

**Auch wenn beim modernen Menschen
das rationale Denken stark entwickelt ist:
Das Magische ist noch immer Teil von uns.**

Erfahrungsmedizin

Nur fünf von über hundert

Fünf Methoden der Komplementärmedizin werden von der Grundversicherung vergütet. Weitere müssen folgen, soll der Ruf nach mehr Prävention nicht zur Worthülse verkommen. Auch die Politik ist gefordert.

Jürg Lendenmann

Die Medizin ist so alt wie die Menschheit. Die Behandlungen unserer Urahnen standen in Einklang mit den damaligen Krankheitskonzepten und den Vorstellungen von der Welt. Vergessen geht oft, dass das Verständnis von den Ursachen einer Krankheit wie auch die Weltbilder sich von Menschen in zwei voneinander weit entfernten Gebieten stark unterscheiden konnten. Viele «regionalen Prägungen» haben sich erhalten und erschweren bis heute den Dialog zwischen der modernen Schulmedizin und den verschiedenen traditionellen Medizinsystemen wie Ayurveda, Traditionelle Tibetische Medizin und Traditionelle Chinesische Medizin.

Voodoo wirkt auch heute

Die Menschen der Frühzeit hatten ein mythisches und magisches Bewusstsein.

Ihre Heilkundigen, die Schamanen (Männer und Frauen), galten auch als Mittler zwischen «Erde und Himmel». Viele der damaligen Heilerfolge würden heute wohl grösstenteils auf einen Placeboeffekt zurückgeführt.

Auch wenn beim modernen Menschen das rationale Denken stark entwickelt ist: Das Magische ist noch immer Teil von uns. Nicht nur prägt es die ersten Lebensjahre, sondern scheint Nacht für Nacht in den Träumen auf. Wie stark auch bei einem modernen Menschen der Glaube über das magische Bewusstsein wirken kann – positiv wie negativ –, hat Dr. Joe Dispenza in seinem Buch «Du bist das Placebo» aufgezeigt. Menschen, die sich als Opfer eines Fluchs oder Voodoo-Zaubers fühlten oder einer fatalen medizinischen Fehldiagnose, wurden krank oder starben sogar.

«Wer heilt, hat nicht immer recht»

Mit der Evolution des Bewusstseins des Menschen vom mythischen über das magische hin zum rationalen Denken, wandelte sich auch die Medizin. Anfangs vertrauten die Heilenden ihrer Intuition, stützten sich auf Erfahrungen und tauschten diese aus. Bereits im Mittelalter begannen Heilkundige Experimente durchzuführen. Mit neuen Erkenntnissen entstanden auch neue Deutungssysteme. Naturwissenschaften wie die Physik, Chemie, Mikrobiologie... trugen zur Weiterentwicklung der Medizin bei.

Die Fortschritte der Medizin brachten es mit sich, dass viele alte Methoden aus dem Arzneischatz verbannt wurden. Meist zu Recht. Oder würde Sie heute eine Schabmadonna kaufen (siehe HealthPoint 1/20), vom Figürchen Material abschaben und es



上醫醫未病之病
中醫醫欲病之病
下醫醫已病之病

verzehren, weil sie eine wundertätige Wirkung erwarten? Leider verloren im Zuge dieser Säuberung auch über Jahrtausende bewährte und wertvolle traditionelle Methoden und Erfahrungen, die vom «Ausmisten» verschont geblieben waren, an Bedeutung.

Erfahrung hat viele Begriffe

«Erfahrungsmedizin», so der Pschyrembel, «ist die Sammelbezeichnung für Verfahren der praktizierten Medizin, deren Inhalte und Aussagen mehr von (ärztlicher) Erfahrung als von naturwissenschaftlicher Grundlagenforschung und evidenzbasierter Medizin gestützt werden.»

Oft wird der Begriff Erfahrungsmedizin nicht ganz korrekt gleichgesetzt mit *Komplementärmedizin* und mit *Alternativmedizin*, die beide unter dem Begriff CAM (Complementary and alternative medicine) zusammengefasst oder auch als *Traditionelle Medizin* bezeichnet werden. Die Erfahrungsmedizin setzt diagnostische und therapeutische Verfahren ein, die ganz oder zum Teil ausserhalb der klassischen Schulmedizin stehen. Bekannt von den weit über hundert verschiedenen Methoden der CAM sind in Europa u. a. die Pflanzenheilkunde, Naturheilkunde, Massage wie die

Akupunktur, Qigong, Ayurveda und Yoga. Gemäss dem Dachverband Komplementärmedizin Dakomed nutzen bis zu 70 Prozent der Schweizer Bevölkerung die Angebote der Komplementärmedizin. Wie stark die CAM in der Schweiz verwurzelt ist, zeigt auch, dass zum einen Praktizierende einer

Überragende Ärzte verhindern Krankheiten, mittelmässige Ärzte heilen noch nicht ausgebrochene Krankheiten, unbedeutende Ärzte behandeln bestehende Krankheiten.

Sun Simiao, 581-682, chinesischer Arzt

Methode der Komplementärtherapie seit einigen Jahren bei der Organisation der Arbeitswelt KomplementärTherapie und der Organisation der Arbeitswelt Alternativmedizin Schweiz Zertifikate bzw. Diplome erlangen können. Zum anderen werden von drei Stellen Gütesiegel bzw. Qualitätslabels für Therapeutinnen und Therapeuten von alternativen und komplementärmedizinischen Methoden verliehen:

- Schweizerische Stiftung für Komplementärmedizin ASCA (www.asca.ch),
- ErfahrungsMedizinisches Register EMR (www.emr.ch) und
- SPAK für NVS-A-Mitglieder der Naturärzte Vereinigung Schweiz NVS (www.nvs.swiss).

Diese Siegel/Labels werden von der Mehrzahl der Versicherer genutzt, um zu entscheiden, welche Leistungen für erfahrungsmedizinische Behandlungen im Rahmen von privaten Zusatzversicherungen rückerstattet werden.

Politischer Erfolg für (erst) fünf Methoden

Trotz der Akzeptanz vonseiten der Bevölkerung und den Bemühungen verschiedenster Stellen um eine hohe Qualität von CAM-Therapien, werden von der obligatorischen Krankenpflegeversicherung (OKP, Grundversicherung) die Kosten für erst fünf komplementärmedizinische Methoden übernommen: Akupunktur, anthroposophische Medizin, Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), Homöopathie und Phytotherapie (Pflanzenheilkunde). Die seit 2012 anfangs befristete Vergütung wurde per 1. August 2017 neu geregelt. Seither sind die komplementärmedizinischen ärztlichen Leistungen den anderen von der OKP ver-

güteten medizinischen Fachrichtungen gleichgestellt.

Voraussetzung für eine Kostenübernahme ist, dass die Behandlung von einem schulmedizinischen Arzt oder einer schulmedizinischen Ärztin mit entsprechendem Fachausweis durchgeführt wird und dass die Behandlung medizinisch notwendig ist. Zu den medizinisch nicht nötigen Behandlungen gehören auch die präventiven Therapien, die nicht in Artikel 12a – 12e der Krankenpflege-Leistungsverordnung (KLV) aufgelistet sind. Aber auch solche bei Befindlichkeitsstörungen wie beispielsweise Stress.

Vermeiden ist klüger als Kurieren

Stress prägt unsere Zeit. «Stress», so das Bundesamt für Statistik, «wird in der Arbeitswelt immer mehr zur Belastung. Knapp die Hälfte der gestressten Personen fühlen sich bei der Arbeit emotional erschöpft und weisen folglich ein höheres Burn-out-Risiko auf.» Methoden der CAM könn(t)en viel dazu beitragen, schädlichen Stress abzubauen und Folgeerkrankungen zu vermeiden.

Es wäre unklug, auf eine Volksabstimmung zu warten, die mit der Aufnahme von weiteren Methoden wie Ayurveda/ Yoga oder der Traditionellen Tibetischen Medizin in die Grundversicherung den Zugang vieler zu diesem Präventionsschub ermöglichen könnte. Schneller zum Ziel gelangte man, wenn «die Politik» entsprechende Schritte initiieren würde.

Wachsende Evidenz

Dass es bislang nur die erwähnten fünf Methoden in die Grundversicherung geschafft haben, hat verschiedenste Gründe, nicht nur historische. Vertreter der evidenzbasierten Medizin (EBM) führen oft deren mangelnde Studienlage und Evidenz der CAM ins Feld. «Vergessen oder wohlweislich verschwie-

gen wird dabei die Tatsache, dass in der Medizin sehr vieles angewendet wird, von dem der Nutzen nicht evidenzbasiert nachgewiesen ist. Bei fünfzig Prozent von 3000 untersuchten konventionell medizinischen Interventionen ist gemäss einer «Best-Practice»-Datenerhebung von 2018 die Effektivität unklar», schreibt die

Ärztin Gisela Etter in ihrem Gastbeitrag im Tages-Anzeiger vom 20. Januar 2020.

Unter den Methoden der CAM gibt es solche wie Phytotherapie, Akupunktur, Qigong, Hypnose und Yoga, deren Evidenz bereits in vielen Fällen belegt ist. Tendenz stetig steigend. Relativ jung ist die Mind Body

Medicine (MBM), die in Europa erst vor wenigen Jahren Fuss gefasst hat. Durch die Integration von Psyche und Körper strebt sie eine Stärkung der Ressourcen und psychischen Widerstandskraft, aber auch der Eigenverantwortung an.

Die Grundlage der MBM ist die Stressforschung. Dass Anti-Stress-Programme Krankheiten positiv beeinflussen können, ist durch evidenzbasierte Studien belegt. Zu den Interventionsstrategien der MBM zählen u. a. Entspannungstechniken, Meditation, Yoga, Tai-Chi und Qigong.

Placebo? Dazu zählen auch Patientenerwartung, Patient-Arzt-Beziehung, Stressreduktion, Konditionierung ... – unzählige Faktoren, die in der EBM nicht oder kaum gewichtet werden. Placebo ist kein Voodoo. Placebo wirkt nicht nur über vorrationale Bewusstseinszustände. Die Forschung läuft. ●

Vergessen oder wohlweislich verschwiegen wird dabei die Tatsache, dass in der Medizin sehr vieles angewendet wird, von dem der Nutzen nicht evidenzbasiert nachgewiesen ist.

