

Leseprobe aus:



ISBN: 978-3-499-63229-7

Mehr Informationen zum Buch finden Sie auf www.rowohlt.de.

Die Wissenschaft hat die Magie aus der Medizin vertrieben, aber nicht aus uns Menschen. Welche Kraft haben positive und negative Gedanken? Warum macht uns eine echte Operation manchmal nicht gesünder als eine vorgetäuschte? Und wenn wir so viele Möglichkeiten haben, den Körper mit dem Geist zu beeinflussen – warum tun wir es so selten?

Mit viel Humor zeigt Eckart von Hirschhausen, wie Sie bessere Entscheidungen für Ihre eigene Gesundheit treffen, was jeder für sich tun und auch lassen kann. Ein versöhnliches Buch, das Orientierung gibt: Was ist heilsamer Zauber, und wo fängt gefährlicher Humbug an?

Dr. med. Eckart von Hirschhausen (Jg.1967) studierte Medizin und Wissenschaftsjournalismus in Berlin, London und Heidelberg. Seit über 20 Jahren ist er als Komiker, Autor und Moderator in den Medien und auf allen großen Bühnen unterwegs. Seine Spezialität: medizinische Inhalte auf humorvolle Art und Weise zu vermitteln. Seine Bücher «Die Leber wächst mit ihren Aufgaben», «Glück kommt selten allein ...» und «Wohin geht die Liebe ...?» waren allesamt Bestseller. Mit seinem Bühnenprogramm «Endlich!» ist er auf Tournee. Mehr über Eckart von Hirschhausen erfahren Sie unter:

www.hirschhausen.com und www.humorhilftheilen.de

Dr. med. Eckart von Hirschhausen

Wunder wirken Wunder
Wie Medizin und Magie uns heilen

Rowohlt Taschenbuch Verlag

Veröffentlicht im Rowohlt Taschenbuch Verlag,
Reinbek bei Hamburg, August 2018
Copyright © 2016 by Rowohlt Verlag GmbH,
Reinbek bei Hamburg
Redaktion Susanne Herbert, Andy Hartard,
Amanda Mock, Rolf Degen
Gestaltung & Illustration Jörg Asselborn
Graphiken S. 60, 177, 261, 304/305, 502 Dirk von Manteuffel
Pinguin-Illustration Jörg Pelka
Umschlaggestaltung die Basis, Wiesbaden,
unter Verwendung eines Entwurfs von Änni Perner
Umschlagabbildungen Michael Zargarinejad
Satz aus der DTL Documenta PostScript, InDesign,
bei Dörlemann Satz, Lemförde
Druck und Bindung
GGP Media GmbH, Pößneck, Germany
ISBN 978 3 499 63229 7

Inhalt

Damit Sie sich nicht wundern

Kapitel 1 Wunder gibt es immer wieder

Ich habe drei Wunder gesehen

Magie und Marie

Wenn zwei sich streiten

Wie spontan sind Spontanheilungen?

Der wundersame Heiler in uns

Zu Tode gedacht

Heiler rund um die Welt

Wie ich in Trance meinen inneren Bären traf -

als Staubsaugervertreter

Warz ab!

Am Anfang war das Wort

So ein Zufall!

Wahre Wunder

Mein Wunderkind ist tiefbegabt

Einmal ausbluten, bitte

Wo steckt der Geist?

Andere Länder, andere Pillen - und Geister

Was uns Wolken und Mond zu sagen haben

Kapitel 2 Wunder sind machbar

Wie mich das Zaubern verzauberte

Die philippinischen Wunderheiler

Sie sind ein Medium!

Die Bretter vor dem Kopf, die die Welt bedeuten

Einer Ihrer Elternteile war weiblich!

Die Überzeugungstäter

Gibt es Menschen mit besonderen Energien?

Wahre Wunder

Kapitel 3 Wunder zwischen Versuch und Irrtum

Meine Knie-Odyssee

Woher wissen Sie das?

Nichts übers Knie brechen!
Der Bändertanz um die goldene Mitte
Wenn eine Nadel danebengeht
Erzeugen Zahnsparngen Pubertät?
Deutschland und die Globulisierung
Wundermittel Aspirin
Dagegen ist ein Kraut gewachsen
Kleiner Piks, große Wirkung
Haben wir Angst vor den falschen Dingen?
Wahre Wunder
Selbstheilung und Selbstverantwortung

Kapitel 4 Die Wunderindustrie

Abnehmen oder Annehmen?
Das erste Buch mit Vitamin A!
Wir müssen reden!
Was weiß der Hausarzt noch von zu Hause?
Erdung für Engel
Was kann ein Heilpraktiker ganz praktisch?
Heilpraktiker für Autos
Die Unheiler und Steve Jobs
Sind wir so giftig, wie wir glauben?
Teufelszeug Zucker
Das blaue Wunder
Alles psycho oder was?
Du musst mehr trinken
Wahre Wunder

Kapitel 5 Wissen wirkt Wunder

Schlanker durch Schokolade!
Für eine Handvoll guter Fragen
Du sollst nicht googeln
Augenwürste schauen dich an
Druck, lass nach
Bridge Over Troubled Water
Unterschätztes Wundermittel Händewaschen
Warum rauchst du eigentlich?

Wahre Wunder

Kapitel 6 Kleine Wunder dreimal täglich

Der innere Schweinehund ist Masochist!

Haben Sie genug Stress?

Eine Berührung kann Leben retten

Überlebenskunst Musik

Die Magie der Poesie oder Worte forte

Prost!

Die Kraft der Rituale

Yogi, grüß mir die Sonne

Nicht auf Ameisen treten!

Keiner von uns hat sich selbst zur Welt gebracht

Warte nicht auf andere, liebe dich selbst

Wahre Wunder

Kapitel 7 Wer zuletzt lacht ...

Der König im Krankenhaus

Humor ist, wenn man trotzdem lacht

Was würde ich tun, wenn ich Krebs hätte?

Wie will ich alt werden?

Deutschlands erste Ratgeberlotterie: Ziehen Sie

Ihre eigenen Schlüsse

Wahre Wunder

Schluss mit lustig: Rettet das Gesundheitswesen! Aber nicht dieses

Wohin verschwindet die Pflegekraft

Daumenkino

Dank

Mein Club der Visionäre

Die Hirschhausen-Diät – Ab und zu nehme ich ab

Stichwortverzeichnis

Bildnachweis



Auch Supermänner brauchen Erdung. Sie bekommen einen handlichen Koffer voller Ideen: von Superfood bis Bäume umarmen, von Superspezialisten bis Hühnersuppe, um zwischen beiden Welten mit Freude wechseln zu können, je nach Bedarf. Guten Flug!



Die Wissenschaft hat die Magie aus der Medizin vertrieben. Aber nicht aus uns Menschen.
Wenn ich als Kind hingefallen war, tröstete mich meine Mutter. Sie pustete und sprach die magischen Worte: «Schau mal, Eckart, da fliegt das Aua durchs Fenster!» Und ich habe es wirklich fliegen sehen. Sogar durch geschlossene Fenster. Mein ganzes Medizinstudium habe

ich darauf gewartet, dass mir ein gelehrter Professor erklärt, warum das Aua fliegen kann. Denn ich wusste ja seit meinem vierten Lebensjahr, dass es geht. Diese Phänomene werden aber in der langen und teuren Ausbildung mit keiner Silbe erwähnt. Und je länger ich darüber nachdenke, desto beschränkter finde ich das. Ich bin heilfroh über alles, was es heute an Wissen und Möglichkeiten gibt, von der Schmerztablette bis zur Palliativmedizin. Aber manchmal braucht es nur jemanden, der dich einfach in den Arm nimmt und pustet!

Und selbst wenn ich als erwachsener Mensch irgendwann so aufgeklärt, so abgeklärt, so zynisch geworden bin, dass ich an die Flugfähigkeit von Schmerz nicht mehr glauben kann oder mag ... Kurz gesagt: Es wäre dem Kind gegenüber immer noch eine unterlassene Hilfeleistung, aus Klugscheißerei NICHT zu pusten!

Wissen ohne Zuwendung bleibt kalt. Und Zuwendung ohne Wissen bleibt manchmal unter unseren Möglichkeiten.

Deshalb schreibe ich dieses Buch.
Für Sie und für alle, die außer Puste sind.

Ihr

Eckart v. Jinnell

Damit Sie sich nicht wundern

Wenn es bei uns zu Hause Vanilleeis mit heißen Himbeeren gab, freuten sich alle. Nur mein Vater kommentiert das bis heute lachend mit dem immer gleichen Spruch: «Das ist doch thermodynamischer Unsinn.» Als Naturwissenschaftler ist es ihm ein Gräuel, dass man die eine Substanz erhitzt und die andere mühsam kühlt, um dann beides zusammen auf einen Teller zu tun. Gegessen hat er es trotzdem sehr gerne. Auch mit Nachschlag, selbst wenn sich die verschiedenen Temperaturzonen der Beeren und des Eises angenähert hatten – so wie die Grundsätze der Wärmelehre das vorhersagen.

Meine Mutter war und ist der Herzensmensch der Familie, sie hält alle Kontakte, Freundschaften und Planungen zusammen und weiß immer, wie es gerade wem geht. Auch am Telefon reicht ein «Hallo», und sie spürt, ob etwas los ist. Ich bin dankbar für diese beiden Prägungen. Und dafür, dass meine Eltern mich gefördert haben, einen ganz eigenen Weg zu gehen. Keiner ahnte, wohin das einmal führen würde, als ich mit acht Jahren meinen ersten Zauberkasten geschenkt bekam und anfang, Witze zu sammeln. Was ich über Täuschung und Komik von der Pike auf gelernt habe, prägt mein Denken bis heute. Genauso wie all die Jahre, in denen ich Medizin studieren und die Welt der Gesundheit kennenlernen durfte.

Von dieser Mischung leben dieses Buch und ich. Es ist anders als meine bisherigen, weil es um mehr geht als um Leber, Glück oder Liebe. Es geht ums Leben, Lachen und Weinen, um Krankheit und Heilung, Erklärliches und Wundersames und den Tod. Es ist mein persönlichstes Buch. Gesundheit – und die verschiedenen Wege zu ihr – sind mein Lebensthema.

Als ich anfang zu schreiben, hatte ich ein sehr ehrgeiziges Ziel: den Streit zwischen Schul- und Alternativmedi-

zin zu schlichten. Auf dem Weg habe ich bemerkt: Das ist schlicht unmöglich. Ich hatte naiv angenommen, dass dieser Streit ja erst seit ein paar Jahren bestünde. Inzwischen ist mir klar: Den gibt es seit 250 Jahren, und er wird uns alle überleben. Ich bin nicht auf einer «Seite». Deshalb hat dieses Buch so viele Seiten. Wissenschaft heißt zweifeln. Mensch sein heißt auch glauben und irren und weiter auf der Suche sein.

Wir leben in einer seltsamen Übergangszeit mit vielen Umbrüchen, mit unglaublichen Möglichkeiten und gleichzeitig einem tiefen Vertrauensverlust gegenüber der Medizin. Wir können heute im Internet per Mausklick alles Wissen abrufen, und gleichzeitig geht viel Wissen darüber, was uns guttut, in der digitalen Welt und der Logik der Ökonomie verloren.

Deshalb bin ich inzwischen bescheidener geworden. Es ist unmöglich, alle Heilmethoden und ihr Für und Wider zu kennen, geschweige denn zu beschreiben. Vor Ihnen liegt das Beste, was ich Ihnen geben kann.

Ich habe viel Zeit und Mühe in die Recherche gesteckt, und ich ziehe aus allem meine persönlichen Schlüsse und Konsequenzen, ohne Anspruch auf Vollständigkeit. Dieses Buch soll ja auf Ihrem Nachttisch Platz finden, so kompakt sein, dass es ohne fremde Hilfe bewegt werden kann. Aber jeder wird etwas vermissen, ein Verfahren, eine Theorie oder einen Guru.

Ich wünsche mir, dass Sie möglichst viel aus diesem Buch schöpfen können: Einsichten, Lesefreude, Aha-Erlebnisse, Dinge zum Schmunzeln, Ideen für Ihr Leben und Orientierung im komplexen Gesundheitswesen.

Ich möchte Prinzipien aufzeigen, die Sie im besten Fall so noch nicht im Zusammenhang gesehen haben. Ich bin den Streit zwischen Schul- und Alternativmediziner*innen leid, die in endlosen Grabenkämpfen viel Energie verlieren und es

dem Patienten schwermachen, sich in den verschiedenen Welten gut zurechtzufinden. Ich möchte erklären, wie man «wirksam» von «unwirksam» unterscheiden kann, warum das machbar ist, aber oft nicht gemacht wird. Und ich möchte Ihnen erläutern, dass den größten Hebel für Ihre Gesundheit *Sie* selbst in der Hand haben.

Die Texte in den Kapiteln sind unterschiedlich, mal kurz, mal lang, mal faktenorientiert, mal persönlich. Lesen Sie, was Ihnen gefällt.

Mein Freund Paul bestellt zum Beispiel immer beim Universum seine Parkplätze, fährt aber Fahrrad, was für ihn und das Universum sowieso das Beste ist. Wir kennen uns schon lange. Wir mögen uns. Und wir haben manchmal sehr unterschiedliche Sichtweisen auf die Dinge. Neulich frühstückten wir zusammen, da fiel sein Toast vom Tisch auf den Teppich – natürlich auf die Butterseite. Sofort rief er aus: «*Murphy's law!*» Ich überlegte kurz und hielt dagegen: «Nee, Newton!»

Da prallten sie wieder aufeinander, unsere Weltsichten. Für ihn war der Toast ein Beleg dafür, dass ihm immer das Blödeste passiert, was überhaupt möglich ist, eben Murphys Gesetz. Ich entgegnete: «Lieber Paul, es kann gut sein, dass du so eine zentrale Figur im Universum darstellst, dass es da dunkle Mächte gibt, die sich rund um die Uhr damit beschäftigen, wie sie dir persönlich das Leben schwermachen können. Aber eine Grundannahme des wissenschaftlichen Denkens lautet: Nimm nicht mehr Dinge zur Erklärung eines Phänomens an, als du brauchst. Und mir reichen an Kräften die Rotation und die Gravitation. Der Toast hat gar keine andere Wahl, denn wenn er von der Höhe der Tischkante fällt, kann er sich nur genau ein halbes Mal drehen, bevor er auf dem Erdboden landet, und deshalb liegt er folgerichtig auf der Seite, die vorher oben war.»

Paul mochte es nicht, von mir belehrt zu werden, und grantelte: «Du immer mit deiner Wissenschaft.» Ich kam

aber gerade erst in Fahrt: «Paul, das ist nicht *meine* Wissenschaft. Das ist ein Prozess, der von vielen Menschen parallel vorangetrieben wird, in dem man Thesen über die Welt aufstellt, sie überprüft und dann die These bestätigt findet oder verwirft.»

«Dein Pech, aber was hat das mit meinem Toast zu tun?»

«Wir können ein Experiment machen, wer von uns beiden recht hat. Du lässt den Toast fallen, aber aus doppelter Höhe. Und wenn er immer noch auf der Butterseite landet, und das immer wieder, dann stimmt Murphys Gesetz.»

Widerwillig willigte Paul ein und ließ den Toast fallen. Was passierte? Dank Erdanziehung und Schwung machte die Scheibe eine ganze Drehung und landete auf der Seite *ohne* Butter.

Ich war so stolz und dachte, Paul wäre jetzt restlos überzeugt. Pustekuchen. Paul schrie mich an: «Gib doch zu, du hast mit Absicht die Butter auf die falsche Seite gestrichen!»

An dieser Geschichte ist vieles wahr. Jeder Mensch bastelt sich seine Weltsicht, die mal besser, mal schlechter zur Realität passt. Der Gedanke, dass es das Universum gut oder böse mit uns meint, scheint uns leichter erträglich zu sein als der, dass wir womöglich dem Universum persönlich gar nicht so wichtig sind. Wenn jemand kommt, der unsere lieb gewonnenen Überzeugungen nicht teilt und in Frage stellt, fühlen wir uns schnell angegriffen statt um eine Sichtweise bereichert. Die Idee, zwischen einer hinreichenden Erklärung (Rotation, Gravitation) und darüber hinausgehenden Spekulationen (es gibt noch zusätzliche Kräfte, die da wirken) zu unterscheiden, wird uns in diesem Buch noch oft begegnen.

Kein Mensch denkt nur auf eine Art. Bei den allermeisten von uns existieren mehrere Denk- und Glaubenssysteme munter nebeneinander: das intuitive Bauchgefühl und das kühle Kopfsystem, das die Dinge systematisch hinterfragt.

Ein Bauchgefühl haben wir sofort, und oft liegen wir damit richtig, vor allem, wenn es sich um einen Bereich handelt, in dem wir viel Erfahrung haben. Wenn es um wichtige und weitreichende Konsequenzen geht, lohnt sich aber der Aufwand, sein Denken nicht nur dem Bauch zu überlassen.

Deshalb wundern Sie sich nicht, wenn ich nicht alles nur von einer Warte aus beschreibe. Wenn ich berichte, wie es mir als Patienten und Angehörigem ergangen ist, bin ich persönlich und privat betroffen und damit automatisch weniger objektiv. Auch wenn ich von charismatischen Begegnungen erzähle, bin ich natürlich kein kritischer Beobachter von außen. Als Zauberkünstler befinde ich mich wieder in einer anderen Rolle und lasse Sie hier auch gerne hinter die Kulissen der Täuschungskunst blicken.

Wenn ich als Arzt Dinge beschreibe, halte ich mich an feste Spielregeln: Wenn ich etwas behaupte, erkläre ich auch, wie ich darauf komme. Hinter vielen flapsigen Formulierungen stecken Studien, Interviews mit Forschern und Heilern und andere Quellen.

Jeder darf die Schritte und die Resultate in Frage stellen oder mit eigenen Ergebnissen bessere Erklärungen vorschlagen. In der Wissenschaft hat keiner die Wahrheit mit Löffeln gefressen. Wir sprechen über den Stand des Wissens – und gleichzeitig über den aktuellen Stand des kollektiven Irrtums.

In diesem Sinne lade ich Sie ein, nicht immer meiner Meinung zu sein. Wir sind alle viele! In jedem gibt es verschiedene Sichtweisen und Persönlichkeitsanteile, die mal durcheinanderquatschen, mal unsicher, mal beleidigt sind oder streiten wollen. Das ist normal. Und es birgt Potenzial für Missverständnisse.

Ich habe auch einen inneren «Paul». Wenn ich schildere, was für ein Wunder ich erlebt habe, bin ich davon überzeugt, dass es «echt» war. Und Sie halten mich vielleicht für naiv und bekloppt. Rational kann ich das verstehen: Wenn

mir jemand anderes dieselbe Geschichte erzählen würde, hätte ich auch sofort Nachfragen, Zweifel und würde sagen: «Anekdoten beweisen gar nichts.» Andersherum kann es passieren, dass ich an etwas überhaupt nicht glauben kann oder mag, was für Sie «echt» und Ihnen «heilig» ist.

Es wäre auch ziemlich langweilig, wenn Sie alles so sehen würden wie ich. Ich bin bereits froh, wenn Sie *einen* schönen Gedanken aus diesem Buch in Ihr Leben mitnehmen. Und wenn das alle Leser tun, dann sind das viele tausend schöne neue Gedanken. Dieses Buch ist eine Wundertüte. Nehmen Sie, was Sie brauchen können, und lassen Sie den Rest den anderen. Es ist genug für alle da.



Ursprung der Wunder

Kapitel 1

Wunder gibt es immer wieder

In diesem Kapitel geht es um Wunder und Zufälle. Wie erklärt sich das Unerklärliche? Kann man sich krank denken – und wieder gesund? Warum wirken Placebos, auch wenn man nicht an sie glaubt? Der Mensch ist weniger vernünftig, als er glaubt, was aber nicht bedeutet, dass Glauben unvernünftig sein muss. Das Irrationale kann uns Halt geben, doch auch dazu führen, dass wir an Dingen festhalten, die nicht gut für uns sind. Der Streit zwischen Schul- und Alternativmedizin ist nicht neu, sondern jeder von uns trägt zwei Seelen in der Brust – mindestens. Los geht es mit Wundern, die ich selbst erlebt habe.

Ich habe drei Wunder gesehen

«Alle warten auf Wunder, aber keiner schaut mal vor die Tür.»

Klaus Klages

Meine erste Begegnung mit einer wundersamen Heilung hatte ich in London, wo ich ein Jahr lang als Austauschstudent die dortige Medizinpraxis kennenlernen durfte. Hätte sich die Geschichte 2000 Jahre früher zugetragen, hätte sie das Zeug zum biblischen Wunder gehabt, denn eine gelähmte Frau konnte plötzlich wieder gehen. Fairerweise muss man dazusagen, dass die Lähmung nicht etwa auf einer neurologischen Tatsache wie einem durchtrennten Nervenstrang beruhte; die Symptome waren «psycho-gen». Früher nannte man das hysterisch.

Ein erfahrener Mediziner bekommt in der Regel schnell heraus, dass die Nerven und Muskeln nicht das Problem sind, sondern der Krampfanfall oder die Lähmung Ausdruck eines seelischen Leidens ist. Wir aber waren Anfänger und sollten die Patientin untersuchen – eine junge Frau in ihren Zwanzigern, die recht dünn war, in ihrem Bett lag und überzeugt davon war, nicht mehr laufen zu können. Wir Studenten prüften die Reflexe, die Sensibilität und die Muskelkraft im Liegen. Alles erschien so weit in Ordnung, aber sobald man versuchte, die Patientin auf die eigenen Beine zu stellen, sackte sie in sich zusammen. Nun war unter uns keiner, der sich traute zu sagen: «Steh auf und geh, aber lass das Bett hier.» Das hätte auch nichts gebracht, denn nach aller klinischen Erfahrung ist es wichtig, diese Patienten behutsam therapeutisch dahin zu führen, dass sie sich und ihrer Kraft wieder trauen. Sie sind keine Hypochonder oder Simulanten, ihr Leiden ist echt, und es braucht eine Lösung ihres inneren Konfliktes, bei dem sie das Gesicht vor sich

und allen anderen wahren können. Diese Behandlung übernahmen die Fachleute, und wir staunten nicht schlecht, als die Patientin schließlich auf eigenen Beinen und von einer großen Last befreit die Klinik verließ.

Mein zweites Aha-Erlebnis hatte ich in einer Kinder- und Jugendpsychiatrie in München. Vor über 20 Jahren war ich Kandidat in Jürgen von der Lippes Sendung *Geld oder Liebe* und führte mein damaliges Hobby vor: die Zauberei. Damals arbeitete ich noch an der Uniklinik in der Kinderneurologie. Und ich sagte in die laufende Kamera, ich würde gern Medizin und Humor verbinden, hätte aber noch keine konkreten Ideen. Daraufhin wurde ich eingeladen, mit meiner Zaubershow eine kleine Tour durch Kinderkrankenhäuser zu machen. Und bei einer dieser Shows passierte es. Alle Kinder und Jugendlichen kamen in der Turnhalle zusammen. Ich führte durch mein Programm, bei dem die Kinder mitmachen, pusten, lachen und laut zählen durften. Nach der Show kam ein Arzt auf mich zu und sagte, er müsse mir erzählen, was er beobachtet hatte: «In der ersten Reihe saß ein Junge, ich weiß nicht, ob er Ihnen aufgefallen ist. Der ist hier seit Wochen stationär, weil er mit keinem Menschen spricht. Er ist verstummt.» Diese Störung kannte ich, sie nennt sich Mutismus; obwohl neurologisch alles intakt ist, hören die Betroffenen aus innerer Not auf zu kommunizieren, entweder komplett oder selektiv. Der Arzt sagte mir: «Ich habe den Jungen beobachtet. Er hat in Ihrer Show seine Störung vergessen! Er hat einfach so mit allen anderen gelacht, Quatsch gemacht und erzählt.»

In diesem Moment war ich kurz sprachlos. Dann wurde mir klar: Nicht ich habe den Jungen geheilt, sondern die Gruppe. Ich habe vielleicht ein Umfeld geschaffen, aber das Miteinander war das eigentlich Wirksame. Die Ansteckungskraft von positiven Gefühlen, von Kunst, von Verzauberung, von Staunen und Lachen. Wo drei oder mehr versammelt sind, passiert mehr als im Eins-zu-eins-Kontakt.

Wir können uns in Krankheiten hineinsteigern – und wieder heraus.

So weit, so verständlich. Aber ich möchte nicht verschweigen, dass ich auch etwas erlebt habe, was mir bis heute unbegreiflich ist.

Der Rahmen für die unerklärlichste Erfahrung hätte nicht unfrommer sein können. Es war in Berlin, kurz nach der Wende, in einem Plattenbauviertel in Hohenschönhausen. Dort fand ein Dreitagesteseminar eines amerikanischen Trainers mit indianischen Wurzeln statt. Aus beiden Teilen der Stadt strömten ungefähr 200 Suchende in die karge Mehrzweckhalle, um sich ihrer persönlichen Entwicklung zu widmen. Ich war gerade mit meinem Studium fertig geworden, steckte also in einer typischen Übergangsphase, in der ich offen für Neues war.

Ich mochte die klare Art des Trainers, grundlegende Themen des Lebens zu sortieren und uns mit viel Humor an unsere eigene Kreativität und Verantwortung heranzuführen. Wie oft in Gruppen, lernt man allein schon durch die Erkenntnis, dass Menschen in unterschiedlichen Lebensphasen und mit völlig verschiedenen Lebensentwürfen im Grunde ähnliche Fragen und Marotten oder Beschwerden mit sich herumschleppen.

Am Abend des dritten Tages gab es ein Ritual, bei dem sich jeder in einem Entspannungszustand auf eine innere Reise begeben sollte. Ich kannte das Prinzip der Traumreisen aus dem Studium, wo ich Seminare in medizinischer Psychologie belegt hatte. Meine Erfahrung war bisher gewesen, dass ich sehr leicht entspannen konnte, dann aber Schwierigkeiten hatte, der Stimme des Anleitenden in die Welt der inneren Bilder zu folgen, weil ich schnell einschlief. Auf dem Turnhallenboden war es anders. Ich hatte mir fest vorgenommen, wach zu bleiben. Und das blieb ich auch, dank Walter.

Walter war ein besonderer Teilnehmer; er genoss das Privileg, ganz vorne zu sitzen, weil er von den Lippen ablas. Er war nach einem Autounfall schwerhörig geworden, auf einem Ohr wohl richtig ertaubt, und hatte immer jemanden in seiner Nähe, der für ihn Dinge wiederholen konnte, wenn er etwas nicht verstand. Er war in meiner Erinnerung ein freundlicher Mann um die 50, der im Zoo als Tierpfleger arbeitete, mehr weiß ich nicht über ihn. Während der Heilungsübung fing er an, mit geschlossenen Augen unruhig zu werden. Er stöhnte, wälzte sich, und es war, als ob ihn etwas schüttelte, was er nicht kontrollieren konnte. Der Trainer und die Helfer kümmerten sich um ihn, und die Übung wurde unterbrochen. Der innere Prozess, der sich bei Walter abspielte, dauerte mehrere Minuten, bis er die Augen aufschlug und sagte: «Ich kann wieder hören!»

Er lachte ungläubig und war sichtlich ergriffen. Allen anderen fiel die Kinnlade herunter, ein Stein vom Herzen und nicht mehr viel ein. Auch der Seminarleiter und sein Team schienen bis ins Mark getroffen, denn solche Dinge erlebten sie trotz vieler Jahre Erfahrung nicht oft und nicht so unmittelbar. Walter schilderte es so, als wäre ein großer Wattepfropf, der ihn von der Welt getrennt hatte, mit einem Mal verschwunden.

Was war da passiert?

Ich weiß es nicht. Ich habe keine Veranlassung zu glauben, dass Walter sich das eingebildet hat oder gar ein williger Mitspieler war, der alle anderen überzeugen wollte. Diese Geschichte ist über 25 Jahre her, und sie hat mich nicht losgelassen. Ich ärgere mich bis heute, dass ich vor lauter Ergriffenheit nicht die Gelegenheit und Walter ergriffen habe, um in der nächsten HNO-Ambulanz einen Hörtest zu machen und seine Ärzte mit den Vorbefunden und dem neuen Befund aufzusuchen.

Ich habe in den letzten Jahren auf allen möglichen Kanälen versucht, Walter in Berlin ausfindig zu machen, aber

selbst über Radioaufrufe konnte ich nicht herausfinden, was aus ihm geworden ist. Aber wer weiß, vielleicht liest er dieses Buch und meldet sich.

So verhält es sich vorerst mit dieser Geschichte wie mit vielen Fällen von Spontanheilungen oder wundersamen Genesungsverläufen: Alle, die dabei waren, sind überzeugt, dass Wunder möglich sind. Für Skeptiker und Wissenschaftler ist ein Einzelfall ohne objektive Vorher-nachher-Dokumentation, die sich nicht nur auf Augenzeugen stützt, natürlich unbefriedigend. Für mich war es ein Ansporn, immer wieder mein Denken zu hinterfragen: Was geht, was geht nicht, was ist «normal» und was «verrückt»?

Immerhin habe ich den Trainer nach vielen Jahren wiedergetroffen und befragen können. Eine ähnliche Geschichte wie mit Walter hat er in Jahrzehnten intensiver Gruppenarbeit nicht noch einmal erlebt. Immer wieder schilderten ihm aber Seminarteilnehmer, wie sich auch schwere Erkrankungen positiv entwickelt hätten. War er der Heiler? Nein, er selbst sieht sich als Werkzeug. Er habe die Gabe, Menschen zu erreichen, mit seiner Art, in ihnen Muster und Talente zu erkennen und sie ihnen zu spiegeln, und durch das, was er «Universum» oder «Gott» nennt.

Er verstand seine Seminare nicht als Entweder-oder, sondern als klares Zusatzangebot zur wissenschaftlichen Medizin. Auch wenn wir in einigen Punkten unterschiedlicher Meinung darüber sind, wie sehr Menschen ihre Krankheiten «erschaffen», hat der Trainer nie versprochen, dass alles mit den richtigen Gedanken allein wieder gut werden könne. Aber ausschließen muss man es deshalb ja auch nicht.

Drei Beispiele aus meiner Erfahrung. Kein Toter ist auf-erstanden, kein abgetrenntes Bein wieder angewachsen, aber dennoch reichen diese Erlebnisse aus, um mich und hoffentlich auch Sie neugierig zu machen. Was macht uns krank, was hilft beim Heilen? Welche Macht können Gedan-

ken über den Körper haben? Und ist die Trennung von Körper und Geist nicht sowieso überholt?

Vieles, was heute möglich ist, wäre jeder Generation vor uns wie ein Wunder vorgekommen. Der Kirchenvater Augustinus sagte vor 1600 Jahren: «Wunder geschehen nicht im Widerspruch zur Natur, sondern nur im Widerspruch zu dem, was uns über die Natur bekannt ist.» Und auch wenn wir heute entscheidend mehr über die Natur wissen als damals, würde ich diesen Satz immer noch so unterschreiben.

Wunder wirken Wunder. Wir haben viel über die Verbindungen zwischen Gefühlen, Gehirn und Hormonen, über unser Abwehrsystem und unsere Selbstheilungskräfte gelernt. Aber vieles ist nach wie vor unklar. Und selbst wenn wir alles verstehen würden, stünde uns bei genauerer Betrachtung der Mund offen angesichts dessen, was menschenmöglich ist.

Die Kraft des Staunens, des Erwartens, des Wunderns löst wundersame Dinge in uns aus, in alle Richtungen. Diese Kräfte nicht ernst zu nehmen, sie nicht näher zu untersuchen und sie vor allem nicht systematisch positiv für die Gesundheit zu nutzen, war ein großes Versäumnis der akademischen Medizin der letzten 100 Jahre. Wir können mehr Magie und Wissenschaft wagen, das muss kein Widerspruch sein.

Was Menschen in Deutschland glauben
(sofern man an Umfragen glaubt)

52 Prozent glauben, dass es Wunder gibt.

54 Prozent glauben, dass es etwas Göttliches gibt (alte Bundesländer).

23 Prozent glauben, dass es etwas Göttliches gibt (neue Bundesländer).

38 Prozent glauben, manchmal in die Zukunft zu sehen.

33 Prozent hatten gefühlt schon mit Verstorbenen Kontakt.

26 Prozent glauben, dass eine schwarze Katze Unglück bringt.

24 Prozent glauben an Wiedergeburt.

23 Prozent glauben, dass die Zahl 13 Unglück bringt.

13 Prozent wähnen «magische Kräfte» in sich, z. B. heilende Hände.

Zum internationalen Vergleich:

77 Prozent der US-Amerikaner glauben, dass Aliens die Erde besucht haben (Umfrage von 2012, also vor Donald Trump).

Magie und Marie

Hinfallen. Aufstehen. Krone richten. Weitergehen.

Wie tief das magische Denken in uns allen steckt, zeigte mir meine Patentochter. Marie tanzte mit vier Jahren durch das Wohnzimmer und stieß mit dem Schienbein gegen den Couchtisch. Das tat weh, aber sie tanzte weiter. Auf dem Rückweg hielt sie an dem Tisch, haute ihn einmal kräftig mit der flachen Hand und sagte ganz streng: «Mach das nicht noch mal, du blöder Tisch!»

Als Erwachsener denkt man: Ach, wie niedlich, die glaubt also noch daran, dass alle Dinge eine Seele haben. Aber dieser kindliche Glaube bietet psychologisch enorme Vorteile: Die Schuldfrage war sofort geklärt! Marie war mit sich im Reinen, der Tisch war schuld. Sie hatte ihr Gesicht gewahrt und konnte unbeschwert von Selbstvorwürfen weitertanzen.

Wie hätte ein Erwachsener reagiert? Er wäre gegen den Tisch gedonnert, hätte sich erst mal auf das Sofa gesetzt und sich selbst bemitleidet: «Ach, heute ist nicht mein Tag, ich hatte gleich so ein komisches Gefühl, ich sollte nicht einfach so durch das Wohnzimmer tanzen, ich bleibe besser hier sitzen, esse Chips und schau mir in der Glotze das Fernsehballlett an.» Das finde ich viel unvernünftiger, als auf den Tisch zu hauen und mit Freude weiterzutanzten.

Magisches Denken kann uns motivieren. Und auch schützen. Wenn sich ein Gebüsch bewegte, war es evolutionär sinnvoll, dahinter ein böses Tier zu vermuten und sich in Sicherheit zu bringen. Mal war es ein böses Tier, mal aber auch nur der Wind. Wenn sich ein Vorhang im Schlafzimmer bewegte, vermuten Kinder eher einen Einbrecher oder einen Geist als den Wind. Ältere Kinder verstehen dieses magische Denken sogar für sich zu nutzen, wenn sie etwas

verschleiern wollen. So wie Hänsel und Gretel, nachdem sie am Knusperhäuschen der Hexe genascht hatten, auf die Frage «Wer knuspert an meinem Häuschen?» antworteten: «Der Wind, der Wind, das himmlische Kind.»

Eltern wissen: Die einfache Erklärung «Monster gibt es nicht» zieht bei Kindern nicht. Sie glauben vielmehr ihrer Phantasie und sind nicht davon abzubringen, dass sich nachts fürchterliche Wesen unter ihrem Bett verstecken. Dann kommt der lösungsorientierte Papa, sägt die Beine des Betts ab und sagt: «So, Kind, jetzt kann da gar kein Monster mehr sein!» Doch in der nächsten Nacht versteckt sich das Monster hinter dem Vorhang. Man unterschätze nie die Kraft der Phantasie!

Besser als die vernünftige Argumentation funktioniert ein Spray, das die schauerlichen Monster verjagt und von phantasiebegabten Eltern entwickelt wurde. Mit dem Monsterschreckspray erfanden sie eine Einschlafhilfe, die mit natürlichen Inhaltsstoffen von Orange, Limette und Lavendel in Kombination mit elterlicher Zuwendung gut funktioniert. Das Etikett leuchtet im Dunkeln, das Kind bekommt gegen seine diffuse Angst etwas Konkretes in die Hand und sprüht dem Monster direkt ins Gesicht oder dorthin, wo es sich versteckt. Danach riecht es gut, Lavendel ist tatsächlich schlaffördernd, eine runde Sache. Das Prinzip bleibt aber auch im Erwachsenenalter gültig: Was hilft gegen Ohnmacht? Etwas machen, egal was. Hauptsache, man wird aktiv. Magie und Macht haben dieselbe Wurzel (indogermanisch *magh* für «können» oder «vermögen»). Der gemeinsame Wunsch dahinter: Dinge unter Kontrolle zu bringen, die uns bedrohlich erscheinen, weil wir sie nicht verstehen.



Gegen unsichtbare Gefahren helfen am besten sichtbare Handlungen. Eine Flasche reicht für 700 Sprühattacken, also bis zur Pubertät. Dann kommen andere Sprays. Und andere Monster.

Viele Phänomene sind schlicht zu komplex, um sie zu beeinflussen – das hören auch Erwachsene nicht gerne. Schutzlos ausgeliefert sind wir dem Wetter, manchen Krankheiten und der Willkür der Deutschen Bahn. Deshalb gibt es für alle drei Bereiche eine Fülle von Beschwörungen, Gegenzaubern und Apps.

Wir amüsieren uns gerne über «primitive» Völker, die trommeln, damit es regnet. Und was macht der aufgeklärte Deutsche? Er sagt: «Ich nehme besser mal einen Schirm mit, denn *wenn* ich einen Schirm dabei habe, regnet es garantiert nicht!» Glauben Sie ernsthaft daran, dass die Wolke die Fähigkeit hat, in Ihre Tasche zu schauen, nach dem Schirm zu suchen und sich dann aus freien Stücken zu entscheiden, weiterzuziehen und woanders abzuregnen? Also, mir erscheint Trommeln genauso plausibel.

Wie magisch Menschen ticken, erlebt man auch beim Würfeln. Wer eine hohe Zahl braucht, schüttelt den Becher gern mit viel Kraft und so lange, bis der Würfel gar nicht mehr weiß, was von ihm erwartet wird. Jeder hat dabei so seine «Tricks», die «immer funktionieren», also fast immer oder, um genau zu sein: nicht öfter als der Zufall. Am ekeligsten finde ich die Angewohnheit, in den Würfelbecher zu spucken. Da kann man froh sein, wenn sich am Ende des Kniffelabends nicht mehr Würfel im Becher befinden als zu

Beginn. Der Würfel hat kein Gedächtnis. Der Zufall auch nicht. Aber wir. Und deshalb merken wir uns die Male, bei denen unser Trick geklappt hat.

Wenn man beim Segeln eine Flasche Bier aufmacht, kippt man den ersten Schluck nicht in die eigene Kehle, sondern über Bord, damit die Götter der Meere auch etwas davon haben und einem gnädig gestimmt sind. Wenn das Boot anfängt zu schwanken, hofft man, dass das am eigenen Alkoholpegel liegt und nicht an einem aufziehenden Unwetter. Was Neptun und andere Meereswesen von diesem Schluck haben, könnte man einmal ausrechnen. Vielleicht ist die Grundidee der Homöopathie, dass extrem hohe Verdünnung eine Wirkung erzielt, gar nicht allein auf Samuel Hahnemann zurückzuführen, sondern schon vorher auf hoher See entstanden.

Auch ein befreundeter Raucher erzählte mir von einem lustigen magischen Ritual: «Immer wenn ich auf den Bus warten muss, mache ich mir eine Zigarette an, denn dann kommt der Bus schneller.»

Das erinnert an Winnetou. Wahrscheinlich sieht der Busfahrer drei Ecken weiter die aufsteigenden Rauchzeichen und gibt seinem Gefährt die Sporen. Offenbar hat auch die Bahn von diesem Ritual gehört und daraufhin diese Raucherbereiche auf den Bahnsteigen eingeführt. Alle, die in dem magischen gelben Quadrat stehen und dabei gelbe Finger und gelbe Zähne bekommen, sollen gleichzeitig kollektive Rauchzeichen in den Himmel schicken und damit die zeitige Ankunft des nächsten ICE beschwören. Aber Vorsicht: Wenn Sie aus Versehen die Zigarette am Filter anzünden, kommt der Zug in umgekehrter Wagenreihung!

Babys lernen bereits im Mutterleib, ohne dass man sie dazu auffordern muss. Wie auch ...? Sie prägen sich die Stimme der Mutter ein, ihre Vorlieben für bestimmte Gewürze und haben sogar die Fähigkeit, so abstrakte Dinge wie Muttersprache und Fremdsprache zu unterscheiden.

Angeboren? Nein, was das Kind durch das Fruchtwasser an Worten und Melodien aufgeschnappt hat, reicht, damit es sich nach der Geburt auch einem Lautsprecher zuwendet, aus dem seine «eigene» Sprache von einer unbekannten Stimme zu hören ist.

Angeboren ist nur das Muster, nach dem wir uns Wissen aneignen: Wir basteln uns unser Weltbild nach der Wahrscheinlichkeit, mit der Dinge zusammengehören. Ein Kind muss annehmen, dass ein Sinnzusammenhang besteht, wenn bestimmte Wörter zeitgleich mit bestimmten Situationen auftauchen. Immer wenn Mutti auf den wuscheligen, bellenden Mitbewohner zeigt, sagt sie «Hund». Und auch, wenn Papa auf das Tier zeigt, sagt er «Hund». Das muss also ein Hund sein. Auch wenn nicht jedes Mal, wenn jemand «Hund» sagt, ein entsprechendes Objekt im Blickfeld ist. Und auch, wenn nicht jedes Mal, wenn einer auf den Hund zeigt, das Wort «Hund» ertönt. Manchmal hört man auch «Platz!» oder «Nein, das ist nicht dein Teller!». Keine Ahnung, wie viel davon der Hund versteht, aber Kinder kriegen es auch ohne jede Theorie oder Grammatikstunde erstaunlich gut hin, sich die Wörter und Regeln abzuleiten.

Wir finden es süß, wenn sich Kinder mit einer Annahme vertun. Wenn sie zum Beispiel davon ausgehen, dass Windräder den Wind machen. Schließlich haben sie ja beobachtet, dass es immer windig ist, wenn sich die Räder drehen. Aber mal ehrlich: Auf dem Niveau bewegen sich auch die meisten Analysen von Kursgewinnen.

Kinder lernen, indem sie ständig «Verschwörungstheorien» aufstellen, also Vermutungen, wie die Dinge gesteuert werden, die um sie herum passieren. Ihre Welt ist erst einmal magisch und beseelt. Und sie testen ihren Einfluss auf den Lauf der Dinge, genauer gesagt, wann jemand angelaufen kommt. Babys finden sehr schnell raus: Schreien wirkt. Und mit den Jahren wird es ausgeklügelter.

Kurz vor Ostern erlebte ich mit Maries Bruder Carl einen ähnlichen Fall. Die Mutter hatte Schokoladenosterhasen gekauft und gut versteckt, damit sie der Osterhase am Sonntag noch mal verstecken konnte. Doch Carl war dem Osterhasen zuvorgekommen, hatte das Versteck der Mutter heimlich ausgeräumt und sein eigenes unter dem Sofa angelegt. Am Sonntagmorgen lief seine Mutter etwas kopflos durch die Gegend, weil ihr Überraschungsplan nicht recht aufging. Erst beim Verstecken der anderen Süßigkeiten stieß sie unter dem Sofa auf den Schokoladenosterhasen. Der war inzwischen ebenfalls kopflos. Carl stand daneben und wusste nicht, was ihn jetzt erwartete. Die Mutter zog den Resthasen hervor und fragte den Dreijährigen: «Weißt du, wie das passiert ist?» Er sah sie lange an und sagte: «Vielleicht ein Erdbeben?»

Wenn zwei sich streiten

«Für mich gibt es nur entweder – oder. Entweder voll oder ganz.»

Toni Polster

Wo stehen Sie? Haben Sie sich schon entschieden? Anscheinend teilt sich die Welt der Gesundheit und der Medizin in zwei große Lager: die Schulmedizin und die Alternativmedizin. Im Gesundheitswesen tobt ein Glaubenskrieg, und die Frage, zu welchem Lager man gehört, scheint vielen wichtiger zu sein als die Frage, ob man evangelisch oder katholisch, Schalke- oder Bayernfan ist. Beim Abendessen mit Freunden kippt schnell die Stimmung, sobald die Rede auf heiße Themen wie Impfen, Gluten oder Globuli kommt. Dann rette sich, wer kann.

Dabei gibt es nicht *die* Schulmedizin, ebenso wenig *die* Alternativmedizin. Zwei Ärzte sind grundsätzlich nie derselben Meinung. Zwei Heilpraktiker auch nicht. Ein Arzt für Psychosomatik denkt ganz anders als ein Mikrobiologe. Beide sind wichtig, wenn es um Magenbeschwerden geht. Ein Naturheilkundler, der den Kreislauf mit Kniegüssen anregt und hilft, mit Tipps für einen gesünderen Lebensstil Krankheiten zu verhindern, hat mit jemandem, der Irisdiagnostik betreibt oder mit Bioresonanzapparaten hantiert, nichts gemeinsam. In Lagern zu denken, ist Unsinn und hilft niemandem weiter.

Schulmedizin oder Alternativmedizin – was steckt hinter diesen Begriffen, die unser Denken prägen?

«Schulmedizin» ist seit der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts ein Kampfbegriff, der ursprünglich von Vertretern der Homöopathie geprägt wurde, ein Schimpfwort, das sich so etabliert hat, dass der treffendere Begriff «wissenschaftsbasierte Medizin» es schwerhat. «Alternativme-

dizin» ist ebenfalls so irreführend wie verheißungsvoll. Das Wort *alter* kommt aus dem Lateinischen und heißt so viel wie «der, die, das andere von beiden». Und *nativus* bedeutet «geboren», «naturbelassen».

Daraus wird gern geschlussfolgert, dass alternativ gleichbedeutend sei mit einer Entscheidung für oder gegen etwas. Und «natürlich» ist immer besser als «unnatürlich». Kann sein, muss aber nicht. Wenn ich zu viele naturbelassene Schimmelpilzsporen esse, kann ich daran sterben. Wenn ich die gleiche Menge Legosteine aus künstlichem Plastik esse, kommen die Steine auf natürlichem Weg wieder heraus, ohne dass sie Schaden anrichten. Es tut höchstens ein bisschen weh. Wenn zwei sich streiten, lohnt sich die Frage: Gibt es noch eine dritte Möglichkeit? Meine Antwort: Ja.

Denn eine therapeutische Frage, die mich immer wieder in ihrer schlichten Direktheit begeistert, lautet: Wer genau hat das Problem? Die meisten Menschen zögern nicht, sich das Beste aus beiden Welten zu organisieren. Zu dem einen Arzt geht man, wenn man etwas hat. Zum anderen, wenn einem etwas fehlt. Wenn ich Gemüse möchte, gehe ich nicht zum Metzger. Wenn ich reden will, nicht zum Radiologen. Röntgenärzte kommen mit zwei Sätzen durch 40 Berufsjahre: «Tief einatmen» und «Nicht atmen». Wer «Weiteratmen» sagt, ist Internist. Oder Atemtherapeut. Jedenfalls gehört er zu einer ganz anderen Gruppe.

Es ist kompliziert geworden, sich in der Medizin zu rechtzufinden, und der Mensch liebt einfache Erklärungen. Manchmal gibt es die, oft leider nicht. Der berechtigte Vorwurf der Wissenschaft gegenüber ist, dass sie sich von den Bedürfnissen der Menschen entfernt hat und eine statistische Wahrscheinlichkeit nichts über einen konkreten Einzelfall aussagt. Das stimmt beides. Und genau dieser Frust ist der Motor für eine Gegenbewegung, die nicht von «oben», sondern von «unten» kommt, die nicht mit abgeleiteten Gesetzen und Industrien, sondern mit intuitiven

und individuellen Erfahrungen in vielen kleinen Interessengruppen eine «Alternative» bieten möchte. Die Schulmedizin steckt in einer Vertrauenskrise, an der sie mit Schuld trägt. Sie hat sich jahrzehntelang schlecht um die seelischen Belange der Patienten gekümmert. Menschen wurden entmündigt, über ihren Kopf hinweg wurde verhandelt, was zu tun sei, ökonomische Interessen vermischten sich mit der Aufgabe, im Sinne des Patienten zu entscheiden; alles wird juristisch abgesichert, aber gefühlt übernimmt niemand Verantwortung.

Die Auswirkungen dieser Vertrauenskrise erlebe ich in meinem direkten Umfeld. Die Tochter von Bekannten hat seit langem einen tastbaren Knoten in der Brust, der wächst. Aber ihre Ablehnung der Medizin sitzt so tief, dass sie sich strikt weigert, auch nur eine Diagnostik vornehmen zu lassen. Stattdessen setzt sie auf «Energiebehandlungen». Sie riskiert damit ihr Leben. Wenn es sich tatsächlich um Brustkrebs handeln sollte, hätte dieser je nach Befund und Stadium gute Heilungschancen.

Die «Schulmedizin» hat viele von uns offenbar derart vor den Kopf gestoßen, dass sie nicht mehr als Segen, sondern als Bedrohung wahrgenommen wird. Die Patienten gehen lieber dorthin, wo mehr zugehört, mehr berührt und mehr versprochen wird – in die schillernden Gefilde der Alternativmedizin, wo sich alles von seriösen Naturheilkundlern bis zu esoterischen Pendlern tummelt. Wie alt ist dieser Streit eigentlich? Seit wann gehen Magie und Medizin getrennte Wege?

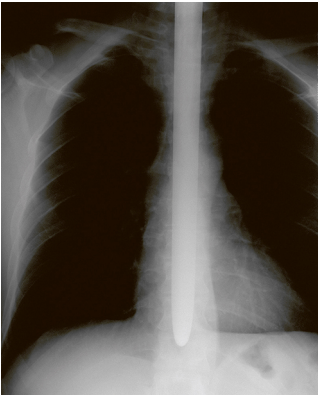
Mich hat als Student die Vorlesung *Geschichte der Medizin* fasziniert. Ich staunte, dass die alten Ägypter schon wussten, dass Leber gegen Augenleiden half (durch das darin enthaltene Vitamin A). Und dass sie Ameisen als «Teststreifen» für eine Urinprobe nutzten: Bei Zuckerkranken verweilten die Insekten länger. Intelligenter, als den Finger reinzuhalten und abzuschlecken.

Ich fand es beruhigend, dass die Geschichte der Medizin immer eine der Widersprüche war, der kuriosen Moden, der Einzelkämpfer und großen Zufälle, denen wir maßgebliche Fortschritte verdanken. Das Beispiel von Alexander Fleming inspirierte mich: Er hatte aus Versehen Petrischalen mit Bakterienkulturen in seinem Labor verschimmeln lassen und entdeckte dadurch, dass in dem Schimmel eine Substanz enthalten sein musste, die das Wachstum der Bakterien hemmte. Die Geburtsstunde des Penicillins! Fleming erhielt den Nobelpreis. Ich habe in meiner damaligen WG gezielt benutzte Teller und Schalen in der Küche über längere Zeit kultiviert, um vielleicht irgendwann eine ähnliche bahnbrechende Entdeckung zu machen. Vergeblich.

Auch die Magenspiegelung entstand aus einem Geistesblitz heraus, der sich in einer Weinstube in Freiburg im Jahre 1868 ereignet haben soll. In der Universitätsstadt fand eine Tagung von Medizinern statt. Was machten die abends? Natürlich einen trinken gehen. Unter ihnen war Adolf Kußmaul, einer der vielseitigsten Mediziner seiner Zeit. Es trat fahrendes Volk auf, und unter den Akrobaten befand sich auch ein Schwertschlucker. Kußmaul dachte sich: Wenn ein Mensch ein Schwert durch seine Speiseröhre bis in den Magen schieben kann, ohne sich zu verletzen – warum nicht auch ein Rohr einführen, um damit in den Magen zu gucken? Er lud den Schwertschlucker aus der Weinstube in die Klinik ein. Die Grundidee der Magenspiegelung war geboren!

Die Psychotherapie hat ebenfalls magische Wurzeln. Friedrich Anton Mesmer war zunächst Arzt in Wien und führte später «magnetische» Kuren durch. Bis heute gibt es im Englischen den Begriff «to mesmerize», wenn man jemanden verzaubert, hypnotisiert oder begeistert. Mesmer glaubte an eine unsichtbare Lebensenergie im Körper. Er behandelte im Jahr 1774 eine junge Patientin, die an Zahn- und Ohrenschmerzen litt, indem er Stahlmagnete bedeut-

sam über ihrem Körper hin und her bewegte. Für eine Weile verschwanden die Symptome. Mesmer löste damit bei den Patienten viel Hoffnung aus und inspirierte die Romantiker, die überall nach geheimen Kräften suchten. Als eigentliches Wirkprinzip erkannte man statt der Magnete aber bald die Kraft der Suggestion, und so entstanden um die Wende zum 20. Jahrhundert unter anderem durch Sigmund Freud die ersten psychotherapeutischen Verfahren, die sich stärker um die Heilkraft der inneren Bilder, die Wirkung der Worte und der verschiedenen Bewusstseins-ebenen kümmerten.



Die Kunst des Schwertschluckens: Vorsichtig am Kehlkopf vorbei durch die Speiseröhre mit der Schwertspitze bis an den Boden des Magens. Beim Applaus nicht verbeugen, bevor das Schwert wieder raus ist.

Die beste Geschichte für mich als Freund der Komik ist aber die Entdeckung der Narkose! Wieder gab es keine systematische Forschung – entscheidend waren Gaukler. Sie experimentierten zur Volksbelustigung mit Lachgas. Der amerikanische Zahnarzt Horace Wells sah eine solche Jahrmaktführung im Jahre 1844. Er beobachtete, wie ein Mann im Lachgasrausch über eine Kante stolperte und sich dabei ei-

ne heftig blutende Schienbeinwunde zuzog. Aber offenbar empfand er dabei keine großen Schmerzen. Daraufhin nutzte Wells in seiner Praxis als Erster erfolgreich die Lachgasnarkose beim Zähneziehen. Es ist heute unvorstellbar, was Menschen vor der Zeit der Anästhesie erduldet haben müssen, als sie sich mit Alkohol betäubten, auf Holz bissen oder schlicht bewusstlos wurden. Ein Meilenstein der Medizingeschichte, entstanden durch Zufall und Kreativität. Und das ist erst gute 150 Jahre her!

Krankheiten zu heilen, ist nicht immer möglich, aber im Leiden lindern sind wir heute viel besser als jemals zuvor. Der Siegeszug der Morphine als effizienter Schmerzmittel begann in der deutschen Provinz, in Paderborn. Jahrtausendlang wurde zuvor rohes Opium verwendet, um Schmerzen zu mindern, aber da die Konzentrationen in der Mohnpflanze stark schwanken, war die Anwendung mit hohen Risiken verbunden, von Wirkungslosigkeit bis Tod durch Atemstillstand war alles möglich. Der Apothekergehilfe Friedrich Wilhelm Sertürner isolierte 1804 nach vielen Versuchen die Grundsubstanz und nannte sie nach Morpheus, dem Gott des Traumes, *Morphin*.

Mit dem Morphin lag erstmals ein hochwirksamer pflanzlicher Arzneistoff in Reinsubstanz vor. Und seine Gewinnung war der Beginn der Pharmaindustrie, denn bis dato stellte jeder Apotheker seine Präparate selbst her. Aber die Nachfrage nach Morphin und seinen Ablegern stieg rasant und gab der industriellen Herstellung von Fertigpräparaten enormen Aufschub. Übrigens: Als der Firma Bayer zeitgleich die neuen Substanzen Heroin (ein Abkömmling des Morphins) sowie Aspirin angeboten wurden, entschied sich die Geschäftsleitung, Heroin in die Apotheken zu bringen – als Hustenmittel. Aspirin dagegen lehnte sie zunächst ab. Es war ihr zu gefährlich.

Im 19. Jahrhundert wurden viele bahnbrechende Erfindungen in der Medizin gemacht. Dadurch begann die Ab-

kehr von religiösen Heilritualen, magischen Beschwörungen, undefinierbaren Kräutermischungen und kruden Operationsmethoden. Aber die naturwissenschaftliche Medizin steckte nach wie vor in den Kinderschuhen und hatte wenig konkreten Nutzen. Das übliche Repertoire bestand weiter aus einer wirren Mischung von Aderlässen, Brech- und Abführmitteln und vor allem stark giftigen Arzneimitteln. Diese «Giftmedizin» befeuerte die Entstehung der sanfteren Methoden. Einer ihrer bedeutendsten Vertreter war Samuel Hahnemann, der Begründer der Homöopathie. Er verdünnte die Gifte, bis kein Molekül mehr in seinen Arzneimitteln nachzuweisen war. 1876 tauchte erstmals in der Zeitschrift *Homöopathische Monatsblätter* der Begriff Schulmedizin auf, mit eindeutig abwertender Bedeutung. Ein Großteil der Bevölkerung konnte sich Ärzte damals nicht leisten, gleichzeitig erlebten Patienten die Defizite der jungen akademischen Medizin am eigenen Leib und wandten sich daher neuen, anderen Verfahren zu. Das tiefe Misstrauen gegenüber Ärzten und Arzneimitteln ist also gar kein Phänomen unserer Zeit. Es tröstet zu wissen, dass sich die Menschen vor 150 Jahren in einem ähnlichen Dilemma befanden. Die Begriffe ändern sich, aber die Kontroverse ist erstaunlich konstant. Und auch die Ärzte waren untereinander immer schon zerstritten. Um 1800 hieß der Streit «zünftige Medizin» gegen «Quacksalberei». Und die Schimpfwörter waren «Afterärzte» (weil Hämorrhoiden schon damals weh taten) oder «Pfuscher».

Mit Rudolf Virchow rückte Mitte des 19. Jahrhunderts schließlich die einzelne Zelle in den Mittelpunkt der Krankheitslehre, und bei den physikalischen und chemischen Methoden wurden große Fortschritte gemacht. Virchow verengte den Blick aber nicht auf das, was man unter dem Mikroskop sah. Er war ein Visionär und sozial sehr engagiert, weil er erkannte, dass die Lebensumstände die Menschen krank machten, nicht allein die Bakterien.

Ab 1871 galt in Deutschland die Kurierfreiheit – praktisch jedem war die fast uneingeschränkte Ausübung der Heilkunde gestattet, was zu einer extremen Zunahme der «Kurfuscherei» bis in die Weimarer Republik führte. Mit der Machtergreifung durch die Nazis entwickelte sich die *Neue Deutsche Heilkunst*. Führende Nationalsozialisten standen Naturheilkunde und Homöopathie sehr positiv gegenüber, 1939 wurde das noch heute gültige Heilpraktikergesetz erlassen. Viele berühmte jüdische Ärzte flohen oder wurden umgebracht. Der Kabarettist Karl Valentin formulierte damals: «Gut, dass Hitler nicht Kräuter heißt, sonst müsste man ihn mit ›Heil Kräuter‹ grüßen.»

Ideologie, Magie und Medizin bieten Stoff für weitere Bücher. Wer sich damit genauer beschäftigen will, dem empfehle ich, etwas von Robert Jütte zu lesen, dem Fachmann für die Geschichte der Alternativmedizin. Ich kann hier nur kleine Einblicke liefern – mein Anliegen ist es, eine neue Perspektive auf das Ganze zu wagen.

Wenn zwei sich streiten ... das eine zu tun, bedeutet ja nicht, das andere automatisch zu lassen. Und deshalb gefallen mir die Begriffe *Komplementärmedizin* oder *Integrative Medizin* viel besser, denn sie stehen für «ergänzen» und nicht «ersetzen». Integrativ heißt, sich im konkreten Fall die Behandlungsmethoden sinnvoll nach dem zusammenzustellen, was guttut, sei es Yoga, Akupunktur oder Chirurgie. Denn letzten Endes gibt es gute und schlechte Medizin, wirksame und unwirksame Verfahren.

Man muss die Spreu vom Weizen trennen. Das ist mühsam und birgt Überraschungen. Und wer lieber Spreu zu sich nimmt als Weizen, weil er meint, Ballaststoffe seien gesund und Weizen das neue Gift, kann das gerne tun. Allerdings sagt der aktuelle Forschungsstand, dass Ballaststoffe überschätzt werden und die meisten Menschen Weizen gut vertragen.

Unbelehrbar, wie oft gedacht, ist die wissenschaftsbasierte Medizin auch gar nicht. Sie befindet sich im ständigen Wandel – so sind inzwischen ehemals alternative Verfahren wie Meditation oder das Achtsamkeitstraining ebenso fester Bestandteil geworden wie Akupunktur bei Schmerzen, weil sie nachweislich nützen. Es braucht immer Menschen, die alles in Frage stellen. Aber auch solche, die das Wissen sortieren, sich systematisch einen Überblick verschaffen und anwenden, was man schon weiß.

Schlecht ist dieser Weg nicht, wir sind schon ziemlich weit gekommen. Wie viele Menschen in Ihrem Umfeld sind an Syphilis verstorben? Mal ehrlich, wir können froh sein, im 21. Jahrhundert zu leben. Casanova, Beethoven und Nietzsche hätten alles dafür gegeben, ein Antibiotikum zu bekommen! Wie viele Menschen, die Sie kennen, wären ohne «Schulmedizin» längst tot? In meinem Fall wären es mein Vater und meine Mutter; ich bin heilfroh, dass sie beide noch leben. Vor 50 Jahren hätten sie das 70. Lebensjahr nicht erreicht. Wir haben uns an ein medizinisches Niveau gewöhnt, das jeder vorherigen Generation wie ein Wunder vorgekommen wäre.

Gibt es denn Wunder in der wissenschaftlichen Medizin? Ja – in Kombination mit wunder Punkt, der in der Wissenschaft alles ist, was sie sich nicht erklären kann. Oder noch nicht. Anstatt empathisch werden einige dadurch zynisch, nach dem Motto: Es gibt keinen gesunden Menschen, es gibt nur solche, die noch nicht lange genug untersucht wurden.

Es geht leider oft nicht nur um den besten Weg zur Gesundheit, sondern auch um Geld und Macht. Vor 30 Jahren noch durften die schlauesten Köpfe eines jeden Jahrgangs Medizin studieren. Wer nicht so recht wusste, was er später einmal werden wollte, machte Betriebswirtschaft. Und wer hat heute das Sagen im Krankenhaus? Die BWLer! Irgendetwas läuft da schief. Erwarten Sie also nicht, dass jemand

sagt: Sie brauchen nichts! Auch nicht, dass die Pharmaindustrie freiwillig ihre Preise senkt oder ein privates Krankenhaus Sie drei Tage länger dabeihält, weil Sie so nett sind und sich doch noch etwas erholen sollen. Das sind Wirtschaftsunternehmen mit klarem Gewinninteresse, und das werden Sie und ich auch so schnell nicht ändern. Deshalb zeige ich Ihnen gerne, was schief läuft, aber auch, wie Sie da halbwegs heil durchkommen. Wir brauchen keine weiteren Verschwörungstheorien, sondern Aufklärung und Transparenz. *Power to the patient!* Und die Menschen, die im Gesundheitswesen arbeiten, sind auch nicht grundsätzlich böse, sondern leiden selbst unter den Absurditäten und dem Diktat der Wirtschaftlichkeit.

Wir sind Teil eines uralten Kampfes und des Ringens von Magie und Medizin um die Macht über unser Schicksal und unseren Körper, um Leben und Tod, mit immer neuen Formen und Mitteln.

In allen Kulturen gab und gibt es seit jeher weise, heilkundige Frauen und Medizinmänner. Der Medizinmann war in Personalunion zuständig für Krankheiten, Kräuter und berauschende Substanzen. Er regelte den Zugang zum Jenseits, das Diesseits und den sozialen Frieden – mit Trommeln, Feuer und Feiern. Was haben wir daraus gemacht? Neun verschiedene Berufe: Arzt, Apotheker, Drogendealer, Priester, Psychotherapeut, Sozialarbeiter, DJ, Pyrotechniker, Eventmanager. Wir sind enttäuscht, weil uns keiner mehr ganzheitlich sieht. Und wir übersehen dabei, dass die Welt zwar komplexer, aber auch deutlich professioneller geworden ist. Und deshalb spiegelt der Widerspruch der medizinischen Versorgung einen Widerspruch in uns: Einerseits haben wir das Bedürfnis nach einem schützenden, fürsorglichen, allumfassenden Heiler, andererseits kann uns bei einem konkreten Eingriff der Operateur nicht spezialisiert genug sein.

Medizin war immer eine Mischung aus Wissen und Glauben, aus Beobachten, Messen und Interpretieren, aus Auseinandernehmen und «Ganzmachen», aus Pulsfühlen und Handauflegen. Weil wir keine Maschinen sind, gibt es Komplementärmedizin. Aber es gibt keinen Komplementärmaschinenbau. Es gibt Heilpraktiker im Gesundheitswesen, aber in der Chemie keine Alchemisten mehr. Allerdings ist der Traum der Alchemisten noch sehr aktiv: aus Unrat irgendwie Gold zu machen. Und das wiederum tun viele im Gesundheitswesen. Warum gibt es eigentlich keine Alternativmathematik? Wie würde so eine Prüfung wohl aussehen?

Was ist 2 plus 2?

Fünf!

Wie kommen Sie darauf?

Intuition.

Können Sie das genauer beschreiben?

Nein, es ist einfach so ein Bauchgefühl. Die 5 kam energetisch am klarsten rein.

Welchen Sinn haben diese Kategorien von Richtig und Falsch? Warum soll das Ergebnis nicht mehr sein als die Summe der Teile? Dieses Buch wird durch Sie auch zu mehr als der Summe seiner Seiten.

Wenn zwei sich streiten, freut sich der Dritte – und das sind *Sie*, weil *Sie* wählen können! Und Ihre Wahl verändert Ihre Haltung, verändert Ihren Körper, verändert das System. Schulmedizin gegen Alternativmedizin? Entweder oder? Oder sowohl als auch?

Wollen Sie wissen, auf welcher Seite ich stehe? Bei den Guten. Die gibt es auf beiden Seiten. Ich stehe außerdem auf der Seite der Patienten, denn die sind die größte Gruppe im Gesundheitswesen, aber oft auch die schutzloseste. Und ich stehe auf der Seite des Lebens, das es zu schützen gilt.

Und zu genießen! Denn es ist bei genauer Betrachtung aus jeder Perspektive ein Wunder.

Wie spontan sind Spontanheilungen?

*«Wunder gibt es immer wieder,
heute oder morgen können sie geschehn.
Wunder gibt es immer wieder,
wenn sie dir begegnen, musst du sie auch sehn.»*

Katja Ebstein

Jeden Arzt, den ich in letzter Zeit traf, habe ich gefragt: «Hast du schon mal ein Wunder bei einem Patienten erlebt?» Oft kam dann die Gegenfrage: «Was ist denn ein Wunder?»

So einfach zu definieren ist ein Wunder nicht. Wir kreisen es ein und schleichen uns an. Der Duden sagt: «ein außergewöhnliches, den Naturgesetzen oder aller Erfahrung widersprechendes und deshalb der unmittelbaren Einwirkung einer göttlichen Macht oder übernatürlichen Kräften zugeschriebenes Geschehen, Ereignis, das Staunen erregt» oder «etwas, was in seiner Art, durch sein Maß an Vollkommenheit das Gewohnte, Übliche so weit übertrifft, dass es große Bewunderung, großes Staunen erregt».

Kurz: irgendetwas, das über das alltägliche Verständnis hinausgeht, worüber man sich also wundert. Aber was ist schon das alltägliche Verständnis? Was für jemanden in seiner Zeit erklärlich, erstaunlich oder unfassbar wirkt, unterliegt immer historischen und subjektiven Einflüssen. Die heutige Vorstellung von einem Wunder als «übernatürlich» entstand erst in der Neuzeit. Wer keine Naturgesetze kennt, kann auch schlecht einschätzen, wann etwas den Naturgesetzen widerspricht. Für die Menschen in der Antike und im Mittelalter, für die bereits Phänomene wie Blitz und Donner unerklärlich blieben, war die Grenze zwischen «Möglichem» und «Unmöglichem» weitaus durchlässiger. Heilungswunder waren in der Antike auch nicht auf Religio-

nen beschränkt – auch von bekannten Politikern oder Dichtern hieß es, dass sie schon Wunder gewirkt hätten. Wobei Politiker ja bis heute gern behaupten, Wunder was getan zu haben. Und bei der nächsten Wahl erleben sie dann oft ihr blaues Wunder.



Das eigentliche Wunder sind für mich nicht die Menschen, die spontan geheilt werden, sondern die vielen, die lernen, mit ihrer Krankheit zu leben, jeden Tag!

Die Herkunft des deutschen Wortes «Wunder» ist ungeklärt, andere Sprachen hantieren eher mit Varianten von «Mirakel». Sinnverwandt mit dem Wunder sind das «Kuriosum», das «Mysterium», das «Spektakulum» und alle weiteren Wunderdinge von «Rätsel» bis «Hexenwerk». Entscheidend ist, dass es jemandem auffällt. So wie ein Witz, über den keiner lacht, kein Witz ist, ist ein Wunder, über das keiner staunt, auch keins. Wen wundert's? «Wunderbar» und «komisch», «staunen» und «lachen» sind artverwandt. Vielleicht interessiere ich mich auch deshalb für all das, inklusive der Wunder, die Illusionisten und Zauberer vollführen können.

In der Medizin vermeidet man den für viele religiös geprägten Begriff und redet nicht von «Wunder», sondern lieber von «Spontanheilung», wenn man den Mechanismus dahinter nicht versteht und ein Patient gegen alle Erwartungen gesund wird. Erstaunliche Verläufe und dramatische Wendungen haben viele Ärzte schon auf die eine oder andere Art erlebt: Babys, denen man nach der Ultraschall-

untersuchung oder bei der Geburt kaum eine Chance gegeben hätte, entwickelten sich prächtig. Ein Säugling wurde geboren, obwohl er nicht in der Gebärmutter lag, sondern in der Bauchhöhle am Eileiter. Normalerweise überlebt die Eizelle so eine falsche Einnistung nicht. Und leider sterben auch immer wieder Mütter an einer nicht erkannten Eileiterschwangerschaft, wenn plötzlich der Eileiter reißt und innere Blutungen auslöst. Aber es kann auch auf wunderbare Art und Weise über 40 Wochen in vielleicht einem von 40 000 Fällen gehen!

Kinder, die im Eis eingebrochen und länger ohne Sauerstoff waren, erholten sich vollständig. Es gibt berühmte Einzelfälle, in denen jemand aus langjährigem Koma wieder erwachte. Fairerweise möchte ich in Hinblick auf die Organspende klarstellen: «Koma» ist neurologisch etwas völlig anderes als ein «Hirntod». Noch nie ist jemand, bei dem ein kompletter Hirntod diagnostiziert wurde, ins Leben zurückgekehrt. Das ist auf eine Art auch wieder beruhigend.

Weil viele mit der Diagnose «Krebs» irrtümlicherweise gleich ein Todesurteil verbinden, gibt es gerade bei bösartigen Erkrankungen viele Geschichten über ungewöhnliche Verläufe. Denn Krebs ist nicht gleich Krebs, und jeder Patient ist anders. Professor Clemens Unger hat als Onkologe in seinem Leben viele Krebspatienten an der Klinik für Tumorbilogie in Freiburg behandelt. An eine Betroffene erinnert er sich auch über zwölf Jahre später noch sehr genau: Margret Schmidt. Im Mai 2003 erhielt er den Anruf eines Heidelberger Kollegen, er solle sich um eine Patientin kümmern, die nach einer schweren Operation eine Chemotherapie benötigte. Sie litt an einem fortgeschrittenen Tumor der Gebärmutter, einem metastasierten Endometriumsarcom. Der Chirurg hatte die Gebärmutter und die Eierstöcke entfernt, aber das ganze Bauchfell war voller Metastasen und die Leber ebenfalls befallen – also inoperabel. Unger erinnert sich: «Ich machte einen Ultraschall, verschrieb

ihr zur Stärkung des Immunsystems einen Bakterienextrakt und bat sie, in zwei Monaten wiederzukommen. Im August kam sie zum erneuten Ultraschall, und siehe da: Die Lebermetastasen und die verklebten Lymphknoten im Bauchraum waren nicht mehr nachweisbar.» Ich frage ihn, wie er sich das erklärt. «Keiner weiß, warum. Aber die Frau hat jeden Abend gebetet: <Tumor, ich habe dich nicht eingeladen, ich bitte dich, meinen Körper zu verlassen.> Er ist bis heute nicht wiedergekommen. Nach fünf Jahren spricht man von einer Heilung. Bei ihr sind es jetzt schon zwölf.»

Ob in diesem Fall der Glaube eine Rolle spielte, kann niemand sagen – aber auch nicht ausschließen. Dafür sind und bleiben Spontanheilungen zu selten. Aus den Einzelfällen sind keine einfachen Erklärungen, keine Muster, geschweige denn eine Therapieempfehlung abzuleiten. Manchmal steckt hinter dem «Wunder» auch eine vorangegangene Fehldiagnose, wenn beispielsweise ein Tumor falsch klassifiziert wurde. Aber eines steht fest: Es gibt sie, diese Ausnahmen von der Regel. Warum interessieren sich so wenige Forscher dafür?

Dr. Herbert Kappauf ist einer der wenigen. Der Onkologe aus Bayern hat sich vor bald 20 Jahren die Mühe gemacht, dem Phänomen der Spontanheilungen tiefer auf den Grund zu gehen, und lange gebraucht, um viele Fälle zusammenzutragen. Beim Vergleich wird klarer, dass es offenbar Krebsarten gibt, bei denen Spontanheilungen häufiger vorkommen. Insbesondere Tumorerkrankungen der Niere und der Haut überraschen immer wieder in ihren Verläufen.

Krebs entsteht zuerst an einer Stelle des Körpers und kann in andere Gebiete streuen. Auf bisher nur unvollständig verstandene Art bleiben die Zellen aber in Kontakt. Das sieht man an dem belegten Phänomen, dass Tochtergeschwülste verschwinden, wenn die «Mutter» entfernt wird. So waren nach einer Operation des primären Tumors aus

der Niere ohne weitere Behandlung die Metastasen in der Lunge, an die man mit dem Skalpell nicht herankam, nicht mehr nachweisbar. Auch beim schwarzen Hautkrebs gibt es Fälle, in denen, nachdem der streuende ursprüngliche Tumor angegangen worden war, die weiteren Absiedlungen von allein verkümmerten. So können sich Chirurgie und Selbstheilung gegenseitig unterstützen. Über welche «Drähte» die Zellen in Verbindung stehen und welche Rolle das Immunsystem dabei spielt, wird weiter erforscht.

Es ist bekannt, dass bestimmte Krebsarten leichter entstehen, wenn ein Immunsystem geschwächt ist. Menschen mit einer HIV-Infektion oder solche, bei denen nach einer Transplantation längerfristig die eigene Abwehr unterdrückt werden muss, bekommen eher Leukämien, Lymphome oder Hautkrebs. Für die Häufigkeit von Brustkrebs oder Darmkrebs spielt die Immunsuppression dagegen keine Rolle. Das heißt, die generelle Aussage «Krebs entsteht durch ein schwaches Immunsystem» ist nicht haltbar. Und auch eine unspezifische «Aktivierung des Immunsystems» ist kein Allheilmittel.

Kappauf meint: «Krebsbetroffene können zum einen entlastet sein, da Spontanremissionen offensichtlich nicht das Ergebnis eines besonderen Krankheitsverhaltens oder einer außergewöhnlichen willentlichen Anstrengung sind. Zum anderen bestätigen meine Untersuchungen ohne Zweifel, dass es in seltenen Fällen spontane Tumorrückbildungen wirklich gibt. Allein diese Tatsache gibt vielen Hoffnung.»

Die Chancen sind bei Krebsarten wie dem schwarzen Hautkrebs (Melanom) und dem Nierenzell- oder auch Basalzellkarzinom (Altershautkrebs) allemal besser als für sechs Richtige im Lotto, deren Wahrscheinlichkeit bei etwa 1 zu 14 Millionen liegt. Wer also daran glaubt, dass er beim Lotto gewinnen kann, darf auch bei einer Krebserkrankung

an die Möglichkeit einer Spontanremission glauben. Auch im 21. Jahrhundert geschehen noch Zeichen und Wunder.
[...]