

Ein Aufschrei gegen den Ärzte-Marathon der chronisch Kranken

Bei einem Drittel der Patienten, die einen Arzt aufsuchen, lassen sich keine organische Ursachen für die Schmerzen finden. Der Irrweg durch Arztpraxen und Kliniken belastet die Betroffenen ebenso wie die Gesundheitskosten. Der Salzburger Psychiater Manfred Stelzig fordert in seinem Buch «Krank ohne Befund», dass frühzeitig auch psychische Ursachen sorgfältig abgeklärt werden.

Interview: Mathias Morgenthaler

mathias.morgenthaler@espacemedia.ch

Herr Stelzig, Sie sind ein vielbeschäftigter Psychiater und Psychotherapeut – warum haben Sie sich die Mühe genommen, in Nacht- und Wochenendarbeit ein Buch zu schreiben über Patienten, die jahrelang durchs Medizinsystem irren, ohne dass ihnen geholfen würde?

MANFRED STELZIG: Manche Bücher will man schreiben, andere sollte man schreiben – dieses musste ich schreiben. Fast täglich bin ich mit Patientinnen und Patienten konfrontiert, die einen ermüdenden Ärztemarathon hinter sich haben und dennoch nicht wissen, woher ihre Herzbeschwerden, ihre Atemnot, ihre Magen- und Kopfschmerzen oder ihr Knoten im Hals rühren. Im Gegenteil: Nachdem sie von Hausarzt zum Internisten, von diesem zu verschiedenen Fachärzten, schliesslich in eine Klinik und am Ende zur grössten Kapazität in einem Universitätsspital geschickt und überall auf Herz und Nieren geprüft worden sind, haben diese Schmerzpatienten nichts in der Hand ausser der mehrfachen Beteuerung, es fehle ihnen an nichts, sie seien körperlich kerngesund. Sie machen sich keine Vorstellung, wie verzweifelt und ausgelaugt diese Leute zum Teil sind, wenn sie zu mir in die Sprechstunde kommen.

Was läuft schief?

Das Problem ist, dass diese Patienten trotz «Doctor Hopping» krank bleiben ohne Befund, wie wir das in der Fachsprache nennen. Dieser Irrweg durch alle Instanzen könnte vermieden werden, wenn nach Ausschluss der naheliegenden organischen Krankheitsursachen in einem frühen Stadium eine psychosomatische Abklärung gemacht würde. In der wissenschaftlichen Literatur ist sehr gut belegt, dass rund ein Drittel der Patienten, die den Hausarzt aufsuchen, unter Beschwerden leiden, die keine organischen Ursachen haben. In erster Linie sind dies somatoforme Störungen, Depressionen und Angstattacken. Rund die Hälfte dieser psychisch verursachten Beschwerden werden nicht richtig diagnostiziert oder behandelt, was zum Phänomen der «dicken Patientenakte» führt; das belastet nicht nur die Patienten, sondern auch die Krankenkassen und somit uns als Prämienzahler. Diese x-fach weitergereichten Patienten verursachen 9-mal so hohe Kosten wie der Durchschnittspatient.

Sie haben Ihr Buch im Untertitel «eine Anklageschrift» genannt. Wen klagen Sie an?

Die Anklage geht an drei Adressaten: die Ärzte, die Patienten und das System. Viele Ärzte verstossen gegen die Sorgfaltspflicht, indem sie alle möglichen



Manfred Stelzig: «Der Arzt kann sich kein längeres Gespräch mit dem Patienten leisten.»

Abklärungen treffen, aber kein Gespräch über mögliche psychische Ursachen für die Beschwerden führen. Viele fühlen sich nicht dafür zuständig, weil sie kaum in Psychosomatik ausgebildet worden sind. Dazu kommen falsche Anreize, womit wir auf der Systemebene wären: Für den Arzt lohnt es sich nicht, mit dem Patienten ein längeres Gespräch zu führen, weil er diese Zeit nicht angemessen verrechnen kann – man könnte auch sagen: er kann es sich schlicht nicht leisten. Deshalb verschreibt er leichter ein EKG, ein Röntgen oder aufwändigere Untersuchungen, als psychischen Ursachen auf den Grund zu gehen. Der Patient macht das in der Regel gerne mit. Auch ihm ist die Psyche unheimlich, er fürchtet, für einen Simulanten gehalten oder als verrückt erklärt zu werden, wenn sich nichts Organisches findet. Daher willigt er viel lieber in teure Spezialuntersuchungen oder Operationen ein als in ein Gespräch mit einem Psychiater.

Wie therapieren Sie solche Patienten, die trotz Gesundheitsattest unter starken Schmerzen leiden?

Jeder Fall ist anders. Ich beschreibe im Buch einige Beispiele. Typisch war zum Beispiel der Patient, der fünf Monate lang von Arzt zu Arzt weitergereicht wurde, weil niemand eine Erklärung für seine Schmerzen in der linken Brust gefunden hatte. Ich verschrieb ihm ein antriebssteigerndes Antidepressivum, das in der Früh den Serotoninmangel ausglich, und eine kleine Dosis eines beruhigenden Antidepressivums, das half, die Schlafqualität wiederherzustellen. Nach zwei Wochen war der Patient vollkommen beschwerdefrei. Ein anderer Patient wurde sechs Mal mit Blaulicht auf die Intensivstation gefahren wegen Verdachts auf Herzattacke. Jedes Mal lautete der Befund: Der Mann ist körperlich kerngesund. Im therapeutischen Gespräch stellte sich heraus, dass ungeklärte familiäre Konflikte diese Panik-

attacken ausgelöst hatten. Der beruflich stark eingespannte Mann litt unter den Vorwürfen seiner Ehefrau und darunter, dass er keine Beziehung zu seinen Kindern aufbauen konnte. Durch die Therapie verschwanden die Herzbeschwerden vollständig.

Das klingt jetzt fast zu schön, um wahr zu sein: Durch Psychopharmaka und Psychotherapie verschwinden chronische Beschwerden im Handumdrehen.

Es gibt tatsächlich solche Fälle. Ich erinnere mich auch an eine Bäuerin, die geschlagene sieben Jahre lang unter extremen Schmerzen in Schultern und Arm litt, ohne dass ihr Ärzte, Physiotherapeuten oder Orthopäden weiterhelfen konnten. Auch sie wurde 14 Tage nach Verschreibung eines dualen Antidepressivums schmerzfrei. Psychopharmaka sind in unserer Gesellschaft ebenso stigmatisiert wie psychische Leiden. Gegen diese undifferenzierte Betrachtung will ich mit meinem Buch ankämpfen. Es ist doch verrückt, dass Ärzte lieber unnütze Operationen anordnen oder Patienten eher zu unseriösen Wunderheilern gehen, als sich auf evidenzbasierte Psychosomatik einzulassen. Psychopharmaka sind beileibe kein Allheilmittel, aber manche Patienten mit Schmerzen ohne organische Ursachen sprechen sehr gut darauf an. In anderen Fällen braucht es eine Psychotherapie oder gezielte Bewusstseinsarbeit. Gut gemeinte ärztliche Tipps wie «Spannen Sie mal ein wenig aus» oder «Gönnen Sie sich zwei Wochen Ferien» helfen in den wenigsten Fällen weiter.

Wie schützen Sie sich vor dem Ausbrennen?

Zentral ist, stets in Beziehung zu bleiben: mit der Familie und Freunden, die einem ungefilterte Rückmeldungen geben, aber auch – und das ist die schwierigste Aufgabe überhaupt – mit sich selber. Ich bin ein leidenschaftlicher Tennis-Spieler und Berggänger. Gerade Menschen, die jahrelang enormen Aufwand betrieben haben, um durch Leistung jene Anerkennung zu bekommen, die ihnen die Eltern verwehrt haben, tun gut daran, sich Zeit für die Begegnung mit sich selber zu nehmen. Das gibt ihnen die Möglichkeit, aus der Rolle des Getriebenen oder des Opfers herauszufinden und im positiven Dialog mit sich selber ein Grundlevel an Geborgenheit und Stabilität zu erreichen.

Information und Kontakt:

M.Stelzig@salk.at

Das Buch:

Manfred Stelzig: Krank ohne Befund. Eine Anklageschrift. Ecowin Verlag, Salzburg 2013.