (Diesen Fragen gehen wir später im Kapitel über Homöopathie nach.)

Da war ich also, ein junger Arzt auf einer Kinderkrebsstation, der sein erlerntes schulmedizinisches Wissen nun hochmotiviert in der Praxis umsetzen wollte. Doch bereits nach wenigen Tagen kam der erste Dämpfer. Mehrere anthroposophisch ausgerichtete Eltern fragten nach ergänzenden Behandlungsmöglichkeiten für ihre an Krebs erkrankten Kinder. Sorgen auf der einen Seite. Fragezeichen auf unserer Seite. Und die Rufe nach diesen Methoden wurden von Tag zu Tag lauter. Mein damaliger Chef hat daraufhin, für mich im Nachgang folgenschwer, bestimmt: »Leute, wir haben hier so viele verzweifelte und zum Teil unzufriedene Familien, die uns um eine Einschätzung und um eine begleitende ergänzende Therapie bitten, und wir haben davon alle keine Ahnung. Das kann so nicht weitergehen. Einer aus der Abteilung muss sich mal intensiv mit diesen ganzen alternativen Methoden beschäftigen.« Um ehrlich zu sein, wurde mir das Thema eher aufgezwungen, da ich noch neu und unerfahren war und mich nicht – wie meine dienstälteren Kollegen – schnell genug weggeduckt hatte. Um noch eine Spur ehrlicher zu sein, war ich zu diesem Zeitpunkt der mit Abstand glühendste Verfechter der klassischen Schulmedizin und alternativen Heilmethoden gegenüber äußerst skeptisch eingestellt. Für einige Wochen war mir also der geballte Spott der Kollegen sicher, da ich mich nun notgedrungen, aber dennoch mit vollem Elan um das ungeliebte Thema kümmern musste.

Ich hatte zwei Optionen: Entweder ich beschäftigte mich rein theoretisch damit, wälzte Studien und las Bücher, aber schon bei dem Gedanken daran war mir klar, dass das nicht ausreichen würde. Mir war bewusst, dass ich eines dieser vielen Behandlungsverfahren selbst von der Pike auf lernen musste, um später glaubhaft mitreden und meinen

Patienten wirklich helfen zu können. Ich schwankte damals zwischen klassischen Naturheilverfahren, Homöopathie und Akupunktur und entschied mich schließlich für das Erlernen der Akupunktur. Warum? Vor allem hat es mich fasziniert, dass es sich hierbei um ein Jahrtausende altes Heilverfahren handelt.

Voller Euphorie ging ich also in den ersten Akupunkturkurs und hätte nach wenigen Stunden fast schon wieder alles hingeschmissen. Für einen überzeugten Schulmediziner, wie ich einer war, war es schon nahe am Rande des Unerträglichen, wenn statt nachvollziehbarer Daten, Fakten und zitierten Studien auf einmal von Yin und Yang doziert wird, von der sonnenbeschienenen Seite und der Schattenseite des Hügels, und man darüber hinaus dazu ermutigt wird, zu spüren, wie die Lebensenergie Chi durch den eigenen Körper fließt. Fast wäre ich schreiend davongelaufen. Im Nachhinein bin ich allerdings mehr als dankbar, diese erste Hürde damals genommen zu haben. Denn das riesige Themenspektrum der Alternativ- und Komplementärmedizin (was diese Begriffe genau bedeuten, wird noch erklärt) hat mich sehr schnell unglaublich fasziniert und derart gefesselt, dass ich mich, auch als Wissenschaftler, mit ganz viel Schwung darauf gestürzt habe, was im Endeffekt zu meiner Habilitation und letztlich sogar zu meiner Professur geführt hat. Und das gegen sehr viele Widerstände von streng schulmedizinisch ausgerichteten Kollegen, die mir über lange Jahre alle nur erdenklichen Steine in den Weg gerollt haben, weil sie allein schon die Auseinandersetzung mit dem Thema – auch wenn sie wissenschaftlich nach den anerkannten Regeln erfolgt ist – zutiefst abgelehnt haben. Eigentlich genau wie ich, bevor ich mich damit befassen musste.

Zusammengefasst lässt sich sagen: Ich verdanke der Alternativmedizin eine erhebliche Horizonterweiterung und letztlich auch meine berufliche Karriere. Früher habe ich nicht an diese »Wunder« geglaubt, heute schon, weil ich sie mit eigenen Augen gesehen habe. Auch davon werde ich in diesem Buch erzählen.

Aber vor allem möchte ich den Leserinnen und Lesern etwas Orientierung auf dem weiten Feld der Alternativmedizin geben und die Wirksamkeit einzelner Therapien auf den Prüfstand stellen. In unserer täglichen Arbeit auf einer altersübergreifenden Palliativstation haben wir einige dieser Heilmethoden auch bei schwerwiegenden und sehr komplizierten Krankheitsfällen angewandt und so einem Härtestest unterzogen.

Erweitert werden diese Erfahrungen aus der Praxis noch mit von uns durchgeführten Studien zu alternativen bzw. komplementären Heilmethoden. Natürlich kann in diesem Rahmen bei weitem nicht das ganze Spektrum der Alternativmedizin behandelt werden, aber einige sehr populäre Methoden werden im Folgenden einer kritischen Betrachtung unterworfen. Vielleicht hilft das auch etwas dabei, den Blick für weitere, hier nicht erwähnte alternative Heilmethoden zu schärfen. Es ist ein riesengroßer, schier unüberschaubarer Markt: Cannabis, Colon-Hydrotherapie, Mistel, Heilsteine, Bachblüten, Bioresonanz, orthomolekulare Medizin, Schüßler-Salze und und und. Wo schon die Profis schnell den Überblick verlieren, wie soll denn da ein medizinischer Laie auch nur ansatzweise durchblicken? Keine Sorge, auf den folgenden Seiten werde ich Ihnen einige klare und einfache Tipps geben, wie Sie sich im Dschungel der vielfältigen Angebote und Möglichkeiten zurechtfinden können.