

Gesucht – der mündige Patient

Lassen wir uns alle nicht zu oft ins Bockshorn jagen? Vor allem dann, wenn es um unsere Gesundheit geht? Zeckenbisse, Fuchsbandwurm, die Vogelgrippe und BSE – ängstliche Gemüter haben in unserer Zeit der Überinformation Probleme damit, unbeschwert durchs Leben zu gehen.

Wenn es z.B. um die Vogelgrippe geht, wagen sich nur wenige, sich der allgemeinen Hysterie zu widersetzen und für den gesunden Menschenverstand zu plädieren.

Der gesunde Menschenverstand ist es auch, den wir viel öfters walten lassen sollten, wenn es um unser persönliches Wohlbefinden geht. Zumal wenn man weiß, dass unser innerer Arzt vieles ganz automatisch für uns regelt, wenn wir ihm nur Zeit lassen.

Durch die gut gemeinte Überversorgung in unserem kaum mehr bezahlbaren Gesundheitswesen wird der Mensch permanent verunsichert. Soll er sich gegen den Zeckenbiss nicht gleich vorsorglich impfen lassen? Ist die Bandscheibenoperation bei den chronischen Rückenschmerzen nicht zwingend notwendig? Schützen die vielfältigen Vorsorgeuntersuchungen tatsächlich vor Siechtum und frühem Tod?

Harald Kramps, Facharzt für Allgemeinmedizin in Berlin, meint dazu im Deutschen Ärzteblatt: „Im deutschen Gesundheitswesen fehlt die fachliche Instanz, die gesunde Menschen vor den Risiken und Nebenwirkungen des Gesundheitswesens bewahrt und den kranken Menschen den einfachsten Weg zur Besserung zeigt.“ Kramps, der lange Zeit in Norwegen tätig war, stellt weiter fest: „Durchschnittlich geht jeder Norweger dreimal im Jahr zum Arzt. Mehr als 16-mal jeder Deutsche. Dabei werden die Bundesbürger aber nicht gesünder.“ Und Kramps gibt zu bedenken: „Jeder Schritt ins Gesundheitswesen kann heilsam sein, aber auch gefährlich: Nach der Bestimmung des Cholesterinwertes ist jeder Bissen in einen fettreichen Käse ein Genuss mit Risiken. Nach dem ersten PSA-Wert bei der Prostatakrebs-Vorsorge startet möglicherweise eine lange Odyssee mit regelmäßigen Kontrollen, die mit einer Operation enden, die nicht unbedingt das Leben verlängern, dafür es aber weniger lustreich gestalten kann.“

„Eine sozialmedizinische Faustregel lautet:

Von 1000 medizinischen Problemen können 900 von den Betroffenen gelöst werden.

Von den verbliebenen 100 Problemen können 90 beim Allgemeinmediziner geklärt werden.

Von den verbliebenen zehn müssen neun zum Facharzt und ein Patient muss ins Krankenhaus.“

Harald Kramps, Facharzt für Allgemeinmedizin

Zum gleichen Thema stellt Gerd Gigerenzer vom Berliner Max-Planck-Institut für Bildungsforschung fest: „Ein grosses Problem in der Medizin ist, dass es so etwas wie eine verbindliche Wissensbasis nicht gibt. Bei den von Gesundheitspolitikern massiv geförderten Massenscreenings von Gesunden auf Brust- oder Prostatakrebs kommen Ärzte oft zu falschen Diagnosen, weil sie die Zahlen und Statistiken bei den Vorsorgeuntersuchungen nicht richtig interpretieren. Das ist nicht böse Absicht, sondern schlicht Unkenntnis.“

Bei all diesen Unwägbarkeiten ist der mündige Patient gefragt. Einer, der nicht ständig ängstlich nach innen horcht, wenn es mal hier oder da zwicket. Aber auch einer, der weiß, dass er selbst gefordert ist, um Körper, Geist und Seele wieder ins Lot zu bringen. Sicher, es kostet schon etwas Mut, die Verantwortung für Gesundheit in die eigene Hand zu nehmen. Es erfordert Zeit und den liebevollen Umgang mit sich selbst, wenn sich Beschwerden einstellen. Ein Nachdenken und neues Weichenstellen ist dann oft unumgänglich.

Aus: BIO 3/2007.

Ein Probexemplar kann angefordert werden beim BIO-Leserservice, Monatshäuser Str. 8, 82328 Tutzing.