



HEIL LOS

Eigentlich wollte die deutsche Autorin Anousch Mueller Heilpraktikerin werden. Doch in der Ausbildung beschlichen sie immer grössere Zweifel. Ein kritisches Interview über eine Branche, die ohne Aberglaube nicht existieren würde.

Interview: **CLAUDIA SENN**
Foto: **DANIEL VALANCE**

Das
GEHEIMNIS
spürbar schöner
HAUT.

Kneipp wirkt.
Natürlich.

125 Jahre Naturwissen



Kneipp®

Wirkt. Natürlich.

Kennen Sie schon die Pflege aus einer Kombination von fünf pflanzlichen Ölen mit den neusten Erkenntnissen der Hautalterungs-Forschung? Probieren Sie es aus.

Kneipp ReVital Produkte sind erhältlich in der Migros, im Müller Drogeriemarkt und im Kneipp Onlineshop.
www.kneipp-schweiz.ch

annabelle: Anousch Mueller, Sie besuchten zum ersten Mal einen Heilpraktiker, als Ihre Ärzte keinen Rat mehr wussten. Bitte schildern Sie uns Ihren Leidensweg.

Anousch Mueller: Meine Symptome begleiteten mich schon seit der Kindheit, doch mit 27, nach dem Studium, wurde es richtig schlimm. Ich fühlte mich, als hätte ich plötzlich das Atmen verlernt, bekam schwer Luft, hatte Panikattacken und Herzprobleme. Natürlich ging ich zu mehreren Ärzten, doch die konnten nichts finden. Da entdeckte ich eines Tages beim Googeln die Emotional Freedom Technique, die verspricht, mittels Beklopfen sogenannter Meridianpunkte Ängste, Phobien und sogar schwere Erkrankungen wie Schizophrenie oder Krebs heilen zu können.

Kam Ihnen dieses Versprechen nicht überzogen vor? Damals noch nicht. Ich dachte: Es mag vielleicht Hokusfokus sein, aber wenn es hilft, hat es doch seine Daseinsberechtigung. Der Heilpraktiker empfing mich in einem hellen Loft, der mir ungleich reizvoller erschien als die meisten Arztpraxen mit ihren verschrunpelten Grünpflanzen und zerfledderten Zeitschriften im Wartezimmer. Er war herzlich und zugewandt und interessierte sich für alles, was ich sagte. Er schob mich auch nicht gleich in die Psychoecke, sondern machte mir Hoffnung auf baldige Besserung. Ich fühlte mich total ernst genommen. Seine esoterischen Erklärungen von der «korrekten energetischen Polarität», die meinen Organismus von allen Leiden befreien werde, nahm ich deshalb einfach hin, wie einen Spleen.

Und, hats genützt?

Ich habe mit der Klopferei keine einzige Panikattacke in den Griff bekommen. Aber es war zumindest ein Anfang, und ich dachte, mit der Zeit klappt es vielleicht besser. Die schöne Praxis und der nette Heilpraktiker beeindruckten mich, sodass ich auf die Idee kam, ich könnte doch auch etwas Ähnliches machen. Mit einer Heilpraktikerausbildung, so mein Plan, würde ich erst einmal mich und meinen Körper besser kennen lernen, käme in den Genuss von Therapien und könnte am Ende zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen: Ich wäre geheilt, und ich hätte einen Beruf. Rückblickend erscheint mir das sehr naiv.

Wann kamen Ihnen die ersten Zweifel?

Während meiner zweijährigen Ausbildung an der Berliner Paracelsus-Schule wurde ganz massiv Impfangst geschürt. Das konnte ich überhaupt nicht nachvollziehen. Es hiess auch, Heilpraktiker verfügten über Wahrheiten, vor denen die meisten Menschen die Augen verschliessen, deshalb sei es unsere Aufgabe, «aufklärerisch» tätig zu sein. Die Medizinseiten der grossen Tageszeitungen und Magazine seien schliesslich alleamt von der Pharmaindustrie unterwandert. Das

brachte mich schon stark ins Grübeln. Ich hatte in meinem Freundeskreis etliche Journalisten, und keiner von ihnen machte auf mich den Eindruck, Teil einer Verschwörung zu sein. Am meisten beunruhigten mich jedoch die Grenzüberschreitungen, die ich in den Seminaren immer wieder erlebte.

Was für Grenzüberschreitungen?

Ein Kinesiologiedozent versicherte einer Nussallergikerin, ihre Allergie sei nach einer einzigen Sitzung «gelöscht» und sie könne nun unbesorgt Nüsse essen. Ein anderer Therapeut riet Krebspatienten von der Chemotherapie ab und empfahl stattdessen eine spezielle Diät, um den Krebs «auszuhungern». Ein Neuraltherapeut stach eine zwanzig Zentimeter lange Hohl-nadel tief in den Bauch einer Mitstudentin. Als ein Kommilitone darauf hinwies, dass derartige Eingriffe nur Ärzten gestattet seien und unter Ultraschallkontrolle durchgeführt werden müssten, piff der Heilpraktiker auf die Ärzteschaft und sagte, wer sich in Anatomie auskenne, brauche kein Ultraschallgerät. Damit ermunterte er uns nicht nur zum Gesetzesbruch, er hätte auch leicht ein lebenswichtiges Organ verletzen können.

Gibt es ein Kontrollgremium, das die Arbeit der Heilpraktiker überwacht?

Eben nicht. Als ich das herausfand, wurde ich immer fassungsloser. Man muss in Deutschland bloss einen Multiple-Choice-Test ablegen, in dem eine Menge schulmedizinisches Wissen abgefragt wird. Doch ob der Heilpraktiker die Methode überhaupt beherrscht, die er anwendet, muss er nirgendwo beweisen. In der Schweiz sind die Regeln teilweise noch liberaler (*siehe Informationen auf Seite 66*).

Die Alternativmedizin gilt als «sanft», «ganzheitlich» oder «natürlich», im Unterschied zur «technokratischen», «unpersönlichen» Schulmedizin. Zu Recht? Leider nein. Je mehr ich recherchierte, desto deutlicher erkannte ich, dass ein Grossteil der naturheilkundlichen Verfahren der historischen Schulmedizin entstammt, die äusserst rabiat war. Bis ins 18. und 19. Jahrhundert traktierten die Ärzte ihre Patienten mit schmerzhaften Torturen und giftigen Substanzen. Der Aderlass – auf den bis heute mancher Heilpraktiker schwört – raffte die Menschen massenweise dahin. Viele naturheilkundliche Methoden beruhen auf der damaligen Vorstellung, man müsse etwas aus dem Körper «ausleiten», ihn reizen, indem man ihm Schmerz zufügt. Bei der Heilmethode des Baunscheidtierens beispielsweise wird die Haut mit einem furchterregenden Gerät gestichelt. Auf die Wunde schmiert man dann ein Öl und hofft, dass sich das Ganze entzündet. Das ist tiefstes 18. Jahrhundert – und alles andere als sanft.

Ist das nicht ein Extrembeispiel?

Nein, viele Methoden sind schmerzhaft. Selbst Schröpfen tut ganz schön weh, und wenn man beim Chiropraktiker war, fühlt man sich danach manchmal, als hätte man sich alle Knochen gebrochen. Auch abführen

und den Darm spülen ist rabiät, ebenso wie viele Diäten. Warum durchschauen wir nicht, dass die meisten dieser Methoden einer Zeit entstammen, von der man Ende des 19. Jahrhunderts glaubte, sie endlich überwunden zu haben? In dieser finsternen Ära erhöhte es tatsächlich die Überlebenschancen, wenn man zum Homöopathen ging statt zum Arzt. Daher wohl der gute Ruf der Homöopathie.

Sie halten die Naturheilkunde für rückständig?
Allerdings. Paradoxerweise wird der Schulmedizin ja immer vorgehalten, sie sei rückständig und orthodox. In Wahrheit ist es genau umgekehrt.

Warum glorifizieren wir das Alte und Traditionelle denn so sehr?

Reine Mythenbildung. Man hinterfragt es nicht. Es heisst immer, das haben schon die Naturvölker so gemacht. Nur, was soll daran so toll sein? Damals sind die Menschen dreissig Jahre alt geworden, ein grosser Teil der Kinder starb schon im ersten Lebensjahr. Unsere Vorfahren haben sich der Naturheilkunde nicht bedient, weil sie so ausgezeichnet funktionierte. Sondern weil es schlicht nichts Wirkungsvolleres gab.

Irgendwas muss die Komplementärmedizin aber richtig machen, sonst hätte sie nicht solchen Zulauf.

Sie macht das Allerwichtigste richtig: Sie widmet sich dem Patienten. Der Heilpraktiker oder Naturarzt hört zu, ist neugierig, fragt auch vieles, das auf den ersten Blick nebensächlich wirkt. Im Gegensatz zu den Ärzten

scheint er alle Zeit der Welt zu haben. Vor allem aber vermittelt er einem Hoffnung und Zuversicht. Das ist unglaublich wohltuend. Zudem ist seine Praxis in der Regel ein warm ausgeleuchteter, dezent eingerichteter Wohlfühlort. Hier ein Buddha, da eine Sammlung Edelsteine, an den Wänden Morgendunst über fernöstlichen Gewässern oder konfuzianische Weisheiten. Hier fühlt man sich wohl und ernst genommen statt eingeschüchtert und übergangen. Das kann ich sehr gut nachvollziehen. Deshalb möchte ich auch niemandem seinen Heilpraktiker wegnehmen, sondern bloss auf die Gefahren und die Widersprüche aufmerksam machen.

Sie haben die wichtigsten Heilmethoden einem wissenschaftlichen Faktencheck unterzogen. Wie sind Sie dabei vorgegangen?

Zwei Jahre lang habe ich mich in die Fachliteratur vertieft, in Internetportalen, Foren und Datenbanken recherchiert und mit Medizinern, Biochemikern und Physikern gesprochen. Zuallererst musste ich lernen, wie man die Qualität von wissenschaftlichen Studien bewertet. Es gibt ein sehr renommiertes, von der Pharmaindustrie unabhängiges Netzwerk aus Medizinern und Wissenschaftlern, das bei Studien und wissenschaftlichen Publikationen die Spreu vom Weizen trennt: die Cochrane Collaboration. An ihre Veröffentlichungen habe ich mich gehalten, denn sie gelten international als Qualitätsstandard in der Gesundheitsversorgung.

Zu welchen Schlüssen sind Sie gekommen?

Gut belegt ist die Wirksamkeit von Entspannungsmethoden wie dem autogenen Training oder der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson, von gewissen Atemtherapien, Biofeedback, Hypnose, Bewegungstechniken wie Qi Gong, Tai Chi, Yoga oder Alexander-technik. Alles, was mit Berührung und Massage zu tun hat, bewirkt im Körper nachweislich biochemische Prozesse, die sich günstig auswirken. Akupunktur nützt offenbar bei Spannungskopfweg und Nackenverspannungen, wobei es verblüffenderweise egal ist, ob Sie die Nadeln in die klassischen Akupunkturpunkte setzen oder ganz woandershin. Das wären dann aber auch schon die guten Nachrichten.

Für alle anderen Methoden fehlt der Wirksamkeitsnachweis?

Ja. Viele Therapien wie etwa Bachblüten oder Schüssler-salze nützen zwar nichts, richten aber auch keinen Schaden an. Aufpassen sollte man bei chiropraktischen Eingriffen an der Halswirbelsäule, die lebensgefährliche Schlaganfälle verursachen können. Auch die Kräutermixturen und Präparate der Traditionellen Chinesischen Medizin können gefährlich sein, weil sie zum Teil hochtoxisch mit Pestiziden und Quecksilber belastet sind.

Wie sieht es mit der Homöopathie aus, die in der Schweiz einen sehr hohen Stellenwert hat?

Da ist die Studienlage glasklar: Globuli haben keinerlei Wirkung, die über den Placeboeffekt hinausgeht. Es gibt zwar immer wieder Studien, die das Gegenteil behaupten, doch sie entsprechen nicht den wissen-



Die Checkliste: Ein seriöser Heilpraktiker...

- 1 ... beantwortet bereitwillig Fragen und stellt selber keine Suggestivfragen.
- 2 ... erkundigt sich nach ärztlichen Diagnosen, ohne sie verächtlich zu machen.
- 3 ... erstellt seine Diagnosen nicht mit erwiesenermassen untauglichen Mitteln wie Irisdiagnostik, Kinesiologie, Pendeln, Bioresonanz, Aura- oder Kirlianfotografie, unüblichen Labortests, Zungen-diagnostik u. v. m.
- 4 ... rät nicht von ärztlich verordneten Medikamenten und Impfungen ab.
- 5 ... führt keine weltanschaulichen Diskussionen.
- 6 ... führt keine Manipulationen an der Halswirbelsäule durch.
- 7 ... verfügt über eine Schulung in lebensrettenden Sofortmassnahmen.
- 8 ... erstellt einen Behandlungsplan, dokumentiert die Behandlung und begründet sein Vorgehen.
- 9 ... gibt kein Heilungsversprechen.
- 10 ... verweist den Patienten an einen Arzt, wenn sich die Symptome nicht bessern oder sich verschlimmern.

Quelle: «Unheilpraktiker»

“Wer eine ernsthafte Krankheit hat, spielt im Extremfall mit seinem Leben, wenn er zum Homöopathen geht”

schaftlichen Qualitätskriterien und werden deshalb auch nicht in renommierten Fachpublikationen veröffentlicht.

Viele Patienten sind aber doch überzeugt, dass ihnen tatsächlich geholfen wurde.

Das liegt nicht nur am Placeboeffekt, der übrigens je nach genetischer Disposition unterschiedlich stark ausgelöst wird. Sondern vor allem an der Zuwendung und Aufmerksamkeit, die der Homöopath dem Patienten schenkt. Auf Menschen, denen es schlecht geht, hat das einen enormen Einfluss. Bei achtzig Prozent aller nicht bösartigen und nicht schwer infektiösen Krankheiten bilden sich die Symptome allerdings von ganz allein zurück – weil es die ominösen Selbstheilungskräfte, die von Heilpraktikern so mystifiziert werden, eben tatsächlich gibt: in Form des Immunsystems und verschiedener Reparatursysteme des Körpers. Das interpretiert man dann als Heilerfolg des Homöopathen.

Kann man die Selbstheilungskräfte anregen?

Nein, das Immunsystem lässt sich nicht triggern, das hat mir ein Berliner Immunologe bestätigt. Vorausgesetzt, man gönnt sich genügend Schlaf und Bewegung sowie eine ausgewogene Mischkost, ist es ganz von allein in Topform. Nicht mal das viel beschworene Echinacea zeigte in Doppelblindstudien signifikante Effekte. Hätte man tatsächlich eine Immunschwäche, wie das der Heilpraktiker gern mal diagnostiziert, läge man mehrmals pro Jahr mit schweren bakteriellen Infekten im Spital.

Ist es nicht zweitrangig, ob sich die Wirksamkeit der Homöopathie wissenschaftlich belegen lässt? Hauptsache ist doch, dass es dem Patienten besser geht.

Kommt darauf an, was der Patient hat. Ich kenne viele Leute, die sagen, dass ihnen Globuli bei Befindlichkeitsstörungen oder psychosomatischen Erkrankungen wie Reizdarm oder Spannungskopfweg ganz gut helfen. Aber ich kenne niemanden, der damit seine Neurodermitis, sein Asthma, Rheuma oder seine Migräne komplett wegbekommen hätte. Wer eine ernsthafte Krankheit hat, spielt im Extremfall mit seinem Leben, wenn er zum Homöopathen geht, vor allem wenn ihm der Heilpraktiker dann auch noch einredet, die schul-

medizinische Behandlung zugunsten einer homöopathischen Therapie abubrechen. Die Nebenwirkung der Homöopathie ist unterlassene Hilfeleistung, sagt die frühere Homöopathin und heutige Homöopathie-Kritikerin Natalie Grams.

Das klingt nun aber sehr dramatisch.

Finden Sie? Ich kenne viele Globulimamis, die ihre Kinder mit allen Mitteln von der Schulmedizin fernhalten wollen. Vor den realen Gefahren scheinen sie jedoch keine Angst zu haben. Eines dieser Kinder landete vor ein paar Monaten auf der Intensivstation, weil es nach wochenlanger Bronchitis, die ausschliesslich mit Globuli behandelt worden war, eine Lungenentzündung bekam. Das Kind hing zwei Wochen lang halb bewusstlos am Tropf.

In der Schweiz gibt es viele Ärzte, die auch Homöopathie anbieten. Wenn die Studienlage tatsächlich so eindeutig ist, müssten es diese Mediziner doch besser wissen.

Das sollte man meinen, doch auch Ärzte glauben immer wieder an wissenschaftlich unhaltbare Theorien. Leider bleibt im Medizinstudium wegen des enormen Lernpensums kaum Zeit für kritisches Hinterfragen. Viele Mediziner machen in ihrer Praxis mit der Homöopathie gute Erfahrungen und führen die Besserung der Beschwerden dann auf die Globuli zurück statt auf plausible Gründe wie den Placeboeffekt. Zudem ist die Homöopathie bei den Patienten beliebt. Die Ärzte wollen sich dieses lukrative Nebengeschäft nicht entgehen lassen, zumal sie den Krankenkassen dafür oft mehr berechnen können als für eine normale Konsultation.

Heilpraktiker sprechen oft von «Schwingungen» oder «gestörten Energiefeldern», die wieder ins Gleichgewicht gebracht werden müssten. Hat die Wissenschaft jemals einen Beleg für die Existenz solcher Energien gefunden?

Nein, nicht mal mit der empfindlichsten Technik. Dabei können wir heute ja sogar Millionen Lichtjahre entfernte Galaxien entdecken oder ultraviolettes Licht sichtbar machen.

Trotzdem lassen sich viele Menschen auf diese Art von magischem Denken ein. Warum?

Die naturwissenschaftliche Bildung ist in der Bevölkerung generell schlecht. Wenn man im Physikunterricht überhaupt mal etwas über Thermodynamik gelernt hat, ist in der Regel nach ein paar Jahren nicht mehr viel davon übrig. Kommt dazu, dass es auch viele Physiker gibt, die auf Humbug abfahren. Viele Methoden wie etwa die Bioresonanztherapie sind ja von Physikern erfunden worden, vielleicht ist das eine Art Déformation professionnelle.

Handelt es sich dabei um eine moderne Art von Wunderglauben?

Vielleicht. Jahrtausendlang haben wir sehr religiös gelebt, und noch immer scheint das irrationale Denken stark in uns angelegt zu sein. Nachdem die Religion als wichtigste Richtschnur weggefallen ist, verspüren viele Menschen eine spirituelle Sehnsucht – die nun von den Heilpraktikern bedient wird. In Krisensituationen, wozu Krankheiten ganz bestimmt gehören, sind wir für solche einfachen Wahrheiten speziell empfänglich. Kinder sprechen übrigens besonders gut auf magisches Denken an. Ich habe meinem Sohn bei harmlosen Durchfällen oder Infekten immer Traubenzucker gegeben, den ich ihm als Zauberbonbons verkaufte. Hat prima geklappt.

Hand aufs Herz, am liebsten würden Sie die Heilpraktiker abschaffen.

Nein, es geht mir überhaupt nicht um eine pauschale Ablehnung der Alternativmedizin. Ich streite auch nicht ab, dass sie heilsame Effekte auslösen kann. Nur muss man benennen, worauf diese Effekte beruhen. Da ist keine Magie im Spiel, da werden auch keine Energiekanäle gereinigt. Sondern da laufen im Körper biochemische Prozesse ab, die wir mit wissenschaftlichen Methoden nachweisen können. Auf das Geheimnistuerische scheint die Alternativmedizin jedoch nicht verzichten zu wollen. «Playing the Mystery Card» nennt der Philosoph Stephen Law diesen Rückzug in die Esoterik, mit dem sich viele Heilpraktiker einen Nimbus von Allwissen und Erhabenheit verleihen. Ich finde: Wenn etwas nach Geschwurbel klingt, sollte man es kritisch hinterfragen. Das ist meine Botschaft.

Von Ihrem Wunsch, selbst Heilpraktikerin zu werden, haben Sie sich nach Ihren Recherchen verabschiedet. Wie ging es denn mit Ihrer eigenen Leidensgeschichte weiter?

Während der Ausbildung hatte ich immer mal kurzfristige Wohlfühleffekte, doch nichts davon half auf Dauer. Die ständige Beschäftigung mit meinen Symptomen hat die Problematik eher verschärft. Auch eine Psychotherapie brachte keinen Durchbruch. Besser wurde es, als ich mir ein Antidepressivum verschreiben liess – um das ich übrigens händeringend betteln musste. Dabei wird ja immer kolportiert, die Ärzte würden uns mit Medikamenten vollpumpen. Nach einem Jahr setzte ich das Antidepressivum ab, weil ich schwanger werden wollte. Seither sind die Symptome wieder da, ich habe allerdings ganz gut gelernt, damit zu leben. •

Anousch Mueller (36) ist Schriftstellerin und Journalistin und lebt mit Mann und Sohn in Berlin. Kürzlich ist ihr Buch «Unheilpraktiker» im Riemann-Verlag erschienen. Für ihren 2013 veröffentlichten Romanerstling «Brandstatt» bekam sie den renommierten Jürgen-Ponto-Preis. Mit einem Auszug des Romans nahm sie auch am Wettlesen des Ingeborg-Bachmann-Preises in Klagenfurt teil.

Heilpraktiker in der Schweiz

Komplementärtherapeuten wie etwa Shiatsu-Masseure, Atemtherapeuten oder Kinesiologinnen können ihren Beruf hierzulande ohne jede Bewilligung ausüben. Etwas strenger geregelt ist die Arbeit der Alternativmediziner (z. B.

Homöopathen, Traditionelle Chinesische oder anthroposophische Mediziner), die Medikamente verschreiben und invasive Methoden anwenden. In 15 Kantonen (etwa im Kanton Zürich) benötigen sie für ihre Arbeit eine Bewilligung, in den restlichen dürfen auch sie ohne Ausbildung und Kontrolle praktizieren. Viele sind jedoch einem der zahlreichen Berufsverbände angeschlossen, die mit der Ausgabe von Zertifikaten für eine gewisse Qualitätskontrolle bürgen wollen. Allein beim Erfahrungsmedizinischen Register Schweiz, der grössten Branchenorganisation, sind über 20 000 Therapeuten registriert.

Das Gesetz schreibt vor, dass die Krankenkassen nur Heilmethoden vergüten, die wirksam, zweckmässig und wirtschaftlich sind. Für viele beliebte Methoden wie etwa die Homöopathie ist dieser Nachweis jedoch nicht erbracht. Deshalb hatte sie der damalige Gesundheitsminister Pascal Couchepin 2005 aus dem Leistungskatalog der Grundversicherung gekippt. 2009 kam es zu einer Volksabstimmung, in der sich Volk und Stände für einen neuen Verfassungsartikel zur Besserstellung der Komplementärmedizin aussprachen. Seit 2012 bezahlt die Grundversicherung deshalb wieder für Leistungen der anthroposophischen Medizin, der TCM, der Homöopathie und der Phytotherapie (Pflanzenheilkunde) – sofern die Behandlung ein Arzt ausführt. Diese vorerst provisorische Lösung soll ab Mai 2017 dauerhaft weitergeführt werden, obwohl der Wirksamkeitsnachweis weiter aussteht.

Zudem hat das Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation im vergangenen Jahr die Höhere Fachprüfung für Komplementärtherapeuten und jene für Naturheilpraktiker genehmigt. Die erste Diplomefeier fand im Frühling 2016 statt. Auf längere Sicht werden die Krankenkassen vermutlich die eidgenössisch diplomierten Therapeuten und Heilpraktiker bevorzugen. Dadurch erhofft man sich einen Professionalisierungsschub in der Branche.



NVS Naturärzte Vereinigung Schweiz
ZH Vorstand
Schützenstrasse 42
9100 Herisau

Bern, 25. Juli 2016

Bericht Alternativmedizin in der Zeitschrift Annabelle

Guten Tag meine Damen und Herren

Durch eine meiner KlientInnen wurde ich auf den Bericht „Heillos“ in der Zeitschrift Annabelle aufmerksam gemacht.

Ich erlaube mir Ihnen den Bericht zu zustellen – vielleicht macht es auch in Ihren Augen Sinn vom Verband aus darauf zu reagieren.

Mit besten Grüßen

Franziska Suter

Beilage Artikel Annabelle 10/16

