

Interview

Prof. Dr. med.
 Andreas Michalsen,
 Chefarzt der Abteilung
 Naturheilkunde
 am Immanuel Kranken-
 haus Berlin und
 Inhaber der Stitungs-
 professur für Natur-
 heilkunde der Cha-
 rité-Universitäts-
 medizin Berlin



Das Thema Gesundheit ist seit einiger Zeit sehr populär und beherrscht die Medien querbeet. Viele Menschen wünschen sich aber nicht unbedingt „mehr Lebensjahre“ für später, sondern mehr Gesundheit und Lebensqualität im Hier und Jetzt. Was ist aus Ihrer Sicht der wichtigste Beitrag, den die Naturheilkunde zur Unterstützung einer Lebensstiländerung beitragen kann?

Die Naturheilkunde besticht durch ihre umfassende ganzheitliche Herangehensweise. Es wird nicht nur ein einzelner Aspekt herausgehoben, z. B., dass man sich dreimal die Woche 30 Minuten lang sportlich betätigen sollte, sondern es wird alles zusammengeführt, von Bewegung über Ernährung und Fastentherapie bis hin zu Entspannung und Yoga. Die Klammer bildet schließlich die Ordnungstherapie, die einen grundsätzlichen, wirksamen Ansatz der Lebensordnung verständlich an die Menschen herantreibt. Naturheilkunde ist auch praktisch erlebbar, gerade dies ist der enorme Vorteil der Kneippschen Hydrotherapie, die auch bei leichteren Leiden und Beschwerden im Sinne der Eigenmedikation und Hilfe zur Selbsthilfe einen erfolgreichen ersten Schritt hin zu einer Lebensstiländerung bewirken kann.

Immer mehr Menschen in Deutschland nutzen die sogenannte „sanfte Medizin“. Die Mehrheit der Bevölkerung erwartet also von unserem Gesundheitssystem mehr als nur die Schulmedizin. Warum hinkt unser Gesundheitssystem dennoch dieser Realität hinterher?

Es ist inhaltlich wenig verständlich, warum das Gesundheitssystem und die Strukturen der medizinischen Versorgung die Naturheilkunde kaum berücksichtigen. Sie ist nicht nur in der Bevölkerung sehr beliebt, sondern wissenschaftliche Daten zeigen zunehmend, wie hervorragend sie in Prävention und Therapie ist. Der Nachteil der Naturheilkunde scheint, dass sie nur wenig Unterstützung seitens der Industrie erfährt da sie nicht patentgeschützt ist. Unser heutiges Gesundheitssystem wird deutlich von den Interessen der Medizintechnik

nik und der pharmakologischen Industrie dominiert. Zudem ist eine gewisse, nicht mehr zeitgemäße, Technikverliebt-heit der Entscheidungsträger wahrzunehmen. Meines Erachtens wird es höchste Zeit, dass ein neues Bewusstsein an diese Stelle tritt und wahrgenommen wird, dass eine nachhaltige Gesundheitsförderung die Naturheilkunde viel stärker berücksichtigen sollte.

Wäre die Gleichstellung von Natur- und Schulmedizin nicht sowohl medizinisch als auch ökonomisch sinnvoll? Sollten Versicherte von Krankenkassen nicht ein grundsätzliches Anrecht auf naturheilkundliche Leistungen inklusive der Kneipp-Therapie haben?

Ich bin der absoluten Überzeugung, dass die Gleichstellung von Natur- und Schulmedizin sowohl medizinisch als auch ökonomisch sinnvoll wäre. Notwendig ist hierfür aber eine viel breitere und stärkere Integration der Naturheilkunde und Naturheilmédisin an den Universitäten und medizinischen Ausbildungsstätten. Auf der anderen Seite ist es notwendig, klare Qualitätsstandards für die medizinische Versorgung zu definieren.

Die fehlende Akzeptanz von Seiten der Politik wird hauptsächlich mit dem Mangel an wissenschaftlicher Evidenz begründet. Die weitere Erforschung wäre also unbedingt notwendig, jedoch werden hierfür keine öffentlichen Forschungsmittel bereitgestellt. Sehen Sie einen Ausweg aus diesem Dilemma?

Es ist eine schwierige und bisweilen auch frustrierende Situation. Im Klartext heißt das ja auch, dass der Wille und Wunsch der Bevölkerung weithin von der Politik ignoriert wird. Ich denke daher, dass es notwendig ist, aus der Bevölkerung heraus viel stärker zu artikulieren, dass die Weiterentwicklung der Naturheilkunde endlich auch staatlich gefördert werden muss und einen angemessenen Stellenwert bekommt. Eine solche Graswurzelbewegung wäre vielleicht die wichtigste Maßnahme, um das riesige Potential der Naturheilkunde

besser nutzen und sie zukunftsfähig machen zu können.

Warum ist es so schwierig, Drittmittel-Förderer für spezifische Kneipp-Studien zu finden?

Der Grund liegt darin, dass man Kneipp-Maßnahmen, genauso wie andere Naturheilverfahren, nicht patentieren lassen kann und somit kein entsprechender Profit im Nachgang gesichert ist. Es handelt sich zudem um eine personal- und zeitintensive Medizin mit viel Zuwendung und notwendigem Know-how. All dies macht die Kneipp-Therapie nicht zu einer schnellen Geldquelle. Daher ist es dringend notwendig, dass die Forschung in diesem Bereich staatlich unterstützt wird.

Neben den Angeboten in den rund 600 Kneipp-Vereinen in Deutschland werden die fünf Elemente nach Kneipp darüber hinaus täglich in mehr als 680 von Kneipp-Bund zertifizierten Einrichtungen angewendet, insbesondere in Kitas, Schulen und Senioreneinrichtungen. Sehen Sie in dieser Initiative ein Zukunftsmodell, das einer systematischen wissenschaftlichen Evaluation unterzogen werden sollte?

Auf alle Fälle! Wenn wir den Gedanken der Prävention und der gesundheitsfördernden Lebensstilveränderung konsequent weiterführen und umsetzen wollen, sind Kitas und Schulen die wichtigsten Orte. Gesundheitserziehung, Freude und Spaß an Hydrotherapie, Bewegungstherapie und gesunder Ernährung muss dort ihren Anfang nehmen. Die bestehenden Kneipp-Kitas und zertifizierten Kneipp-Einrichtungen haben eine absolute Vorbildfunktion. Dies gilt genauso für die Senioreneinrichtungen, die bei einer immer älter werdenden Bevölkerung auch eine enorme Bedeutung für die Gesundheit der Bevölkerung erlangen. Wenn die Menschen in Deutschland immer häufiger 90 oder 100 Jahre alt werden, ist es sehr wichtig, dass dieser Zuwachs an Lebensjahren nicht einhergeht mit langer Krankheit oder Pflegebedürftigkeit,

sondern mit Gesundheit. Hier ist der Ansatz von Kneipp ein absolut überzeugendes Konzept.

Zentrales Kneippsches Element ist die Lebensordnung. Aktuelle Zahlen bestätigen eine alarmierende Zunahme an psychischen Erkrankungen, die in den letzten zehn Jahren zu einer Verdoppelung der Krankentage und damit auch zu massiven wirtschaftlichen Ausfallkosten geführt hat. Kann die Ordnungstherapie, oder modern ausgedrückt „Mind-Body-Médisin“, hier Abhilfe schaffen?

Die therapeutischen Möglichkeiten der Ordnungstherapie und der Mind-Body-Médisin sind enorm. Immer mehr Studien belegen die herausragenden medizinischen Effekte von Entspannungsverfahren, Meditation, Tai Chi oder Yoga, um nur einige zu nennen. Aber auch Hydrotherapie und Ernährungstherapie haben antidepressive, angstlösende Effekte. Aus dieser Sicht könnte der Zunahme an psychischen Erkrankungen gerade mit der umfassenden Kneipp-Therapie medizinisch hervorragend begegnet werden.

Der Kneipp-Bund feiert 2021 den 200. Geburtstag von Sebastian Kneipp. 2015 wurde „das Kneippen“ in das Verzeichnis des immateriellen Kulturerbes der Deutschen UNESCO-Kommission aufgenommen. Sind die Kneippschen Naturheilverfahren für Sie „moderne Médisin“?

Nie waren Naturheilverfahren und Kneipp-Therapie moderner als heute, denn diese Verfahren sind medizinisch die beste Antwort auf die zunehmende Epidemie der chronischen, lebensstilbedingten Erkrankungen. Wenn es gelänge diese Verfahren stärker im Gesundheitssystem zu verankern und auf allen Ebenen ein Bewusstsein dafür zu schaffen, wären ein deutliches Plus an Gesundheit, weniger Leiden und weniger Kosten im Gesundheitssystem zu verzeichnen.

Vielen Dank für das Gespräch!