

“Die Patientin entscheidet”

Kritische Äusserungen zur Naturheilkunde in einem annabelle-Interview haben bei unseren Leserinnen für Aufregung gesorgt. Warum wird diese Diskussion so heftig geführt? Wir haben Sybille Binder gefragt, die in ihrem Institut Schulmedizin und Naturheilkunde zusammenführt.

Interview: HELENE AECHERLI
Foto: DANIEL VALANCE



Heilmittel in der Balance: Man muss sich nicht für eine Methode entscheiden

annabelle: Kürzlich kritisierte Buchautorin Anousch Mueller («Unheilpraktiker») im Interview mit annabelle den oftmals blinden Glauben an alternative Heilmethoden und löste damit bei vielen Leserinnen Wut und Unverständnis aus. Warum werden Diskussionen über naturheilkundliche Verfahren oft so emotional?
Sybille Binder: Wahrscheinlich, weil es dabei um Glaubensfragen geht.

Ist die Naturheilkunde eine Art Religionsersatz?
Ich denke nicht, dass religiös motivierte Beweggründe oder Ideologien eine Rolle spielen, auch wenn die Naturheilkunde klar naturphilosophisch verankert ist. Es geht eher darum, dass die Patientinnen und Patienten von der naturheilkundlichen Methode, die sie für sich entdeckt haben, sehr überzeugt sind. Wird diese Methode dann kritisiert oder gar lächerlich gemacht, empfindet man das als persönlichen Angriff.

Kritiker alternativer Heilmethoden betrachten viele naturheilkundliche Verfahren als Glaubenssache ohne wissenschaftlich belegte Wirkung. Was sagen Sie dazu?
Hier prallen zwei Weltbilder aufeinander. Dieses Phänomen existiert schon seit der Antike. Damals entstanden unterschiedliche Schulen der Heilkunde: Einige beruhten auf dem Grundsatz, dass nur stimmt, was man sehen und beweisen kann. Sie folgten also einem kausalen, linearen Weltbild. Andere gingen davon aus, dass neben dem rationalen Denken auch Dinge existieren, die wir nicht begreifen können. Mystik und Spiritualität wurden ganz selbstverständlich in deren Lehren mitbezogen. Lange führten beide Schulen eine friedliche

Koexistenz, bis die Naturheilkunde etwa im 18. Jahrhundert zunehmend von der Schulmedizin bekämpft wurde. Dieses Spannungsfeld besteht noch heute.

Trotzdem, Anousch Mueller bezeichnet Praktiken wie die Bioresonanztherapie als puren Aberglauben.
Ich gehe mit ihr einig, dass gerade Allergien nicht durch eine einzelne Bioresonanzbehandlung geheilt werden können. Dafür sind das zu komplexe Erkrankungen. Damit will ich nicht sagen, dass die Bioresonanztherapie nichts taugt. Aber wenn ein Therapeut bei allen Patienten bloss die Überempfindlichkeit auf Milch und Weizen testet, bringt das niemanden weiter.

Kaum eine Heilmethode ist so umstritten wie die Homöopathie. Die einen schwören darauf, andere sagen, im besten Fall wirke der Placeboeffekt. Ihre Meinung?

Die Diskussion um die Homöopathie ist extrem emotionalisiert. Es gibt viele Leute, die darauf beharren, dass man ein Problem nur mit Homöopathie lösen könne und alles andere als wertlos abtun. Das ist Humbug. Denn auch die Homöopathie ist nur eine Methode von vielen. Und ehrlich gesagt wissen wir noch nicht genau, wie homöopathische Mittel überhaupt wirken. Vielleicht haben sie tatsächlich nur einen Placeboeffekt. Aber wenn sich der Patient innerlich auf die positive Wirkung des homöopathischen Mittels einlässt, tritt womöglich eine Verbesserung seiner Symptome oder gar eine Heilung ein. Überraschende Genesungsprozesse gibt es immer wieder. Bei schweren, ernsthaften Krankheitsbildern kann es jedoch gefährlich sein, sie nur homöopathisch zu behandeln.

“Naturheilkunde kann bei chronischen Krankheiten oder unspezifischen Symptomen gute Resultate erzielen, das habe ich im Spitalalltag immer wieder erfahren”

Viele kritisieren, dass homöopathische Behandlungen künftig von der Grundversicherung übernommen werden sollen.

Die Kosten für naturheilkundliche Therapien machen einige wenige Prozente der Gesamtkosten im Gesundheitswesen aus. Das Teuerste ist noch immer die Spitzenmedizin.

In den letzten Jahrzehnten soll in der Naturheilkunde viel geforscht worden sein. Worüber?

Ein Beispiel: Noch vor dreissig Jahren lernte ich während meiner Ausbildung zur Ernährungsberaterin – einer Ausbildung nach schulmedizinischen Richtlinien –, dass es zwischen Ernährung und rheumatischen Erkrankungen keinen Zusammenhang gebe, obwohl Heilkundige dies jahrhundertlang hartnäckig vertreten hatten. Inzwischen haben unabhängige Studien belegt, dass diese Zusammenhänge sehr wohl existieren.

Das von Ihnen gegründete Institut für Integrative Naturheilkunde kombiniert Naturheilkunde mit Schulmedizin. Warum dieser Schulterschluss?

Die Schulmedizin ist hervorragend im akuten Bereich, also, wenn es etwa darum geht, eine Lungenentzündung oder Bronchitis zu behandeln, Tumore zu stoppen oder Schwerverletzte zu rehabilitieren. Die Naturheilkunde kann bei chronischen Krankheiten oder unspezifischen Symptomen gute Resultate erzielen, das habe ich im Spitalalltag immer wieder erfahren. Da liegt es nahe, dass wir zusammenarbeiten.

Wie hoch ist denn heute die gegenseitige Akzeptanz von Schulmedizin und Naturheilkunde?

Nachdem ich im Jahr 2000 die Schule übernommen hatte, nahm ich an einem Treffen zum Thema «Die Zukunft der Komplementärmedizin in der Schweiz» teil und erschrak. Einige der älteren Heilpraktiker wetteten gegen Ärzte und sagten: «Wir machen das ohne Schulmedizin!» Wenn es etwa um Krebserkrankungen geht, ist das nicht nur Blödsinn, sondern lebensgefährlich.

Solche Heilpraktiker gibt es noch immer. Vereinzelt bestimmt. Trotzdem hat sich die Branche stark professionalisiert. Ich beobachte, dass die Akzeptanz auf beiden Seiten steigt, doch gleichzeitig verschärfen sich die Fronten. Dies hat einerseits damit zu tun, dass es auf beiden Seiten zu wenig Wissen über die Sicht- und Denkweise der anderen gibt; andererseits geht es schlicht um Besitzstandswahrung. Aber unabhängig von diesen Grabenkämpfen ist es die Patientin, die entscheidet, welchen Weg sie beschreiten will.

Ist es nicht fahrlässig, solche Entscheidungen dem Patienten zu überlassen?

Nein. Wir müssen anerkennen, dass der Patient mündig ist und über sich selbst bestimmt. Ärzte können zwar sagen, was sie wissen, aber sie können keinem Patienten vorschreiben, welche Therapie er zu befolgen hat. Ich beobachte, dass viele Patientinnen und Patienten, gerade die jüngeren, vermehrt eine Kombination aus Schulmedizin und Naturheilkunde wünschen.

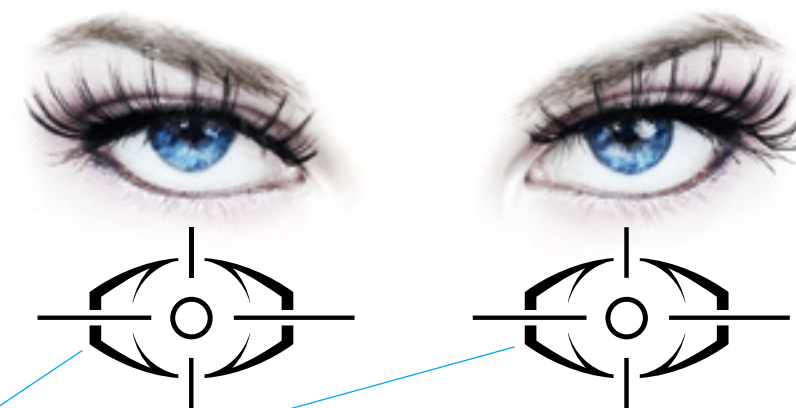
Wie erklären Sie sich dieses Interesse der Jungen? Im Praxisalltag begegne ich vielen jungen Menschen, die die Leidensgeschichte ihrer Eltern miterlebt und erfahren haben, dass die Schulmedizin häufig auch nicht wirklich helfen oder heilen konnte. Zum Beispiel, wenn die Mutter oder der Vater dauernd mehrere Medikamente einnehmen musste, aber trotzdem keine Besserung eintrat. Oder wenn die Nebenwirkungen einer Krebstherapie grösser waren als die dadurch gewonnene Lebensqualität. Zudem sehen wir in der Praxis, dass sogenannte funktionelle Krankheiten zunehmen, das heisst, der Patient leidet an Symptomen, gilt medizinisch aber als gesund. Solche Patienten suchen oft nach alternativen Heilmethoden. Viele Junge möchten mitdenken und mitentscheiden, wenn es um ihre Gesundheit geht, und als gleichberechtigte Partner behandelt werden. Das kann eine positive Auswirkung auf die Behandlung haben, denn etwa fünfzig bis sechzig Prozent des Heilerfolgs gründen in der Wechselwirkung zwischen Therapeut und Patient. Auf diese junge Generation sind viele Schulmediziner nicht vorbereitet.

Die Naturheilkunde gründet auf dem Prinzip der Salutogenese. Das heisst, sie beschäftigt sich weniger mit der Frage, wie eine Krankheit entsteht, sondern wie Gesundheit wieder hergestellt oder erhalten werden kann. Genau. Ich bringe in diesem Zusammenhang stets Beispiele aus der Natur: Die Natur erholt sich immer wieder, selbst nach einem Waldbrand, dieses Gesunden ist eine ihrer Gesetzmässigkeiten. Ähnlich funktioniert der menschliche Körper. Wir müssen nur lernen, den Prozess einer Erkrankung zu erkennen, um jenen der Genesung anzukurbeln.

Wie gehen Sie dabei vor? Es gibt ein Sechsstufenmodell, das von einem Arzt in den Zwanzigerjahren entworfen worden ist. Dieses Modell zeigt auf, wie Krankheitsphasen verlaufen. Man erkennt sie beispielsweise an körperlichen Ausscheidungen wie tränenden Augen, Ausfluss bei Frauen, eitrigen Wunden, Fieber oder einer rinnenden Nase. Diese Ausscheidungen sind eine Folge von Entzündungen, die während eines Heilungsprozesses entstehen. Der Körper versucht, das Kranke über diese Ausscheidungen hinauszuschaffen. Das ist eine normale Reaktion. Doch wie reagieren wir üblicherweise darauf? Wir nehmen Medikamente, um diese Prozesse zu unterdrücken.

Das ist doch nicht falsch. Sie können natürlich Medikamente nehmen, müssen aber damit rechnen, dass der Körper bei häufigem

DAS VIER-AUGEN-PRINZIP. IM NEUEN LEVORG 4x4.



EyeSight
Driver Assist Technology

Der neue Levorg 4x4 jetzt mit EyeSight. Ab Fr. 29'150.-.

Der sportliche Kombi mit 170 PS, Lineartronic-Automatikgetriebe mit Schalt paddles und Manual-Modus, 1.6-Liter-Direkteinspritz-Boxer-Turbomotor und symmetrischem 4x4. Mit Komfortsitzen, Klimaautomatik und Top-Infotainment-System (inkl. DAB+). Jetzt noch sicherer dank EyeSight und Advanced Safety Package*.

EyeSight Fahrerassistenz-System.

- Das einzige mit Stereokamera zur Erfassung von Umgebungsdaten.
- Adaptiver Tempomat.
- Spurhalteassistent mit aktivem Lenkeingriff.
- Spurleitassistent.
- Notbremsassistent.
- Kollisionsschutz- und Anfahrassistent.
- Vom IIHS als sicherstes Crash-Präventionssystem ausgezeichnet.

Advanced Safety Package*.

- Totwinkelwarner.
- Rückfahr-Querverkehrwarner.
- Fernlichtassistent.
- Automatisch abblendender Innenrückspiegel.

Überzeugen Sie sich mit eigenen Augen und allen weiteren Sinnen. Jetzt bei Ihrem Subaru-Vertreter.

DER 4x4 FÜR DIE SCHWEIZ

subaru.ch SUBARU Schweiz AG, 5745 Safenwil, Tel. 062 788 89 00. Subaru-Vertreter: rund 200. multilease.ch. Unverbindliche Preisempfehlung netto, inkl. 8% MWST. Preisänderungen vorbehalten. Durchschnitt aller in der Schweiz verkauften Neuwagenmodelle (markenübergreifend): CO₂ 139 g/km. *Modelle Swiss, Swiss S, Luxury S. Abgebildetes Modell: Levorg 1.6DIT AWD Swiss S, 5-türig, 170 PS, Energieeffizienzklasse F, CO₂ 164 g/km, Verbrauch gesamt 7,1 l/100 km, Fr. 36'700.- (inkl. Metallic-Farbe). Levorg 1.6DIT AWD Advantage, 5-türig, 170 PS, Energieeffizienzklasse F, CO₂ 159 g/km, Verbrauch gesamt 6,9 l/100 km, Fr. 29'150.- (mit Farbe Pure Red).

Wie immer bei Subaru 4x4:
Allradantrieb gratis!

SUBARU
Confidence in Motion

Wiederholen dieser Symptombehandlung die Störung über ein anderes Krankheitsbild ausdrückt.

Was soll man denn Ihrer Meinung nach gegen Ausscheidungen oder Fieber tun?

Man kann pflanzliche Mittel, zum Beispiel Tees, einsetzen, um das Ausleiten von Ausscheidungen und das Immunsystem zu unterstützen. Mit Fieber versucht der Körper, Giftstoffe durch einen Temperaturanstieg zu verbrennen, deshalb sollte man bei Fieber Bettruhe einhalten. Bei starkem Fieber helfen noch immer Essigsocken und kalte Umschläge.

Diese Methoden sind umstritten. Gerade hohes Fieber ist eine Belastung für den Körper, und Ausscheidungen können auch bakterielle Ursachen haben. Diese Symptome kann man nicht einfach sich selbst überlassen.

Richtig. Hohes Fieber über vierzig Grad kann vor allem im Erwachsenenalter lebensbedrohlich sein. Aber bei erhöhter Temperatur oder bei einem Kind, das eine Krankheit ausbrütet, sollte dieser Prozess nicht unterdrückt werden. Man sollte das Fieber jedoch beobachten und im Risikofall mit Medikamenten behandeln.

Das Sechsstufenmodell zeigt den Krankheitsverlauf bis zum Tumor auf. Der Tumor soll ein letzter Hilferuf des Körpers sein. Das ist doch naiv.

Man kann dieses Modell nicht einfach eins zu eins übersetzen. Ein Tumor hat viele Ursachen und ist ein sehr

komplexes Krankheitsbild. Aber auch ein Tumor ist ein Versuch des Körpers, auf eine Entgleisung aufmerksam zu machen und Heilung anzuregen.

Sie sagen, indem Sie die Schulmedizin und die Naturheilkunde unter ein Dach bringen, antworten Sie auf ein gesellschaftliches Anliegen. Auf welchen Gebieten ergänzen sich die beiden Genres besonders gut?

In der Onkologie zum Beispiel. Fast alle Krebspatienten, die ich begleitet habe, wünschten sich eine ergänzende naturheilkundliche Behandlung – oft auch aus dem Bedürfnis heraus, etwas für sich selbst zu tun. Naturheilkundliche Verfahren können die Krankheit zwar nicht heilen, aber die Lebensqualität verbessern und die Lebensdauer verlängern. Ein weiteres Gebiet sind chronische Entzündungen des Darmsystems sowie Autoimmunerkrankungen wie etwa Morbus Crohn.

Können Sie das mit einem Beispiel illustrieren?

Vor einigen Monaten kam ein junger Mann in die Praxis, der an einer chronisch-entzündlichen Darmerkrankung litt. Er kam zu uns, weil er die Medikamente schlecht vertrug. Während des ersten Gesprächs ist mir aufgefallen, dass er seinen Kiefer verkrampft hin- und herschob. Ich fragte ihn, ob ihm dies bewusst sei. Er verneinte. Dann sah ich, dass er nicht in den Bauch, sondern in die Brust atmete, was den Organismus zusätzlich verkrampfte. Morbus-Crohn-Betroffene stehen

oft unter Spannung und Stress, fordern viel mehr von sich, als der Körper ertragen kann. Der Patient lernt jetzt, bewusster mit sich umzugehen. Er macht eine Atemtherapie, hat seine Ernährung umgestellt, gleichzeitig ist er noch immer beim Gastroenterologen.

Ein Teil der Patienten hat den Wunsch, die schulmedizinischen Massnahmen so stark zu reduzieren wie möglich und ganz auf die Naturheilkunde zu setzen. Wie finden Sie heraus, inwieweit dies vertretbar ist?

In Absprache mit dem behandelnden Arzt. Denn nur auf der Naturheilkunde zu beharren, kann nach hinten losgehen. Zudem muss der Patient einige Zeit entzündungs- und schmerzfrei sein. Wir setzen Medikamente nicht einfach ab, sondern reduzieren die Menge langsam und beobachten, wie der Körper reagiert. Der Patient arbeitet und entscheidet aktiv an diesem Prozess mit. •



Sybille Binder (52) ist diplomierte Ernährungsberaterin und Vitalstofftherapeutin. Sie hat sieben Jahre in Kliniken gearbeitet, war Dozentin an Fachhochschulen und engagiert sich seit über dreissig Jahren für die Entwicklung einer integrativen Medizin. Seit 2000 ist sie Geschäftsführerin des Instituts für Integrative Naturheilkunde in Zürich (NHK). Im Mai 2016 erhielt es die Akkreditierung als Ausbildungsstätte für Naturheilpraktiker bei der Organisation der Arbeitswelt Alternativmedizin Schweiz (O&A AM). Die NHK bietet einen vierjährigen, berufs begleitenden Lehrgang in Traditioneller Europäischer Naturheilkunde mit eidgenössischem Diplom an. nhk.ch

Chiropraktoren sind keine Heilpraktiker

In annabelle 10/16 erschien ein Interview mit der deutschen Autorin Anousch Mueller, die sich kritisch mit der Alternativmedizin auseinandersetzte. Auch die Chiropraktik wurde darin kurz erwähnt. Chiro Suisse, der Verband der Schweizer Chiropraktorinnen und Chiropraktoren, legt Wert auf die Feststellung, dass die Ausbildung in der Schweiz völlig anders geregelt ist als in Deutschland. Chiropraktoren studieren hierzulande sechs Jahre Humanmedizin und Chiropraktik an der Universität Zürich. Auf das Grundstudium folgt eine zwei- bis dreijährige Assistenz- und Weiterbildungszeit, deren Abschluss zur selbstständigen Praxistätigkeit berechtigt. Chiropraktoren dürfen in der Schweiz rezeptpflichtige Medikamente verschreiben, Röntgen- oder Laboruntersuchungen anordnen und ihre Patienten an Spezialisten überweisen. Anders als in Deutschland sind sie deshalb keine Heilpraktiker, sondern universitär ausgebildete Fachkräfte für Beschwerden rund um den Bewegungsapparat.

ONLINE Interview mit Anousch Mueller aus annabelle 10/16: annabelle.ch/heillos

Das schlaue Sandwich für:
Franziskas Lesehunger.

Voll Korn, voll schlau.

ORIGINAL **DAR-VIDA** Sandwich
APRIKOSEN & JOGHURT
ARRICOTS & YOGURT

NISSAN
Innovation that excites

ANGEBOTE, HEISSER ALS DER SOMMER.

NISSAN MICRA
JETZT AB **FR. 9990.-¹**

NISSAN NOTE
JETZT AB **FR. 12 950.-²**

nissan.ch

Abgebildete Fahrzeuge: NISSAN MICRA TEKNA, 1.2 DIG-S, 98 PS (72 kW), 4.3 l/100 km, 99 g CO₂/km, Energieeff.-Kat. B, Katalogpreis Fr. 19 520.-. NISSAN NOTE TEKNA, 1.2 DIG-S, 98 PS (72 kW), 4.3 l/100 km, 99 g CO₂/km, Energieeff.-Kat. B, Katalogpreis Fr. 22 435.-. ¹ oder in der Schweiz verkauften Neuwagen: 139 g/km. Beworbene Fahrzeuge: NISSAN MICRA VISIA, 1.2, 80 PS (59 kW), 5.0 l/100 km, 115 g CO₂/km, Energieeff.-Kat. D, Katalogpreis Fr. 11 490.-, abzgl. NISSAN Top-Bonus Fr. 1500.-, Nettopreis Fr. 9990.-, Anzahlung Fr. 2498.-, 48 mtl. Leasingraten à Fr. 99.-. NISSAN NOTE VISIA, 1.2, 80 PS (59 kW), 4.7 l/100 km, 109 g CO₂/km, Energieeff.-Kat. C, Katalogpreis Fr. 14 550.-, abzgl. NISSAN Top-Bonus Fr. 1600.-, Nettopreis Fr. 12 950.-, Anzahlung Fr. 3238.-, 48 mtl. Leasingraten à Fr. 119.-. ² Es gelten die Leasingkonditionen der RCI Finance SA, 8902 Urdorf. Km-Leistung/Jahr: 10 000 km. Ratschutzversicherung inklusive. Obligatorische Vollkaskoversicherung für Leasingvertrag nicht inbegriffen. Effekt. Jahreszins 3.97%. Eine Kreditvergabe ist verboten, falls sie zur Überschuldung der Kunden führt. Angebot gilt bei Kundenbestellungen vom 01.07.2016-30.09.2016 und Immatrikulation bis 30.09.2016. NISSAN SWITZERLAND, NISSAN CENTER EUROPE GMBH, Postfach, 8902 Urdorf.

3.9%
LEASING³