

Matthias Frank

Komplementärmedizin in der Arztpraxis

Leseprobe

[Komplementärmedizin in der Arztpraxis](#)

von [Matthias Frank](#)

Herausgeber: Schattauer Verlag



<http://www.unimedica.de/b19141>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung](#), [vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kanderndorf

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@unimedica.de

<http://www.unimedica.de>



1 Der besondere Therapieansatz in der Medizin – eine Einführung

Wenn wir die moderne medizinische Welt betrachten, sehen wir sie in ständiger Bewegung. Medizin ist nicht statisch, sondern in stetiger Entwicklung begriffen. Neues Wissen führt zu neuen Fragen und vielleicht auch zu neuen Antworten. Doch trotz großer Fortschritte und Evidenz findet sich in der Akutmedizin häufig auch eine überraschend willkürliche und regionale Variabilität der medizinischen Behandlung, nicht nur innerhalb der Krankenhäuser ein und derselben Stadt, sondern auch in der ambulanten Medizin – und das, obwohl die evidenzbasierte Medizin gleichsam als Synonym für eine auf statistischen Signifikanzen beruhende „objektive“ Wahrheit steht. Geografie wird bisweilen zum Schicksal des Patienten (Gigerenzer et al. 2013).

Ohne die Erfolge der wissenschaftlichen Medizin in Abrede stellen zu wollen, unterscheiden sich Forschungssituation an einer Universitätsklinik und Behandlungssituation in einer Arztpraxis oder einem regionalen Krankenhaus ganz wesentlich. Wissenschaftliche Studien werden an einer nicht repräsentativen Stichprobenauswahl durchgeführt und die erzielten Ergebnisse sind immer besser, als es im ärztlichen Alltag der ambulanten Medizin möglich wäre. Denn die definierte Auswahl der Patienten für eine Studie bedeutet generell nur eine vorgetäuschte Verlässlichkeit. Krankheit umfasst aber immer weit mehr und lässt sich nicht auf ein Faktum reduzieren, denn zahlreiche Aspekte des menschlichen Lebens und des Körpers, der Seele und der Umwelt lassen sich gerade nicht verallgemeinern – ärztliche Heilkunst ist eben etwas anderes als nur wissenschaftliche Medizin.

Die grundlegende Spannung besteht also in der Frage: Können wir die wissenschaftliche Medizin mit der medizinischen Heilkunst in Einklang bringen?

Eine Antwort darauf gibt uns die Komplementärmedizin. Sie ist ein Haus mit vielen Fenstern und orientiert ihr Handeln nicht nur an den wissenschaftlichen Erkenntnissen der evidenzbasierten Medizin. Komplementärmedizin ist viel mehr; sie ist medizinisches Fachwissen, sie ist Erfahrung und ärztliche Kunst, sie ist Hinsehen und Zuhören, sie ist Wahrnehmung des kranken Menschen und nicht nur der Krankheit, partizipative Entscheidungsfindung, holistische Betrachtungsweise und sie ist – Teil der wissenschaftliche Medizin.

Die Komplementärmedizin passt die Ergebnisse wissenschaftlicher Studien der individuellen Behandlungssituation des erkrankten Menschen an. Sie bezieht die Erfahrungsmedizin – ganz im Sinne des kanadischen Epidemiologen und Biostatistikers David Sackett – in die Überlegungen mit ein und beteiligt den Patienten aktiv an medizinischen Entscheidungen.

1.1 Die Vielfalt der Komplementärmedizin

Im medizinischen Sprachgebrauch und in der Fachliteratur werden zahlreiche Bezeichnungen als Synonym für die Komplementärmedizin verwendet und aus offensichtlicher Unkenntnis nach Belieben durcheinandergebracht, neu kombiniert, individuell definiert und mit einer Vielzahl kreativer Ansätze umgestaltet. Dies erschwert häufig den Dialog zwischen den Ärzten unterschiedlicher Ausrichtung und bewirkt, dass die vielfältigen Disziplinen der Medizin mehr neben- als miteinander agieren.

Auf den ersten Blick erscheint einem die Komplementärmedizin vielleicht aufgrund der Vielfalt ihrer Therapiekonzepte und ihrer unterschiedlichen Methoden wie ein Labyrinth. Man sollte sich von dieser Auswahl jedoch keinesfalls beirren lassen. Denn sehr schnell wird man erkennen, dass diese scheinbar verwirrende Vielfalt in Wirklichkeit ein großes Angebot ist. Was macht man aber, wenn man den Wald vor lauter Bäumen nicht sieht? – Man sucht Orientierung und Überblick.

Die Komplementärmedizin ist dadurch charakterisiert, dass sie nicht eigenständig, sondern *komplementär*, d. h. ergänzend, gleichsam Hand in Hand mit der wissenschaftlichen Medizin, unserer modernen Schulmedizin, zusammenwirkt, um die medizinische Behandlung zu unterstützen und die Heilungschancen unserer Patienten zu verbessern (Willich et al. 2009). Die Basis der Komplementärmedizin und ihrer vielfältigen Behandlungsmethoden findet sich vor allem in der Erfahrungs- und der Naturheilkunde. Die Komplementärmedizin richtet sich – im Gegensatz zur Schulmedizin, welche pathogenetisch orientiert ist – häufig nicht an ein spezifisches Symptom, sondern ist in ein therapeutisches Gesamtkonzept eingebunden, in dem der Patient und seine individuelle Persönlichkeit aktiv in den Heilungsprozess einbezogen wird.

Originäres Ziel der Komplementärmedizin ist die Förderung der individuellen Selbstheilungsprozesse. Das ist der Punkt, auf den wir uns konzentrieren wollen: Die Komplementärmedizin widmet ihre ganze Aufmerksamkeit der erkrankten Person, auch den Dingen und Erscheinungen, die häufig nur am Wegesrand zu finden sind. Sie wird Schritt für Schritt alle Krankheitserscheinungen eines Patienten wahrnehmen und diese zu einem gesamten Bild verdichten. Die Therapie folgt dann meist einem klaren individuellem Schema, das darauf angelegt ist, die Selbstheilungskräfte nach und nach zu unterstützen

und die Lebensqualität des betroffenen Patienten zu verbessern. Schon lange ist man sich in der Komplementärmedizin über die einzelnen Behandlungsstufen im Klaren, die dabei jeweils eine wirksame Abfolge bilden und medizinische Therapien nicht nur verträglicher machen, sondern insbesondere auch die belastenden Nebenwirkungen von Medikamenten, Strahlen- und Chemotherapie lindern und Heilungschancen erhöhen.

1.1.1 Und anderswo auf der Welt?

Ein entscheidender Schritt für die internationale Anerkennung der Komplementärmedizin war 1998 die Gründung des US-amerikanischen *National Center for Complementary and Alternative Medicine* (NCCAM). In seiner Agenda mit dem Titel „Expanding Horizons of Healthcare“ führt das NCCAM mehrere Projekte auf, um die Entwicklung der Komplementärmedizin im Kontext der Medizin weiter voranzutreiben. Unter anderem engagiert sich das NCCAM durch vermehrte Investitionen in die akademische Forschung, in die Ausbildung von Wissenschaftlern und in die Bereitstellung einer Vielzahl von Informationsschriften für Ärzte und Patienten. Das NCCAM hat auch ein Portfolio erarbeitet, das die *Complementary and Alternative Medicine* (CAM) strukturiert und die verschiedenen Methoden kategorisiert.

Die Gründung des NCAAM als Teil der US-nationalen Gesundheitsforschungszentren *National Institutes Of Health* (NIH) hat in den USA auch zu einer zunehmenden Involvierung der CAM in die Curricula der amerikanischen medizinischen Hochschulen geführt (Wetzel 1998; Stratton 2007). Zwischenzeitlich haben in den USA führende medizinische Hochschulen – *Harvard University, Stanford University, John Hopkins, University of California, University of Texas* – eine Vielzahl hochqualifizierter Zentren für *Integrative Medicine* eingerichtet und sich zum *Consortium of Academic Health Centers for Integrative Medicine* (CAHCIM) zusammengeschlossen, dem derzeit landesweit nahezu 50 Zentren angehören.

Während in den USA die komplementäre Medizin integraler Bestandteil eines *Comprehensive Cancer Centers* (CCC) ist, wird sie an den deutschen Universitäten kaum und in nicht ausreichendem Maße gelehrt – und das, obwohl sowohl in der Bevölkerung als auch bei Ärzten ein großes Interesse besteht (Münstedt et al. 2009; Brinkhaus et al. 2011).

Auch die *World Health Organisation* (WHO) bemüht sich intensiv um die Weiterentwicklung der Komplementärmedizin und deren weltweite Integration in die Gesundheitssysteme ihrer Mitgliedstaaten. Dessen ungeachtet nimmt die Beliebtheit komplementärmedizinischer Heilmethoden in den vergangenen Jahren auch in Deutschland kontinuierlich zu, und auch viele meiner Patienten wünschen oft eine sinnvolle Ergänzung zur konventionellen Medizin. Einen großen Zuspruch finden in meiner eigenen Arztpraxis vor

allem die chinesische Medizin und die Akupunktur, aber auch die Homöopathie, der Einsatz von Phytopharmaka oder die ärztliche Beratung zu spezifischen Ernährungs- und Diätformen haben einen sehr hohen Stellenwert.

Als Ärzte sollten wir uns keiner Seite kritiklos verschreiben – weder der Komplementärmedizin noch der wissenschaftlichen Medizin.

1.1.2 Komplementärmedizin ist keine Alternativmedizin

Was ist Alternativmedizin? Auf diese Frage gibt es in der kollegialen Diskussion zahlreiche falsche Antworten, die von einem Mangel an Interesse, Verständnis und Sachkenntnis herrühren. Die beiden Begriffe Komplementärmedizin und Alternativmedizin werden infolgedessen häufig synonym verwendet, obwohl sie eben nicht dasselbe meinen.

Hinter dem Begriff *Alternativmedizin* versammeln sich Vertreter ganz unterschiedlichster Heilmethoden, Traditionen und Überzeugungen, was zu einem opaken Sammelsurium an Alternativen zur Schulmedizin führt. Die Alternativmedizin suggeriert den Patienten und Therapeuten, es bestehe als Gegensatz zur Schulmedizin eine eigenständige „Alternative“, und bei der Therapie von Krankheiten könne zwischen den beiden Heilmethoden – Schulmedizin oder Alternativmedizin – gewählt werden. Diesem Ansinnen müssen wir Ärzte mit aller Entschiedenheit entgegenreten. Immer muss schulmedizinisch behandelt werden, Komplementärmedizin stellt nur eine Ergänzung dar. Keinesfalls dürfen wir einer Alternativmedizin das Wort reden.

Merke

Alternativmedizin kommt *anstelle* der schulmedizinischen Standards zur Anwendung. Hier ist besondere Vorsicht geboten, da durch alternative Behandlungen und Verzicht auf eine schulmedizinische Behandlung Heilungschancen verpasst werden können. Alternativmedizin wird im vorliegenden Buch weder empfohlen noch beschrieben.

Die Komplementärmedizin ist nicht Gegensatz, sondern selbstverständlicher Bestandteil der Schulmedizin. Komplementäre Medizin bedeutet „ergänzende Medizin“, weshalb sie auch keine Alternative ist. Besonders in der Schweiz, in Großbritannien und vor allem auch in den USA werden komplementäre Heilverfahren nicht nur in Kombination mit schulmedizinischen Verfahren praktiziert, sondern auch umfassend wissenschaftlich evaluiert (Härtel u. Volger 2004; Angell u. Kassirer 1998; Fontanarosa u. Lundberg 1998).

Während die Stärke der Schulmedizin insbesondere die Akutmedizin ist, gelten als ärztliche Indikationen für komplementäre Heilverfahren in erster

Linie chronische Krankheiten. Dabei mag es eine Rolle spielen, dass für diese Erkrankungen schulmedizinisch oft nur wenige effektive Strategien – bei gleichzeitig nicht selten erheblichen Nebenwirkungen der Therapien und eingesetzten Pharmaka – zur Verfügung stehen (Rech u. Bachmann 2003).

Merke

Häufig wird vergessen, dass der Begriff *pharmakon* (griech. *phármakon* = Heilmittel; Gift; Zaubermittel) vom Grundsatz her zweideutig ist – er hat neben der positiven auch eine negative Bedeutungskomponente.

1.2 Statistik und Wahrscheinlichkeit in der Medizin

Die Statistik kann uns helfen, die Welt zu verstehen. Sie ist ein effektives Werkzeug, um Fragen zu beantworten. Sie verwandelt unüberschaubare Daten in verdauliche Häppchen und zeigt uns angemessene Möglichkeiten, um unterschiedliche Situationen zu bewerten. Allerdings müssen wir auch immer den gesunden Menschenverstand einsetzen, wenn wir statistische Berechnungen vornehmen – nur dann können wir aus den Daten auch sinnvolle Schlussfolgerungen ziehen.

Ein großer Teil des medizinischen Verständnisses basiert auf statistischem Beweismaterial oder auf statistischen Erhebungen. Gültige Schlussfolgerungen sind natürlich wichtig, um Entscheidungen zu treffen. Aber die Statistik ist auch empfänglich für Falschinterpretationen. Manche auf Daten basierende Behauptungen klingen sehr schlüssig, sind aber eigentlich unbeabsichtigte Fehler oder schlimmstenfalls bewusste Täuschungen. Mag sein, dass die Zahlen selbst nicht lügen, aber in der Art und Weise, wie sie uns präsentiert werden, liegt beständig die Gefahr des Missbrauchs verborgen.

1.2.1 Evidenzbasierte Therapieentscheidung

Evidenzbasiert scheint inzwischen gleichbedeutend zu sein mit einer objektiven Wahrheit in der Medizin. Und viele Ärzte befürworten eine evidenzbasierte Medizin, bei der der Arzt seine medizinischen Entscheidungen auf vorliegenden Forschungsergebnissen und statistischen Berechnungen gründet anstatt nur auf persönlichen Überzeugungen oder subjektiven, einzelfallbezogenen Erfahrungen. Das ist vom Grundsatz her richtig. Denn eine moderne Medizin kann es ohne Wissenschaft, ohne medizinische Statistik und Evaluation der Ergebnisse nicht geben.



Matthias Frank

[Komplementärmedizin in der Arztpraxis](#)

Akupunktur, Homöopathie und
Naturheilverfahren erfolgreich anwenden

277 Seiten, kart.
erschienen 2015



Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung www.unimedita.de