

Zuhören: Der Mensch hinter dem Symptom

Warum Zuhören wichtiger ist als reden | Jürgen Lueger

Noch nie war die Medizin so weit wie heute: mit umfangreicher, bildgebender Diagnostik und hochtechnisierten Verfahren. Nahezu alles ist beim tiefen Blick in den Körper im Detail erkennbar. Ein Segen – zweifelsfrei. Etwas aus dem therapeutischen Blick und dem Fokus rückt dabei oftmals der Mensch, der hinter dem Symptom beziehungsweise der Krankheit steckt. Das Zuhören und das Berühren des Patienten sind dabei der betriebswirtschaftlichen Wichtigkeit der Zeit zum Opfer gefallen. Zahlreiche Menschen sind damit unglücklich. Kurze Sprechzeiten bei den behandelnden Ärzten, schnelles Überweisen an Fachärzte oder zu bildgebenden Verfahren oder das Verordnen eines Medikaments zum Unterdrücken der vorherrschenden Befindlichkeitsstörung dominieren die Tagesordnung. Sieht so eine gute Diagnostik oder Behandlung aus?

Am Anfang jeder erfolgreichen Behandlung steht immer die Diagnose der Ursachen für die vorherrschenden Beschwerden. Denn nur sie ist die 100 prozentige Grundlage für die sinnstiftende Behandlung. Hier stellt sich die Frage: Wie kommt der Behandler zu dieser?

80 Prozent der Diagnose macht das Gespräch aus, die sogenannten Anamnese. War diese „Bestandsaufnahme“ vor Jahren noch abrechenbar bei gesetzlich Versicherten, so ist das nun seit vielen Jahren nicht mehr möglich. Schnell und ziel führend muss es heute geschehen, das Diagnostizieren von Krankheiten und das Behandeln von Menschen. Nach dieser Anamnese folgt die körperliche Untersuchung, die ungefähr 15 Prozent zur Diagnose-Findung beiträgt. Die restlichen fünf Prozent sind dann die so hoch (ein)geschätzte bildgebende Diagnostik wie Magnetresonanztomographie (MRT), Computertomographie (CT) oder beispielsweise das Röntgen.

Anamnese in wenigen Minuten?

Das aktive Zuhören kommt bei vielen Ärzten und Therapeuten im stressigen Berufsalltag oft zu kurz. Die Patienten beklagen



Eine gründliche Anamnese beruht nicht nur auf einer körperlichen Untersuchung, sondern auch auf dem, was der Patient seinem Therapeuten sagt. Aktives Zuhören kann bei der Diagnosefindung eine wichtige Unterstützung sein.

Foto: Fotolia – Alexander Rath

gen häufig, dass sie in ihren bisherigen Arztgesprächen so gut wie gar nicht zu Wort gekommen wären. Dabei ist doch gerade bei der Anamnese das Zuhören ein wesentlicher Aspekt.

Aktiv zuhören zu können, ist auch eine Gabe, über die jeder Therapeut verfügen sollte. Denn wer seinem Gegenüber zuhört, der erfährt mehr von ihm und kann somit auch besser beurteilen, was ihn beschäftigt oder was die Beschwerden ursächlich auslöst. Dabei ist es zwingend erforderlich, dass der Patient als Gesprächspartner auf Augenhöhe wahrgenommen wird.

Zuhören ist ebenfalls eine Form der Zuwendung. Diese Zuwendung sollte mit intensivem Blickkontakt und einer offenen Körpersprache verstärkt werden. Wird der Patient dann noch mehrfach mit seinem Namen angesprochen und per Kopfnicken bestätigt, dann besteht eine gute Chance auf Vertrauensbildung – was für beide Seiten extrem wichtig ist.

Ohren auf!

Das Zuhören hat viele positive Effekte. Jeder Mensch hat das Grundbedürfnis nach Anerkennung, das heißt, das Zuhören hat

hier nicht nur einen wichtigen Effekt für die Anamnese, sondern auch einen psychologischen Aspekt, weil es dem Erzähler gut tut. Der Patient merkt und spürt, dass sich der Therapeut ernsthaft mit der Schwierigkeit auseinandersetzt. Er fühlt sich ernst genommen und wertgeschätzt.

Das ist sehr wichtig, da ein intensives Patienten-Arzt-Gespräch die beste Basis dafür ist, dass der Therapeut erfährt, was er für eine erfolgreiche Behandlung wissen muss.

Heilen und Behandeln

Ist Heilen eine verlorene Kunst? Nein, sicher nicht in Gänze, doch an vielen Stellen ist das Zuhören und Verstehen bereits verschwunden.

Behandeln und Heilen sind zweierlei. Das Behandeln bezieht sich auf ein schlecht funktionierendes Organsystem und das Heilen auf einen leidenden Menschen. So sieht es auch der bekannte amerikanische Kardiologe Dr. med. Bernard Lown. Mit seinem Buch „Die verlorene Kunst des Heilens: eine Anleitung zum Umdenken“ hat er sich intensiv mit diesem Thema befasst und damit ein Standardwerk für alle Men-

schen geschaffen, die im medizinischen Bereich tätig sind oder sich dafür interessieren.

Was ist Heilen und wie kann Heilung geschehen?

Lown hat dazu vor vielen Jahren etwas sehr Interessantes gesagt: „Ich kenne nur wenige Heilmittel, die mächtiger sind als ein sorgsam gewähltes Wort.“

Heilen ist nicht klar definiert – es gibt dafür sogar mehrere Definitionen. Zum einen heilt der Behandler tatsächlich, wenn er beispielsweise den Blinddarmdurchbruch operiert und damit das Leben des Menschen rettet. Zum anderen heilt ein aufgeschlagenes Knie von selbst ohne dass ein Arzt oder Therapeut aktiv eingreifen muss.

Die wichtige Frage, die sich stellt: Wie viele Patienten benötigen überhaupt den kompletten Gesundheitsapparat mit der aufwendigen Medizintechnik? Das Problem dabei ist mittlerweile, dass medizinische Maschinerie einen deutlich größeren Stellenwert hat, als das Behandeln von kranken Menschen. Der Mensch spürt das natürlich und es kommt zu einem Gefühl des Defizits und der Unsicherheit.

Es ist sicher so, dass in vielen Krankheitsfällen die Fachkompetenz eines Experten sinnvoll und wichtig ist. Doch das Ergebnis dieser Behandlung ist nur dann auch hilfreich, wenn es in den gesamten Therapieplan für den Patienten integriert werden kann. Vielfach führt das leider auch dazu, dass die Technologie vorrangig ist und der Patient nur mehr an zweiter Stelle kommt. Man könnte auch sagen, dass die immer schneller fortschreitende Technifizierung zu vermehrter Entfremdung zwischen Therapeuten und Patienten führt. Die heutige Medizin ist ohne Technik nicht mehr denkbar.

Apparativ-technische Eingriffe zu Beginn oder am Ende des Lebens oder natürlich auch in kritischen Lebenssituationen üben eine große Faszination aus und werden von der Mehrheit unterstützt und grundsätzlich nicht in Frage gestellt. Das liegt auch darin begründet, dass die Medizintechnik sich laufend weiter entwickelt und auch als richtiger, dynamischer Prozess zu verstehen ist. Bildgebende Verfahren versprechen damit vordergründig eine Sicherheit, zu der der Patient – und womöglich auch der Arzt – Zuflucht nehmen kann.

Neben dem wirtschaftlichen Gewinn für Hersteller und Leistungsbringer vermitteln sie eine vermeintliche Absolutheit,

die einen Zweifel unmöglich macht wie beispielsweise die Aussage eines CT-Befundes.

Heilen beginnt mit Zuhören

„Um erfolgreich heilen zu können, muss der Arzt vor allen Dingen zum Zuhören erzogen werden“, sagte Dr. Bernard Lown einst. Laut seiner Aussage führt allein das Aufnahmegespräch mit dem Patienten in etwa zwei Drittel aller Fälle bereits zur richtigen Krankheitsdiagnose.

Wenn dem so ist, warum wird dann diese wichtige Informationsquelle vernachlässigt und ist nicht mehr abzurechnen? Oder wird es einfach nicht mehr gelehrt?

Das Ergebnis im Umgang mit dem Patienten sieht dann oftmals so aus: Arztbrief von Klinik oder Facharzt, mehrere mögliche Diagnosen, viele Medikamente und kein Wort über den Menschen selbst. Verzichtet der Therapeut auf die persönliche Anamnese, dann verliert er die Chance, sich das Vertrauen des Menschen gegenüber zu erwerben. Bernard Lown hat das vor längerer Zeit so formuliert: „Je älter ich werde, umso mehr Zeit lasse ich mir mit meinen Urteilen: je weniger ich mich beeile, umso älter werden meine Patienten“.

Im Buch „Heilen – Energie – Geist“ von Werner H. Ritter und Bernhard Wolf schreiben die Verfasser über die „Ökonomie des Heilens“ unter der Überschrift „Rationalisieren ohne Rationieren“: „Zu einer korrekten Diagnose sind nur in fünf Prozent all die teuren Prozeduren nötig.“ [1]

Fazit

Ich denke, alle Therapeuten täten gut daran, sich selbst zu hinterfragen, ob sie sich der gleichen Prozedur unterziehen würden. Das wäre an vielerlei Stellen besser für die Menschen und würde dem Gesundheitssystem viel Geld sparen, was an anderer Stelle dringend gebraucht würde.

Als konkrete Handlungsempfehlung für Patienten kann Folgendes festgehalten werden: Wenn Sie mit einem gesundheitlichen Problem zu einem Therapeuten gehen, dann schreiben Sie sich vorab eine Liste mit Fragen, die Sie dazu beschäftigen. Legen Sie Wert darauf, dass all diese Fragen vollumfänglich beantwortet werden. Lassen Sie sich alle geplanten Untersuchungen sowie deren Sinnhaftigkeit erklären und etwaige Konsequenzen für die Behandlung genau erklären. ■

Keywords: Gesundheitssystem, Diagnostik, Anamnese

Literaturhinweis

- [1] Werner H. Ritter, Bernhard Wolf, *Heilung – Energie – Geist: Heilung zwischen Wissenschaft, Religion und Geschäft*, Vandenhoeck & Ruprecht
- [2] Dr. med. Bernard Lown, *Die verlorene Kunst des Heilens: Anleitung zum Umdenken*, Suhrkamp Taschenbuch Verlag
- [3] Alfred Lange, *Arzt-Patient-Beziehung: Gelungene Kommunikation fängt mit gutem Zuhören an* Deutsches Ärzteblatt 2007; 104(40)



Jürgen Lueger

Der österreichische Therapeut, Bioenergetiker und Buchautor Jürgen Lueger ist Entwickler der „Symbioceuticals“ Nahrungsergänzungen und der Symbioceuticals-Biofeld-Methode (SBM) für ganzheitliche Gesundheit.

Als Therapeut für Humanenergetik und Holopath unterrichtet er an der Paracelsusschule in Freilassing. Seit 2009 praktiziert er in seiner Naturheilpraxis für Bioenergetik in Salzburg. Jürgen Lueger gründete 2014 die Symbioceuticals Harmonizer GmbH, bei der er als Geschäftsführer tätig ist.

Kontakt:

BIOENERGETIC Jürgen Lueger
Otto-Holzbauer-Straße 1–3
5020 Salzburg, Österreich
office@j-lueger.com
www.j-lueger.com