

MEDIZINKOLUMNE

Viele von uns denken: „Der Glaube fängt da an, wo die Wissenschaft endet.“ Daher sei Letztere exakt und experimentell gesichert, der Glaube dagegen nur eine unklare Vermutung oder eine persönliche Überzeugung. Doch so einfach ist das nicht: Gerade in der Medizin hängen Glaube und Wissen eng zusammen.

Das beste Beispiel hierfür sind Wunderheilungen. Vor einigen Jahren erregte eine Nonne aus Südf frankreich großes Aufsehen, die an einer schweren Parkinson-Erkrankung litt. Plötzlich, von einem Tag auf den anderen, waren die Beschwerden verschwunden. Sie selbst war überzeugt: Geholfen haben die Gebete der Mitschwester und ihr unerschütterlicher Glaube.

War das nun eine Spontanheilung, wie wir sie in der Medizin kennen, oder eine Wunderheilung, also eine Heilung, die wir mit derzeitigem wissenschaftlichen Erkenntnis-

stand nicht erklären können? Die Glaubensforschung beschäftigt sich genau mit diesem Phänomen – und kommt zu dem Schluss, dass starke Glaubensvorstellungen den Heilungsprozess beeinflussen. Mit anderen Worten sind diese Menschen überzeugt, dass ihr Glaube an eine andere Person oder in die Religion ihre Krankheit lindern oder heilen kann. Ein Großteil aller Heilwirkung beruht auf diesem Glaubens-Effekt oder dem sogenannten Placebo-Effekt. Dabei wirkt allein die Erwartung der Patienten.

Der biblische Hinweis auf „die Berge versetzende Kraft des Glaubens“ ist kein Wunder, sondern ein medizinischer Effekt mit wissenschaftlicher Grundlage: Eine starke positive Erwartungshaltung verändert chemische Strukturen im Gehirn und setzt Botenstoffe frei. Diese werden im Körper weitergeleitet und setzen die gewünschte Wirkung in Gang.

Hauptsache gesund



Dr. Barbara Richartz

Glauben oder Wissen?

Priv.-Doz. Dr. med. habil. Barbara Richartz, Chefärztin in der Privatklinik Jägerwinkel in Bad Wiessee, erklärt, warum der Glaube an die Heilung diese auch fördert.

Der Glaube kann aber auch negative Auswirkungen haben: Als Nocebo-Effekt bezeichnen Forscher die schädliche Wirkung einer negativen Erwartungshaltung. Von Na-

turvölkern ist dieses Phänomen lange bekannt. Ein Beispiel ist der Voodoo-Kult. Hierbei entwickeln Menschen eine so starke Erwartung, dass schon ein negatives

Wort des Voodoo-Priesters krank machen oder zum Tod führen kann.

So wie der Glaube bei Menschen verschieden stark ausgeprägt ist, so unterschiedlich funktioniert auch seine Wirkung auf die Gesundheit. Daher kann die Placebo- oder Glaubenswirkung von null bis 100 Prozent schwanken. Was dabei die „Glaubens-Sensiblen“ von den „Nicht-Sensiblen“ unterscheidet, ist ungeklärt: Frauen reagieren nicht wesentlich anders als Männer und Intellektuelle reagieren so wie Nicht-Intellektuelle.

Auch scheinen manche Leiden für die Heilkraft des Glaubens zugänglicher zu sein als andere. Positiv beeinflussen lassen sich besonders Leiden, bei denen die Psyche eine große Rolle spielt. Nicht zuletzt scheint auch die Persönlichkeit des behandelnden Arztes enormen Einfluss zu haben. Mancher vermag schon allein durch seine Ausstrahlung beim Patienten heilende Kräfte

in Gang zu setzen. Im gegenwärtigen Gesundheitssystem kommt dieses vertraute Arzt-Patient-Verhältnis aber oft zu kurz – und genau in diese Lücke stößt häufig die sogenannte Alternativmedizin. Deren Behandlungserfolge beruhen – zumindest zum Teil – darauf, dass sie in ihren Patienten den Heilungsglauben weckt.

Genau das galt auch für die Nonne aus Südf rrankreich. Der Glaube hat sie geheilt. Das „Wunder-bare“ war doch, dass allein ihr Glaube in der Lage war, die biochemischen Mechanismen der Placebo-Wirkung in Gang zu setzen. Glaube und Wissenschaft hängen eng zusammen – nur für die einen steht der Glaube am Anfang der Wissenschaft und für die anderen am Ende!

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen, meine lieben Leserinnen und Leser, ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest! Herzlichst, Ihre Barbara Richartz

DIE AKTUELLE MEDIZIN

Erste Hilfe bei Verbrennungen

In der Vorweihnachtszeit ist es schnell passiert: Die Tochter greift beim Plätzchenbacken mit bloßen Händen nach dem heißen Blech, der kleine Sohn fasst vom Feuer fasziniert in die Flamme einer Adventskerze.

Von Verbrennungen sind besonders oft Kinder betroffen. Sie verletzen sich auch oft schwerer, weil ihre Haut dünner ist. Eltern sollten zudem wissen, dass bereits eine Temperatur von nur 50 Grad Verbrennungen auslösen kann. Das Wasser im Topf auf dem Herd muss also noch gar nicht kochen, damit es zur Gefahr wird. Überhaupt kommt es in der Küche zu den meisten Verbrennungen.



Mit Kerzen lässt man Kinder besser nicht allein. DPA

Mit Wasser kühlen

Auch wenn Kinder wegen einer Erkältung heiße Dämpfe aus einer Schüssel inhalieren, sollten Eltern aufpassen: Immer wieder passiert es, dass sie dabei die Schüssel vom Tisch ziehen und sich das heiße Wasser über den Schoß ergießt, warnt Dr. Axel Henneberger von der Deutschen Interdisziplinären Vereinigung für Intensiv- und Notfallmedizin.

Als Sofortmaßnahme sollte man Verbrennungen mit Leitungswasser kühlen, rät der Experte. Haben sich Blasen gebildet, liegt also eine Verbrennung zweiten Grades vor, sollte man zum Arzt gehen, damit dieser die Wunde fachmännisch versorgen kann. Das gilt umso mehr, wenn die Blasen bereits aufgeplatzt sind. Denn dann infizieren sich die Wunden leicht. Henneberger rät darum, bereits bei solchen Verletzungen den Notarzt zu rufen.



In der Küche kommt es besonders häufig zu Verbrennungen. DPA

Keine Hausmittel

Bei sehr starken und großflächigen Verbrennungen sollte man ohnehin immer den Notarzt rufen. Ist auch Kleidung verbrannt, sollte man das Kind sofort unter die Dusche stellen, rät Henneberger. So sei es leichter möglich, die Kleider auszuziehen. Mit Wasser kühlen sollte man im Anschluss aber nur die Brandwunde. Ganz wichtig: Brandblasen auf keinen Fall selbst öffnen und bloß keine Hausmittel wie Mehl und Puder oder Salben oder Gele anwenden. Sie erschweren es dem Arzt, die Wunde zu beurteilen und führen leicht zu einer Infektion. Stattdessen sollte man die Verletzung mit sterilen Kompressen abdecken. ae

KLINIKBEWERTUNGEN IM INTERNET

So finden Sie das richtige Krankenhaus

Wo sind die Ärzte besonders gut? Wo ist das Personal besonders freundlich? Antworten auf solche Fragen bekommen Patienten jetzt im Internet. In der Suchmaschine „Weiße Liste“ kann man nachschauen, welche Kliniken andere Patienten empfehlen.

VON ANDREA EPPNER/DPA

Das Hüftgelenk ist kaputt und muss durch eine Prothese ersetzt werden. Doch in welcher Klinik soll man sich operieren lassen? Wo sind Ärzte und Pfleger freundlich und nehmen sich Zeit? Und wo schmeckt auch das Essen? Wer das herausfinden wollte, hatte es bislang nicht leicht. Er musste sich mühsam im Bekanntenkreis durchfragen. Doch sehr aussagekräftig waren die Tipps von Freunden auch nicht.

Hilfe bei der Krankenhauswahl bekommen Patienten jetzt im Internet – und zwar von der Klinik-Suchmaschine „Weiße Liste“. Die Daten darin basieren auf der Befragung einer Million Versicherter der Krankenkassen AOK und Barmer GEK. An dem Projekt wirkten zudem die Bertelsmann-Stiftung sowie Patienten- und Verbraucherorganisationen mit. Vier von fünf Patienten in Deutschland sind dieser Umfrage zufolge so zufrieden mit ihrer Klinik, dass sie sie anderen weiterempfehlen würden.

Im Klinik-Navigator kann man nicht nur nachschauen, wie groß der Anteil der Patienten ist, die eine Klinik weiterempfehlen oder die ärztliche Versorgung bewerten. Es finden sich auch Hinweise zu Ausstattung und Qualität bei bestimmten Behandlungen – zum Beispiel eben beim Einsetzen eines künstlichen Hüftgelenks. Die Qualitätsmerkmale basieren auf Auswertungen der in den Klini-



Gut versorgt im Krankenhaus: Vier von fünf Patienten sind mit ihrem Krankenhaus zufrieden. FOTO: FOTOLIA

ken erhobenen Daten.

„Wir kommen aus einer Tradition, in der wir in der Regel in das nächstbeste Krankenhaus gegangen sind“, sagte Gerd Billen, Chef des Verbraucherzentrale Bundesverbands. Heute könne man mit Hilfe des Suchportals, das auch über den AOK-Krankenhausnavigator und den Barmer-GEK-Krankenhausnavi erreichbar ist, zielgerichteter suchen. Die entscheidende Frage laute: „Kann ich dem Arzt, kann ich dem Krankenhaus trauen?“ Neben den guten Noten gebe es auch deutliches Verbesserungspotenzial für eine ganze Reihe von Kliniken.

AOK-Chef Jürgen Graalmann betonte: „Wer sich in Essen einer Knieoperation unterziehen muss, hat in einem Radius von 50 Kilometern mehr als 100 Kliniken zur Auswahl.“ Mit der Suchmaschine können Patienten nun ganz gezielt die Kliniken im

Patienten bewerten Kliniken

Krankenhaus	Betten	Fälle	Weiterempfehlung	Ärztliche Versorgung	Pflegerische Versorgung	Wartezeit	Essen
Isar Kliniken GmbH, München	135	11607	92 %	89 %	87 %	85 %	86 %
Klinikum rechts der Isar, München	1091	51406	81 %	83 %	80 %	67 %	72 %
Klinikum der LMU München	2238	76797	82 %	84 %	81 %	69 %	73 %
Frauenklinik Dr. Geisenhofer GmbH, Mün.	75	6706	96 %	94 %	90 %	89 %	88 %
Maria-Theresia-Klinik, München	68	2654	97 %	93 %	91 %	90 %	84 %
Städt. Klinikum Bogenhausen, München	951	33219	79 %	81 %	77 %	65 %	70 %
Krankenhaus Martha-Maria, München	120	4633	95 %	91 %	90 %	82 %	80 %
Klinikum Dachau	460	21592	80 %	83 %	80 %	75 %	70 %
Klinikum Starnberg	300	17214	86 %	87 %	87 %	81 %	84 %
Klinikum Fürstfeldbruck	380	17163	72 %	79 %	75 %	72 %	70 %
Kreisklinik Wolfartshausen	170	7474	75 %	83 %	82 %	76 %	67 %
Kreisklinik Ebersberg	328	15357	78 %	82 %	80 %	70 %	87 %
Kreiskrankenhaus Erding	367	15214	78 %	80 %	80 %	72 %	79 %
Klinikum Freising	353	17061	79 %	81 %	83 %	74 %	75 %
Asklepios Stadtlinik Bad Tölz	270	10477	81 %	83 %	82 %	77 %	78 %
Krankenhaus Schongau	200	7019	79 %	80 %	80 %	76 %	82 %
Krankenhaus Weilheim	160	7196	79 %	82 %	80 %	81 %	79 %
Klinikum Garmisch-Partenkirchen GmbH	505	20991	89 %	88 %	87 %	79 %	86 %

Grafik: Münchner Merkur Quelle: AOK-Gesundheitsnavigator / Auswahl von Kliniken

Kosmetika besser ohne Duftstoffe

Berlin – Wer eine empfindliche Haut hat, sollte auf Kosmetika mit Duft-, Farb- und Konservierungsstoffen am besten verzichten. Denn diese gehörten zu den Stoffen in Pflegeprodukten, die am häufigsten Allergien auslösen, warnt Dr. Uta Schlossberger vom Berufsverband der Deutschen Dermatologen in Berlin. Auf eine allergische Reaktion deutet es hin, wenn die Haut juckt, sich rötet und an-

schwillt. Manchmal sei nicht nur die eingekreimte Körperpartie, sondern auch der angrenzende Bereich betroffen.

Eine solche Kontaktallergie zeigt sich meist erst nach zwei oder drei Tagen. Dann sei es manchmal schwierig, sich noch an die Produkte zu erinnern, sagt Schlossberger. Wer den Verdacht auf eine Kontaktallergie hat, sollte das vom Hautarzt untersuchen lassen. Steht fest, welche

Stoffe die Reaktion ausgelöst haben, sollten Betroffene die Angaben auf der Verpackung von Kosmetika immer genau prüfen – und dann gegebenenfalls auf das Produkt verzichten.

Ein Tipp: Um herauszufinden, ob man eine neue Creme verträgt, kann man sie am Handgelenk oder in der Armbeuge testen. Dort sollte man sie mindestens zwei bis drei Tage nicht abwaschen. dpa

Stress schwächt die Abwehr

Berlin – Dauerstress kann das Abwehrsystem schwächen. Betroffene sind dann anfälliger für Infektionen. Zudem können sich bestehende Erkrankungen wie Asthma oder Herz-Kreislauf-Probleme verschlimmern: Darauf weist Prof. Norbert Müller von der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde in Berlin hin. Wie sich Stress auf die Abwehr auswirkt, hänge da-

von ab, wie lange die belastende Phase andauere und wie der Betroffene sie empfinde.

Bei chronischem Stress nehmen die Substanzen ab, die der Abwehr von Krankheitserregern dienen. Zugleich schüttet der Körper Stresshormone aus, die die Immunabwehr unterdrücken. Nicht nur Menschen, die ständig unter Stress stehen, rät Müller daher zu Krafttrain-

ing: Muskelzellen könnten Stresshormone schnell abbauen und so deren hemmende Funktion ausschalten.

Das Immunsystem lasse sich zudem auch durch psychische Faktoren beeinflussen, sagt der Psychiater und Psychotherapeut. So könnten sich unter anderem eine optimistische Lebenseinstellung und gute soziale Bindungen positiv auf die körperliche Verfassung auswirken. dpa