

Integrale Medizin im 21. Jahrhundert

Magazintexte - Spirit

Maria-Anne Gallen sprach mit dem »Renaissance-Menschen« Stefan Brunnhuber

Maria-Anne Gallen lernte Stefan Brunnhuber auf einer seiner weltweiten Erkundungsreisen zeitgenössischer Medizinsysteme kennen: Anlässlich eines psychiatrischen Fachartikels über die Diagnostik »spiritueller Krisen« hatte sie ihm per e-Mail an die in der Zeitschrift angegebene Adresse geschrieben. Seine Antwort kam aus Peking, wo er sich gerade in einem Sabbatical befand. Der spannende Dialog, der sich aus dieser anfänglichen Begegnung entspann, brachte sie auf die Idee, ihn für connection Spirit zum Thema »integrale Medizin« zu interviewen

Stefan, du vertrittst die Auffassung, dass im Zeitalter der Postmoderne, in dem wir uns befinden, in erster Linie Integrationsleistungen in allen gesellschaftlichen Bereichen erbracht werden müssen. Was bedeutet das für die Medizin?

Wir sind jetzt im 21. Jahrhundert in der glücklichen Lage, dass wir zum ersten Mal die Möglichkeit haben, alle Medizinsysteme der Welt, die es gab und zeitgleich gibt, auf einmal betrachten zu können. Diese Situation gab es noch nie. Das ist einmal bedingt durch Technologien wie das Internet, aber auch durch den Wissensstand innerhalb des Wissenschaftsbetriebs.

Wie viele Medizinsysteme unterscheidest du denn?

Mindestens sieben oder acht. Hierzu zählen etwa das westliche biomedizinische Modell, das traditionelle chinesische Modell, die traditionelle arabische Medizin, das traditionelle indische Modell, das

tibetische Modell und auch die europäisch-naturheilkundlichen Verfahren sowie der weltweit vorkommende regionale Schamanismus.

Wenn wir über integrale Medizin sprechen, dann sprechen wir jetzt über alles das. Nichts wird ausgeklammert, weder neurochirurgische Interventionstechniken noch Schamanismus, sonst ist es nicht hinreichend integral.

Das ist eine einmalige Chance. Vor 500 Jahren konnte man im Westen bestenfalls die Signaturenlehre von Paracelsus lernen und Galen und Hippokrates lesen. Du hattest damals keine Möglichkeit, zu verstehen wie das Medizinsystem der Inder funktioniert. Oder das der Chinesen. Wir können jetzt in der Zeit zurückgehend bis acht oder zehn tausend Jahre und zeitgleich alle operierenden Medizinsystemen evaluieren und schauen, was das Beste für eine integrale Medizin aus allen Systemen ist.

□ Foto: Jenny Gallen

Wer soll diese Leistung erbringen?

Die wird auf allen Ebenen vollbracht. Auf der Ebene der Politik, auf der Ebene des Wissenschaftsbetriebs, im konkreten klinischen Alltag sowie in der Lebensstilmodifikation jedes Einzelnen.

Was ist das Besondere an einer integralen Betrachtungsweise?

Integration ist ›connection‹: intelligente, integrale Verbindung des Wichtigsten

Wenn es um integrale Medizin geht, dann kommt jeder von uns in eine Zeugenposition oder, wie Ken Wilber sagt, in eine Helikopter-Position: Man ist nicht mehr mit einem System vollständig identifiziert, sondern befindet sich sozusagen »oberhalb« der gegebenen Alternativen. Wichtig ist dabei, dass man prinzipiell keine der Möglichkeiten ganz ausschließt: Niemand liegt hundert Prozent falsch!

Nur aus dieser Geisteshaltung heraus können wir die Demut für eine faire Auseinandersetzung entwickeln. Wir wissen schlicht zu wenig, und wir benötigen all dieses Wissen in der Behandlung unserer Patienten, alles

andere macht keinen Sinn. Wenn ich sage »Alles schön und gut, aber Homöopathie ist nichts«, dann honoriere und würdige ich dieses Modell und das damit gemachte Erfahrungswissen nicht hinreichend. Das gleiche gilt natürlich auch für das schulmedizinische Ende des Spektrums. Wenn ich sage: »Alles ist super, aber Gentherapie kommt nicht in Frage«, dann integriere ich nicht, sondern desintegriere. Integration ist »connection«: intelligente, integrale Verbindung des Wichtigsten. Eine Integrationsleistung, die, wie so oft und in so vielen Bereichen, auch eine zwischen männlichen und weiblichen Prinzipien darstellt.

Welchen Fehler machen wir, wenn wir – wie du es nennst – »des-integrieren«, also bestehende Möglichkeiten grundsätzlich ausschließen?

Viele Ansätze der esoterischen Szene verwenden den Begriff »integrativ« und setzen das gleich mit dem Einheitserleben im subtil-körperlichen Bereich. In der Psychiatrie hingegen bedeutet »integrativ« die duale Behandlung von Psychotherapie und Psychopharmakologie sowie die Verbindung von Verhaltensmedizin und analytischen Verfahren. Das sind alles wichtige Integrationsleistungen, aber sicher nicht noch nicht alles!

Wenn es um integrale Medizin geht und wir den ganzen Wissensstand der Neurobiologie und Humanmedizin ausklammern und nur das als integral nehmen, was im weitesten Sinne die Alternativmedizin zur Verfügung stellt, dann wird der Begriff von Anfang an viel zu sehr reduziert. Das führt dann zu Symptombildungen in der eigenen Sichtweise wie auch auf der Gegenseite, weil du eben nicht integrierst, sondern dissoziiert (abspaltest), oder projizierst, beispielsweise Vorwürfe formulierst. Die aktuelle Debatte der WHO zum Einsatz von Homöopathie ist ein solches Beispiel.

Desintegration führt zur Symptombildung – kannst du mir diesen Mechanismus bitte genauer erklären?

Das kann man auf einer individuellen und einer systemischen Ebene betrachten. Nehmen wir als Beispiel einen Schulmediziner, der vierzig Jahre seines Lebens damit verbracht hat, ein Chemotherapeutikum für ein bestimmtes Rezeptorprofil zu entwickeln – für ihn wird die Welt innerhalb seines biomedizinischen Modells nun so aussehen und nicht anders. Angenommen, dieser Schulmediziner liest jetzt eine kontrollierte Studie

darüber, dass die Punktion des Blasenmeridians zur Veränderung des Blutflusses in der Okzipitalregion des Gehirns führt, der Sehrinde. Für einen Chinesen ist dies selbstverständlich, weil der Blasenmeridian genau die Region ist, die das Sehen verbessert. Oder nehmen wir an, dieser Schulmediziner hört von wiederholt erfolgreichen Behandlungen von Fieberschüben mit Angina bei Kindern mit dem klassischen Homöopathikum Belladonna. Viele Mütter werden das bestätigen. Ein solcher Schulmediziner kann dann nur zwei Dinge machen: Entweder er kommt in die Helikopterperspektive und erweitert sein Bewusstsein und seinen kritischen Verstand auch für andere Medizinmodelle, oder er dissoziiert, er spaltet etwas ab. Diese Beispiele gibt es natürlich auf beiden Seiten. Beide haben ihre Stärken und Schwächen.

Worin genau besteht denn die erforderliche Integrationsleistung?

Die eigentliche Integrationsleistung liegt in der Auseinandersetzung mit dem Unbekannten, dem Fremden. In der Medizin ist das die Auseinandersetzung der konventionellen mit der komplementären Medizin. Es geht darum, die Ergebnisse beider zu würdigen und sie auf einer metatheoretischen Ebene miteinander zu versöhnen. Das hat Auswirkungen auf unser Menschenbild, auf unser Verständnis von Natur und Gesellschaft, auf die Art, wie wir Politik machen, und auf unser konkretes Zusammenleben. Es gibt noch keine übergreifende Theorie, aber es gibt Fragmente hierzu, etwa in der Epigenetik, der Theorie of Mind (ToM), der Präventionsforschung, der Lebensstilmodifikationen oder der Mind-Body Medizin. Auch hier geht es wieder darum, zu integrieren und zu transzendieren. Das heißt, wir reden im Zusammenhang von integraler Medizin über etwas, das jenseits von herkömmlicher und komplementärer Medizin liegt.

Hier verwendest du plötzlich ein so altmodisches Wort wie »Versöhnung«. Was meinst du damit konkret?

Versöhnung ist an dieser Stelle vielleicht das Wort für eine gelungene Integrationsleistung. Das heißt, man würdigt die Errungenschaften der Schulmedizin, und gleichzeitig ehrt man ein 5000 Jahre altes Wissen wie etwa das der Meridianlehre oder das der Chakrenlehre, das in anderen

Bereichen seine Schwerpunkte hat. Dafür braucht es metatheoretische Aspekte, auf die sich beide ohne Gesichtsverlust und ohne Verlust ihrer Resultate einigen können. Jeder beherrscht sein Terrain, hat aber Probleme, sich auf die Begrifflichkeiten der anderen Seite einzulassen.

Was sind denn deiner Meinung nach die Errungenschaften der Schulmedizin, die man nicht übergehen kann, in einem solchen Aussöhnungsprozess?

»In der Akutbehandlung, der Chirurgie, der Bilddiagnostik und der Labormedizin ist die Schulmedizin unschlagbar«

In der Akutbehandlung, der Chirurgie, der Bilddiagnostik und der Labormedizin ist die Schulmedizin unschlagbar. Es gibt kein anderes Medizinsystem weltweit, das es mit ihr aufnehmen kann. Immer dann, wenn Menschen akut krank sind, ist die westliche Schulmedizin die beste Medizin, die die Menschheitsgeschichte je erreicht hat.

Je chronisch komplexer Krankheiten werden und je stärker funktionelle Aspekte eine Rolle spielen, das heißt je stärker stressassoziierte, milieuspezifische Aspekte und Lebensstilmodifikationen eine Rolle spielen, umso schwächer wird das biomedizinische Modell unserer Schulmedizin, und umso stärker werden komplementärmedizinische Ansätze. Das heißt aber nicht, dass komplementärmedizinische Ansätze nur bei chronischen Krankheiten und die anderen nur bei akuten Erkrankungen angewandt werden sollen. Aber auf dem Kontinuum der Möglichkeiten von Anwendungsformen gibt es diese Schwerpunkte.

Und was ist mit den Fällen, wo der jeweilige Ansatz unbrauchbar ist?

Wenn wir aufgearbeitet haben, was das Beste aus jedem System ist, dann können wir sehen, was uns dieses System als »Schatten« übrig gelassen hat. Damit meine ich, dass jede Perspektive Vorteile hat, aber auch einen Schatten wirft gegenüber dem, was sie nicht sehen kann, so ähnlich wie eine Taschenlampe. Das biomedizinische Modell sieht etwa das Potential der Feinstofflichen und der Alternativmedizin nicht hinreichend, und umgekehrt.

Wahre Freiheit ist doch immer, die Perspektiven wechseln zu können.

Genau! Wilber spricht hier von der All-Perspektivität oder A-Perspektivität. So ist die Dialektik: hinschauen und gleichzeitig Zeuge sein. Diesen Bewusstseinschwerpunkt nennt man komplementär. Da geht es um die Fähigkeit, zwei an sich kausal widersprüchliche, nicht vereinbare Welt-Sichten zu vereinen. Perspektivisch und gleichzeitig nicht-perspektivisch zu sein.

Wenn wir etwa diesen Bereich der Schulmedizin mit seinen Beispielen gewürdigt haben, dann kann man aus der Sicht des Helikopters fragen: Wo sind die Schwächen dieses Systems? Gibt es andere Systeme, die dazu einen ganz anderen Zugang haben? Das führt dazu, dass wir uns zunächst einmal von einer materialistischen Betrachtung verabschieden. Es gibt Systeme, die davon ausgehen, dass körperliche Symptombildungen nicht körperlich, sondern geistig bedingt sind. An dieser Stelle kommt es zum Wechsel von einem materialistischen zu einem nicht-materialistischen Weltbild. Die Interventionen der sogenannten Mind-Body-Ansätze sind Beispiele für solche Wechsel des Weltbilds, die schon recht gut untersucht sind, darunter auch die Mindfulness-based Stress-Reduktion (MBSR).

Gibt es in der konventionellen und der komplementären Medizin miteinander vergleichbare Erkenntnisse?

Das ist in der Tat wohl der spannendste Aspekt integraler Medizin: die Konvergenz einzelner Ergebnisse. So zeigt uns die Diskussion der Epigenetik, wie wichtig milieuspezifische Faktoren/Stressoren sind (etwa Ernährung, Bindungserfahrungen, Bewegung) in der Genexpression. Ein Zusammenhang, den die Komplementärmedizin im Bereich der Prävention seit vielen Jahrtausenden kennt. Sie zeigen, dass wir zu einem viel kleineren Teil als bisher angenommen genetisch determiniert sind.

Oder die Messungen zur Heart-rate Variabilität (HRV), dem Goldstandard der Kardiologie, zeigen, dass sich um den Menschen ein biophysikalisches Feld aufbaut. Mich erinnert das etwa an das subtile Körperschema der Meridiane.

Mit solchen Erkenntnissen fällt das reduktionistische Paradigma der Schulmedizin in gewisser Hinsicht. Das erinnert mich auch an das

komplementäre Wissen um Aura oder bioenergetische Felder. Beide Seiten nutzen unterschiedliche Begriffe, um den Forschungsstand innerhalb ihres Modells hinreichend integrieren zu können, dennoch haben beide Recht.

»Der Mediziner des 21. Jahrhunderts sollte sowohl in konventioneller als auch in Komplementärmedizin ausgebildet sein und eine kontinuierliche spirituelle Praxis pflegen«

Welche Voraussetzungen wird der integrale Mediziner des 21. Jahrhunderts mitbringen müssen?

Er sollte sowohl in konventioneller als auch in Komplementärmedizin ausgebildet sein und eine kontinuierliche spirituelle Praxis pflegen.

Eine eigene spirituelle Praxis des Arztes, was könnte die zur Folge haben?

Sie führt dazu, dass er seine Patienten besser versteht. Er betrachtet sie dann nicht mehr nur auf der ersten Ebene des Krankheitsgeschehens, sondern kann auch die Helikopter-Perspektive einnehmen und auf das Geschehen und die Interaktion als Ganzes fokussieren. Außerdem hat er dann auch ein Verständnis für die dritte Ordnung, wie alles im Heilungsprozess zusammenhängt und wie dadurch auch die Selbstheilungskräfte aktiviert werden.

In der integralen Medizin des 21. Jahrhunderts wird es weniger um Wissen gehen als um Weisheit, weniger um Effektivität als um Meisterschaft, weniger um den Wohlfühlfaktor als um inneren Frieden und schließlich auch weniger um Impact oder Wirkung als um innere Erfüllung.

Das Interview führte Maria-Anne Gallen: www.gallen-praxis.de

Photos: Fotolia.com/C. v. Puttkamer

Stefan Brunnhuber

Ausbildung vor allem in Europa; die Amerikaner nennen ihn einen »Renaissance man«, die asiatischen Buddhisten »JamYang Dorje« (unzerbrechliche Weisheit).

Der gelernte KfZ-Mechaniker studierte dann Medizin, Philosophie und Wirtschaftssoziologie. Dahrendorf-Schüler, Facharzt für Psychiatrie,

langjährige Tätigkeit als Oberarzt an der Universität Würzburg, Stress- und Affektforschung. Seine Schwerpunkte: Psychotraumatologie, chronische Schmerzsyndrome, Komplementärmedizin, Integrative Psychiatrie, Mind-Body-Medizin, Public Health, Gesundheitspolitik. Zahlreiche internationale Gastprofessuren, über 250 Vorträge und Aufsätze. Mitglied der Europäischen Akademie der Wissenschaften und Künste und des Club of Rome, Co-Direktor am Europäischen Institut für Medizin, wissenschaftlicher Berater der EU-Kommission und der WHO. Arbeitet zur Zeit als Oberarzt an den Universitätskliniken Salzburg, in der Psychiatrie II.

Aufenthalt bei den Wüstenvätern, Zen-Retreats in Japan und Europa, Ignatianische Exerzitien, Jakobsweg, Ausbildung in Jung'scher Psychologie, Katholik und Buddhist.

www.stefan-brunnhuber.de

<http://www.connection.de/magazintexte/spirit/integrale-medizin.html>