



Dr. med. Petra Bracht - So geht Gesundheit

Bad Homburg, den 03. März 2016

Sprechstunde, was ist davon geblieben?

Wenn Sie zum Arzt gehen möchten, Sie seine „Sprechstunde“ aufsuchen und mit ihm über Ihre Sorgen, Ängste und Fragen zu Ihrer Gesundheit oder bereits erkannten Krankheiten sprechen, möchten Sie, dass er Ihnen zuhört, Ihnen seine ganze Aufmerksamkeit schenkt und genug Zeit für Sie hat, um ihre Situation zu verstehen. Das ist die Grundlage einer zufriedenen und „gesunden“ Arzt-Patienten-Beziehung. Die ärztliche Aufgabe besteht darin, dem Rat suchenden Patienten zu lehren, wodurch seine Krankheit entstanden ist und aufzuzeigen, wie er seine Gesundheit wiedererlangen kann. Dieser Weg ist oft kein schneller und bedarf einer guten Betreuung. Denn der Kranke kann nur gesund werden, wenn er die Verantwortung für sich und seine Gesundheit übernimmt. Das geht nur, wenn er versteht, weshalb er sich in diesem Zustand befindet.

Die heutige Wirklichkeit ist eine vollkommen andere. Wie schnell ist ein Rezept ausgefüllt oder gesagt, eine Operation sei nötig. Wie viel aufwendiger ist es, den Patienten über die Krankheitsursache und die notwendige Veränderung seiner Lebensweise aufzuklären. Manches Mal habe ich das Gefühl, als hätte meine therapeutische Vorgehensweise keinen Platz mehr in dieser modernen Medizin. Aber für mich ist sie der einzige Weg, Patienten zu behandeln. Unser „innerer Arzt“ kann uns nur durch Symptome wie Befindlichkeitsstörungen, Krankheiten und Schmerzen auf Unordnung in unserer Gesundheit aufmerksam machen. Deshalb verordne ich solche, Symptome unterdrückende Arzneimittel nur in akuten Notfallsituationen und wäge gemeinsam mit meinem Patienten die Notwendigkeit von Operationen ab.

Schon 1880 hat Nietzsche geschrieben: „...die größte Krankheit der Menschen ist aus der Bekämpfung ihrer Krankheiten entstanden, und die anscheinenden Heilmittel haben auf die Dauer Schlimmeres erzeugt, als das, was man mit ihnen beseitigen sollte.“

Die meisten Krankheiten entstehen durch Einflüsse ungünstiger Lebensweisen. So war es immer und wird es auch bleiben. Vor allem ungünstige Ernährung, zu wenig Schlaf, stark eingeschränkte körperliche Bewegung, ständige Anspannung im Beruf, Freundeskreis oder Familie fordern ihren Tribut. Luft, Licht, Harmonie und Zeit für Entspannung finden wir höchstens noch im Urlaub. Doch all das ist Voraussetzung für ein gesundes, geordnetes Leben, das den äußeren Rahmen für die innere gesundheitliche Ordnung gibt. Um dies unseren Patienten zu lehren, müssen wir es selbst praktizieren und in unserem Tun sicher sein. Dies ist nicht immer einfach in dieser gehetzten Zeit. Aber nur dann wird der Hilfesuchende unserem authentischen Rat vertrauen.

Um dieses ärztliche Wissen und Verständnis zu vermitteln, wird genug Zeit benötigt, daher auch SprechSTUNDE. So steht es schon in der Bibel „Am Anfang war das Wort“, das von uns Ärzten achtsam gewählte Wort, welches Hoffnung gibt und Lösungen aufzeichnet.

Ihre

Dr. Petra Bracht