

**SÜDWESTRUNDFUNK
SWR2 WISSEN - Manuskriptdienst**

**„Nadeln, Kräuter und Potenzen -
Was taugen alternative Heilmethoden?“**

Autorin und Sprecherin: Ulrike Till

Redaktion: Sonja Striegl

Sendung: Mittwoch, 28. Oktober 2009, 08.30 Uhr, SWR2 (Archiv-Nr.: W0373341)

Wiederholung: Mittwoch, 1. September 2010, 08.30 Uhr, SWR2

Bitte beachten Sie:

*Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt.
Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen
Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.*

*Mitschnitte auf CD von allen Sendungen der Redaktion SWR2 Wissen/Aula
(Montag bis Sonntag 8.30 bis 9.00 Uhr) sind beim SWR Mitschnittdienst in
Baden-Baden für 12,50 € erhältlich.*

Bestellmöglichkeiten: 07221/929-6030!

Kennen Sie schon das neue Serviceangebot des Kulturradios SWR2?

*Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen
Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen.
Mit dem kostenlosen Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen
Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert.*

Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder swr2.de!

*SWR2 Wissen können Sie ab sofort auch als Live-Stream hören im SWR2
Webradio unter www.swr2.de oder als Podcast nachhören:
<http://www1.swr.de/podcast/xml/swr2/wissen.xml>*

O-Ton 1 - Johannes Greten:

Wir führen hier eine Moxibustion durch; dazu nehmen wir diese Art Zigaretten aus Beifußkraut, das heißt chinesisches Moxa. Die haben in der Mitte ein Loch, man kann also eine Nadel durchstechen. So, ich habe jetzt hier drei solcher Kegel mit Nadeln aufgesetzt, und wir wollen das jetzt anzünden.

ATMO: Geräusch Feuerzeug

Autorin:

Ganz entspannt ruht Verena Joos im Heidelberger Zentrum für Traditionelle Chinesische Medizin auf der Behandlungsliege; die heißen Duftkegel auf ihrer Haut empfindet sie als angenehm. Die Profi-Radsportlerin vertraut darauf, dass die Methoden von Dr. Johannes Greten ihre Trainingsergebnisse verbessern.

Sprecherin:

„Nadeln, Kräuter und Potenzen - Was taugen alternative Heilmethoden?“ Eine Sendung von Ulrike Till.

O-Ton 2 - Johannes Greten:

Wie Sie sehen, gibt das so einen Geruch, der erinnert irgendwie an eine Mischung von Haschisch und Weihrauch. Jetzt wird sich ganz allmählich eine Wärme in diesen Zigaretten entwickeln, und im letzten Moment bevor die Verbrennung oder ein unangenehmes Gefühl entsteht, muss die Helferin das wegnehmen.

O-Ton 3 - Verena Joos:

Ich hab gesagt, wo meine Schwachstellen im Körper sind, und wo ich Probleme hab beim Training, mit dem Nacken und mit meinem linken Bein, das etwas schwächer ist, und dann wurde das alles behandelt mit Methoden, die ich vorher einfach noch nicht gekannt hab: mit Nadelstichen und Moxastäbchen und so weiter. Und ich hab auch tatsächlich immer prompt den positiven Effekt gespürt, und konnte da wirklich gleich 'ne bessere Leistung abrufen.

Autorin:

Knapp zwei Drittel aller Deutschen nutzen Angebote der Alternativmedizin; besonders beliebt sind Homöopathie, Akupunktur und Naturheilverfahren. Auch Therapien früherer Jahrhunderte wie das Schröpfen oder der Einsatz von Blutegeln erleben eine Renaissance. Für manche Behandlungen müssen die Patienten zum Heilpraktiker gehen; die verbreitetsten Methoden der sogenannten Komplementärmedizin aber werden längst auch von Schulmedizinern und vereinzelt sogar an Universitätskliniken angeboten. Viele Patienten fühlen sich wie Verena Joos bei Ärzten, die alternative Verfahren praktizieren, besser aufgehoben. Deshalb geht sie zum Heidelberger Spezialisten für Chinesische Medizin, Greten:

O-Ton 4 - Verena Joos:

Geist und Seele und Körper wird da einfach in einem betrachtet, als ein ganzheitliches System. Und bei uns ist das ja eher so das Physische und Psychische geteilt. Und ich finde das hier ganz positiv, dass da auch eben das Mentale und eben Psychische mit dabei ist.

Autorin:

Als „besonders ganzheitlich“ gelten die Verfahren der Traditionellen Chinesischen Medizin, kurz TCM. Dabei sitzen die meisten Ärzte und Patienten allerdings einem verbreiteten Irrglauben auf: die Psyche des Kranken spielt in der chinesischen Medizin nämlich keineswegs eine zentrale Rolle. Was in der westlichen Welt als TCM angeboten wird, ist auch kein in sich geschlossenes homogenes System mit Jahrtausende alter Tradition. Der Behandlungsmix aus Nadeln, Kräutern und Qi Gong ist vielmehr ein Kunstprodukt, das in den 1950er Jahren unter Mao aus höchst unterschiedlichen Verfahren der alten chinesischen Heilkunst entwickelt wurde - so beschreibt es der Berliner Sinologe und Medizinhistoriker Professor Paul Unschuld. Er sieht TCM als ideale Projektionsfläche für westliche Sehnsüchte und erklärt so den anhaltenden Boom der fernöstlichen Methoden:

O-Ton 5 - Paul Unschuld:

Den Trost, den bieten nun mal nicht mehr die konventionellen Religionen, also Jesus meine Zuversicht, das ist ja für viele Menschen nicht mehr im Vordergrund, und da kann man dann sagen Yin Yang meine Zuversicht. Denn dieses Denken ist eben nicht linear, das ist zirkulär, das ist zyklisch. Und verspricht somit die Möglichkeit, dass jede Situation durch Herstellen eines Ausgleichs [geklärt werden kann] oder aber auch schlicht und einfach so zum Beispiel in dieser Fünf-Phasen-Theorie, die früher als Fünf-Elemente-Theorie bekannt wurde - da ist der natürliche Gang der, das man wieder an den Ursprung einer Entwicklung zurückkehrt, und das vermittelt den Trost.

Autorin:

Weil vor allem die Akupunktur so beliebt ist und auch klare Behandlungserfolge zeigt, wurde die Nadeltherapie inzwischen in einer Vielzahl von Studien wissenschaftlich untersucht. Es gibt Belege für die Wirksamkeit bei Rücken- und Knieschmerzen; auch bei Spannungskopfschmerz waren die Nadeln in einigen Studien der Schulmedizin überlegen. Die weltweit größte Versuchsreihe mit mehreren tausend Probanden ist im Auftrag deutscher Krankenkassen gelaufen; vor drei Jahren wurden die Ergebnisse dieser sogenannten Gerac-Studie publiziert. Professor Hanns-Peter Scharf, Direktor der Orthopädischen Universitätsklinik Mannheim, hat bei den „German Acupuncture Trials“ die Untersuchungen zur Kniearthrose geleitet:

O-Ton 6 - Hanns-Peter Scharf:

Wir konnten dabei zeigen, dass die Akupunktur eigentlich entgegen unserer Erwartung einen deutlichen Effekt hat auf die Schmerzen, die der Patient durch die Gonarthrose wahrnimmt. Das heißt, durch den Einsatz der Akupunktur werden die Schmerzen besser vermindert, und die Leistungsfähigkeit des Kniegelenkes bessert sich. Gleichzeitig ist auch zu beobachten, dass der Verbrauch an Schmerzmitteln sich dabei reduziert hat.

Autorin:

Aufgrund der positiven Ergebnisse wird Akupunktur bei chronischer Arthrose im Knie inzwischen von den Kassen erstattet; auch Marianne Knopp-Kröck, 82, hat sich von ihrer Hausärztin mehrfach nadeln lassen:

O-Ton 7 - Marianne Knopp-Kröck:

Ach ja, ich kann mich bewegen. Es ist natürlich nicht so wie in meiner Jugend, dass ich da

marschieren kann. Aber es ist viel viel besser geworden. Also da kann man im Moment jetzt nix besser machen, und es hat auch besser getan wie jede Spritze vom Arzt.

Autorin:

Bei den Gerac-Versuchen hatten die Ärzte die Probanden in drei Gruppen eingeteilt: die erste Gruppe wurde nach den Leitlinien der Schulmedizin behandelt; die zweite Gruppe wurde an klassischen Akupunkturpunkten genadelt; das letzte Drittel bekam eine sogenannte Sham-Akupunktur, bei der nur ganz oberflächlich an vermeintlich unwirksamen Punkten gestochen wird. Zur Verblüffung der Forscher - und zum Entsetzen vieler Akupunkteure - war diese Scheinbehandlung praktisch genauso wirksam wie die echte, die sogenannte Verum-Akupunktur. Der Anästhesist und Gerac-Studienleiter Dr. Konrad Streitberger versucht eine Erklärung:

O-Ton 8 - Konrad Streitberger:

Wir können einmal davon ausgehen, dass das Stechen eine physiologische Wirkung auch im Sinn von Ausschüttung von Endorphinen, also körpereigenen Schmerzhemmstoffen hervorruft; wir können aber auch auf der anderen Seite davon ausgehen, dass allein die Wahrnehmung des Patienten, dass er gestochen wird, auch das Schmerzverhalten oder auch die Einstellung des Patienten verändert. Das heißt, das hat so eine Art psycho-physiologischen Effekt.

Autorin:

Ist es also letztlich egal, wohin die Ärzte die Nadeln setzen? Diese Frage sorgt nach wie vor für Zündstoff. Verfechter der Akupunktur kritisieren, die angeblichen Sham-Punkte etwa seien zum Teil doch echte Nadelpunkte gewesen; die Ergebnisse seien daher nicht aussagekräftig. Dieser Vorwurf beleuchtet ein Grundproblem von Akupunkturstudien: bei Arzneimitteltests kann man der Kontrollgruppe einfach eine Zuckerpille als Placebo geben - das ist bei Akupunktur nicht möglich. Es ist deshalb schwer zu sagen, worauf der Wirkeffekt beruht, so Benno Brinkhaus, Professor für Komplementärmedizin an der Charité in Berlin:

O-Ton 9 - Benno Brinkhaus:

Ich glaube auch, dass die Akupunktur doch auch durch hohe unspezifische Effekte wirkt, das heißt, man hat in der Akupunktur in der Regel eine relativ enge Arzt-Patienten-Beziehung, und diese enge Arzt-Patienten-Beziehung ist an sich auch schon ein sehr großer Einfluss, der auf den Patienten ausgeübt wird. Und möglicherweise ist der spezifische Effekt, der durch einzelne Akupunkturpunkte bedingt wird, nicht so hoch einzuschätzen wie wir es eigentlich gedacht haben.

Autorin:

Um das Placebo-Problem zu lösen, kommen mittlerweile auch Pseudo-Nadeln zum Einsatz, die nur einen kleinen Pieks verursachen, aber nicht unter die Haut gehen. Allerdings lösen auch sie durch den kurzen Druck einen physischen Reiz aus - es könnte also auch hier unbeabsichtigt zu einem Wirkeffekt kommen. US-Forscher haben kürzlich mit solchen Placebo-Nadeln eine Studie zu chronischen Rückenschmerzen abgeschlossen - die Ergebnisse hält Professorin Claudia Witt, Leiterin der Forschungsgruppe für Komplementärmedizin an der Charité, für außerordentlich wichtig:

O-Ton 10 - Claudia Witt:

Da ging's um die Frage: individuelle Akupunkturpunktekombination, verglichen mit einer Standardpunktekombination, verglichen mit einer Nicht-Penetrierung der Haut, das heißt es wurde mit so einem Zahnstocher durch so ein Röhrchen diese Punkte sag ich mal stimuliert, und das andere war auch schulmedizinische Routineversorgung. Und da waren alle drei Akupunkturgruppen besser als die schulmedizinische Routineversorgung, aber alle drei Gruppen haben sich nicht unterschieden. Also es machte keinen Unterschied, ob man mit dem Zahnstocher auf den Punkt ging oder individuell die Punkte aussuchte, oder Standardpunkte aussuchte. Und Sie können sich vorstellen, das bringt jetzt noch mal eine ganz andere Dynamik in die Diskussion.

Autorin:

Während zur Akupunktur mittlerweile eine Fülle von Daten die wissenschaftliche Debatte vorantreibt, liegen zu anderen Formen fernöstlicher Heilkunst bislang kaum Studien vor, die westlichen Standards genügen. Dennoch interessieren sich immer mehr Patienten hierzulande für eine Behandlung nach der indischen Medizintradition Ayurveda, beobachtet Andreas Michalsen, Professor für Naturheilkunde und Chefarzt am Berliner Immanuel-Krankenhaus:

O-Ton 11 - Andreas Michalsen:

Genauso wie wir den Modetrend Akupunktur und traditionelle chinesische Medizin gesehen haben - übrigens interessanterweise parallel zur wirtschaftlichen Entwicklung Chinas - so sehen wir jetzt auch parallel mit der indisch wirtschaftlichen Entwicklung diese Medizinform am Horizont auftauchen. Und ich denke, es wird vermutlich analog sein wie bei der chinesischen Medizin. Und nach meinen ersten Eindrücken, die ich auch selber in Indien bei Klinikaufenthalten hatte, denke ich schon, dass da ein großer Schatz ist an guten Verfahren. Vor allem im Bereich der Pflanzenheilkunde ist ein unglaubliches Wissen vorhanden, aber auch im Bereich dieser physiotherapeutischen Behandlungen.

Autorin:

Auch wenn die Therapie, zum Beispiel mit heißen Ölgüssen, sich stark von der chinesischen Medizin unterscheidet - die Diagnose der Patienten erfolgt nach ganz ähnlichen Prinzipien. Der Arzt muss zunächst die Konstitution der Kranken richtig einordnen:

O-Ton 12 - Andreas Michalsen:

Letztlich geht es immer um Wärme, Kälte, um Feuchtigkeit, um Trockenheit. Und da werden die Menschen in Typologien kategorisiert, und die Therapie wird gesteuert danach. Und das ist eigentlich was sehr Kluges. Wir sind da in der modernen Pharmakotherapie erst am Anfang, dass wir über Gencodes versuchen individualisierte Medizin zu machen. Und hier hat man quasi ohne dass man eine aufwendige genetische Kodierung oder Identifizierung machen muss, einfach mal ein rasch anwendbares Handwerkszeug.

Autorin:

Noch wesentlich weiter geht die individualisierte Therapie in der Homöopathie; entsprechend aufwendig ist die Diagnosefindung: in ausführlichen Gesprächen sucht der Arzt nach möglichen Ursachen der Beschwerden, um dann die passenden Tropfen oder

Globuli - so heißen die homöopathischen Arzneikügelchen - in der richtigen Kombination und Stärke zu verordnen. Dabei beruht jede Behandlung auf dem Ähnlichkeitsprinzip; daher auch der Name „Homöopathie“, wörtlich „ähnliches Leiden“. Ähnliches soll durch Ähnliches geheilt werden, das hatte der deutsche Arzt Samuel Hahnemann 1796 erstmals postuliert: er hatte zufällig festgestellt, dass ein Wirkstoff gegen Malaria bei ihm leichte Symptome der Krankheit hervorrief, wenn er das Mittel als Gesunder einnahm. Aus weiteren Fällen dieser Art leitete er ab, dass sich umgekehrt Symptome dadurch kurieren lassen, dass man den Kranken winzige Mengen eines Wirkstoffs gibt, der bei einem Gesunden genau diese Symptome erzeugen würde: wer also Fieber hat, bekommt ein Mittel, das die Körpertemperatur erhöht; wer an Schlaflosigkeit leidet, erhält eine Substanz, die wach macht. Dabei werden die Wirkstoffe extrem verdünnt und zusätzlich geschüttelt - die sogenannte Potenzierung. Bei den Potenzierungen höchsten Grades ist chemisch wahrscheinlich kein einziges Molekül der Wirksubstanz mehr enthalten. Dennoch glauben viele Kranke wie diese Patientin fest an die Heilkraft homöopathischer Arzneimittel:

O-Ton 13 - Patientin:

Einmal als ich vom Zahnarzt verschrieben bekommen hab bei Zahnschmerzen, die gingen in der Nacht darauf schon weg. Und beim prämenstruellen Syndrom, da hat mir der Frauenarzt ein homöopathisches Mittel verschrieben - hat mir auch sehr gut geholfen. Ich bin eher pragmatisch, das heißt, wenn mir etwas hilft, dann ist es o.k., dann mach ich mir nicht so viel Gedanken drüber, was letztlich geholfen hat.

Autorin:

Rund 15 Prozent aller Deutschen lassen sich regelmäßig oder gelegentlich homöopathisch behandeln; unter den Patienten sind vor allem Kranke mit chronischen Beschwerden. Die Berliner Medizinerin Claudia Witt hat bei ihren Forschungsarbeiten zur Komplementärmedizin festgestellt, dass Frauen häufig wegen chronischer Kopfschmerzen zum Homöopathen gehen, Männer dagegen wegen Heuschnupfen; bei Kindern war in jedem fünften Fall Neurodermitis die Ursache. Witts Forschergruppe an der Charité hat in einer Studie mit knapp 4.000 Patienten festgestellt, dass die Betroffenen mit diesen Leiden deutlich von der homöopathischen Behandlung profitierten; die Lebensqualität vor allem von schwer chronisch Kranken nahm durch die Therapie auch langfristig messbar zu. Dass Homöopathie wirkt, dafür gibt es inzwischen viele Belege - das *warum* aber bleibt offen. Dr. Gustav Reimers, Allgemeinmediziner und Homöopath in Heidelberg:

O-Ton 14 - Gustav Reimers:

Also ich erklär's immer so, dass es eine Anregung des inneren Arztes ist, der praktisch die Selbstheilungskräfte anregt. Und es ist wirklich umstritten, dass man mit den Medikamenten, die man in der Homöopathie verwendet, solche Verdünnungen hat, wo man chemisch-physikalisch nichts mehr nachweisen kann. Das ist für jeden naturwissenschaftlich Denkenden natürlich sehr schwer, erst mal dieses Prinzip zu verstehen.

Autorin:

Homöopathen argumentieren, auch wenn in den Hochpotenzen kein Wirkstoff mehr messbar sei, trage das Wasser, mit dem das Mittel verdünnt wurde, die Erinnerung an die

Wirksubstanz in sich - und könne so Effekte im Körper hervorrufen. Der Franzose Jacques Benveniste hatte 1988 behauptet, diese These erstmals im Labor beweisen zu können. Als ein Team der Zeitschrift „Nature“ seine Experimente jedoch im Detail überprüfte, stellte sich heraus, dass eine Laborassistentin die Resultate verfälscht hatte. Inzwischen liegen aus physikalischen Versuchen, Untersuchungen im Magnetresonanztomografen und Experimenten in-vitro eine Reihe von Studien mit widersprüchlichen Ergebnissen vor. Der Beleg für die Grundannahme der Homöopathie steht nach wie vor aus, so die Bilanz von Claudia Witt:

O-Ton 15 - Claudia Witt:

Der interessante Punkt ist ja bei Experimenten die Reproduzierbarkeit. Und es gibt eigentlich kein Experiment, was jetzt wirklich richtig stabil in mehreren Labors wiederholt worden wäre mit dem gleichen Ergebnis. Sondern wir haben auch alte Experimente hier hat ein Doktorand von mir versucht zu reproduzieren, wo dann auch nichts rauskam. Also wenn da ein Effekt ist, dann ist der auch schwer stabil zu fassen. Und man weiß bis heute nicht, wie man handfest erklären kann, dass die Homöopathie wirkt. Obwohl es interessante Modelle gibt - aber diese Modelle müssen auch wieder in Versuche umgesetzt werden, dass man dann auch den Versuchsbeleg hat. Also da ist noch ein ganz großes Fragezeichen.

Autorin:

Dennoch haben deutsche Patienten vergangenes Jahr knapp 400 Millionen Euro für homöopathische Arzneimittel ausgegeben. Studien mit Patienten, die nicht wissen, ob sie eine Zuckerpille, also ein Placebo, oder ein Globuli bekommen, zeigen allerdings wenn überhaupt nur minimale Unterschiede in der Wirksamkeit:

O-Ton 16 - Claudia Witt:

Wenn man dort in die Studien schaut - das sind dann Studien, die mit einem Placebo vergleichen -, dann findet man sehr uneinheitliche Ergebnisse. Ein Teil der Studien ist positiv, ein Teil ist negativ. Und dann gibt es Arbeiten, die diese Studien zusammenfassen, sogenannte Metastudien: einige kommen zu einem positiven Ergebnis, und andere kommen zu einem negativen Ergebnis. Und letztendlich sagt das auch schon was aus. Weil wenn der Effekt mal positiv und mal negativ ist, dann ist er, wenn er denn da wäre, ein eher kleiner Effekt.

Autorin:

Die Forscherin warnt jedoch davor, die Homöopathie deshalb als unwirksam abzutun. Schließlich sei das Arzneimittel nur *ein* Bestandteil der Behandlung. Auch Andreas Michalsen hält die Methode für mehr als eine Placebo-Therapie:

O-Ton 17 - Andreas Michalsen:

Man darf es nicht auf das Globuli reduzieren. Wir wissen ja noch nicht mal, was zwischen Arzt und Patient geschieht. Aber wichtig ist schon, Sie haben den homöopathischen Effekt nicht, wenn Sie sich nicht die Mühe machen dieser homöopathischen Konsultation. Ob da Resonanzphänomene zwischen einem gegenseitigen Verstehen ablaufen, vermittelt durch die Texte der Homöopathie - man muss eines sagen, die Homöopathie bietet Menschenbeschreibungen, die finden Sie sonst vielleicht höchstens in der höheren Literatur, das heißt sie ermöglicht eine Erkenntnis des Problems des Patienten, die haben

sie in keiner anderen Medizinform. Ob das der Mediator des Effekts ist oder das Kügelchen, das kann Ihnen niemand sagen. Das ganze System ist das, was wirkt.

Autorin:

Der Wissenschaftler hat sich selbst homöopathisch ausbilden lassen und erstaunliche Behandlungserfolge beobachtet - woher sie rühren, kann er nicht erklären. Edzard Ernst, britischer Professor für Alternativmedizin, bezeichnet die Homöopathie in seinem viel beachteten Buch „Gesund ohne Pillen“ als „ultimative Form von Quacksalberei“ - Andreas Michalsen plädiert dagegen dafür, auch als Schulmediziner offen zu bleiben:

O-Ton 18 - Andreas Michalsen:

Aus Mangel an Erkenntnis sagen wir, das ist alles Placebo. Das ist aber nicht die Realität. Die Realität ist, wir wissen nur nicht, was genau es birgt. Ob es auf hirnzentraler Ebene wirkt, ob es Schmerzrezeptoren sind, ob es rein psychologische Mechanismen sind - das ist ein großer Blumenstrauß an möglichen Effekten. Und die Homöopathie wird vielleicht ganz spezifische Mechanismen da bedienen. Ich bin allerdings auch der Überzeugung, dass Homöopathie auch spezifische Effekte hat. Aber auch da werden wir lernen müssen, dass wir vielleicht in zehn Jahren sagen können: diese Placebo-Stufe wird besser durch Homöopathie bedient, eine andere besser durch Akupunktur, und eine dritte mehr durch ganz normale schulmedizinische Medikamente. Also dass man dann einfach in der Lage ist das besser zu verstehen, was eigentlich Heilung ausmacht.

Autorin:

Auf der Suche nach Alternativen zur Schulmedizin stoßen manche Patienten auf alte Heilmethoden, die aus heutiger Sicht exotisch anmuten: beispielsweise das Schröpfen. Der Heidelberger Arzt Johannes Greten wendet die früher auch in Europa verbreitete Methode in seiner Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin häufig an:

O-Ton 19 - Johannes Greten:

(Geräusch - Schnalzen Schröpfglas) Das ist ein Glas, so ähnlich wie ein Eierbecher, an dem ein Gummiball hängt, mit dem man einen Unterdruck erzeugen kann. Dann geht man auf die Haut drauf, saugt die Haut an, und das hat dann eine Reizwirkung auf die Haut; daran wiederum sind Nervenendigungen gelegen, und die werden damit mitstimuliert. (Geräusch - 2 mal Schnalzen)

Autorin:

Bis vor kurzem gab es für die Wirksamkeit einer Schröpfkur keine stichhaltigen Belege - doch eine aktuelle Studie der Berliner Charité konnte nun erstmals zeigen, dass beim schmerzhaften Karpaltunnelsyndrom der Hand eine Schröpfbehandlung höchst effektiv ist. Studienleiter Andreas Michalsen:

O-Ton 20 - Andreas Michalsen:

Mit dem Schröpfen kann man Patienten immer dann helfen, also auch bei Karpaltunnelsyndrom, aber auch bei Rückenschmerzen, Nackenschmerzen, wenn das Bindegewebe, also das Unterhautgewebe schmerzhaft ist. Darunter leiden sehr viele Patienten, das hat man früher auch oft mit Massage behandelt. Man kann das auch mit Akupunktur und solchen Sachen behandeln, aber die Tradition des Schröpfens ist eine sehr wirkungsvolle und praktische. Weil man damit das Bindegewebe relativ zügig und

schnell behandeln kann, und Schmerzsyndrome bessern sich wirklich augenfällig; man staunt schon fast, wie schnell sich das nach einem einmaligen Schröpfen bessert.

Autorin:

Ähnlich durchschlagende Erfolge hat der Wissenschaftler auch bei der Schmerztherapie mit Blutegeln beobachtet: zur Linderung von Knie-Arthrose gilt die Behandlung inzwischen nachgewiesenermaßen als wirksam. Der Biss der wurmartigen Tiere ist vermutlich deshalb so heilkräftig, weil im Speichel der Blutegel ein Cocktail von entzündungshemmenden, entkrampfenden und schmerzlindernden Substanzen steckt.

Solche exotischen Naturheilverfahren sind bislang kaum näher erforscht - umfangreiche Daten gibt es dagegen zur Wirksamkeit der verbreitetsten Heilpflanzen. Auch viele Klassiker der Schulmedizin beruhen auf pflanzlichen Wirkstoffen: Digitalispräparate für Herzschwäche etwa nutzen Substanzen des Fingerhuts; Aspirin wurde ursprünglich aus Weidenrinde hergestellt. Viele Patienten gehen aber zu Unrecht von einer strikten Trennung zwischen Schulmedizin und Pflanzenheilkunde aus - und halten letztere prinzipiell für sanft und unschädlich. Ein gefährlicher Irrtum, so der Naturheilmforscher und Experte für Phytotherapie Benno Brinkhaus:

O-Ton 21 - Benno Brinkhaus:

Das ist eine häufige Fehleinschätzung von Patienten: alle Therapieverfahren, die irgendwo wirken, haben auch Nebenwirkungen. Und gerade bei pflanzlichen Arzneimitteln sollte man durchaus aufpassen. Es gibt durchaus auch die Probleme, dass pflanzliche Arzneimittel zu hoch dosiert werden können und somit zu Nebenwirkungen führen; Interaktionen mit Medikamenten kann durchaus ein Problem sein. Das gilt aber für die gesamte Naturheilkunde. Die Naturheilkunde hat nicht so starke Reize wie die Schulmedizin, wie pharmakologische Präparate, aber nichtsdestotrotz sind Nebenwirkungen bekannt und müssen natürlich auch beachtet werden.

Autorin:

So mussten beispielsweise indonesische Kava-Kava Kapseln - ein Mittel gegen Angststörungen - vom Markt genommen werden, weil sich Hinweise auf schwere Leberschäden häuften. Und auch Präparate, die seit Jahren rezeptfrei erhältlich und gut untersucht sind, bergen gewisse Risiken: Johanniskraut etwa behindert die Wirkung vieler anderer Arzneimittel - unter anderem funktioniert auch die Anti-Baby-Pille nicht mehr zuverlässig. Andererseits ist gerade Johanniskraut ein Vorzeigemittel der Naturheilkunde: große Studien belegen, dass es bei milden Depressionen genauso wirksam ist wie die gängigen Antidepressiva. Bei anderen Verkaufsschlägern in der Apotheke sind die Ergebnisse widersprüchlich: ob zum Beispiel Echinacin tatsächlich gegen Erkältung hilft, ist unter Experten ebenso umstritten wie die Wirksamkeit von Ginseng zur Leistungssteigerung. Wer statt fertiger Präparate lose Heilkräuter aus fremden Ländern einnimmt, muss ganz besonders vorsichtig sein, warnt Benno Brinkhaus:

O-Ton 22 - Benno Brinkhaus:

In der chinesischen Arzneimitteltherapie ist das ein reales Problem. Man ist nicht nur abhängig von der Qualität des Verschreibenden, sondern man muss natürlich auch gute Arzneimittel haben - sprich, die müssen auf Identität überprüft sein, das ist das eine wichtige Kriterium, ob es tatsächlich die Arzneimittel sind, die man eigentlich auch

verschrieben bekommen hat. Weil auch da gibt es häufig Verwechslungen oder bewusste Täuschungen von exportierten oder importierten Arzneimitteln. Und das zweite Problem ist tatsächlich die Verunreinigung, und da gibt es natürlich die Verunreinigung mit Schwermetallen, mit Pestiziden und und und, und das gibt es durchaus.

Autorin:

Gleiches gilt für ayurvedische Heilmittel, in denen unter anderem schon gefährliche Quecksilbermengen gefunden worden sind. Das größte Risiko jeder Selbstmedikation mit pflanzlichen Arzneien aber sind unerwartete Wechselwirkungen mit anderen Mitteln, weiß Andreas Michalsen:

O-Ton 23 - Andreas Michalsen:

Wir wissen, dass die meisten Patienten, die in der Drogerie oder in der Apotheke frei verkäufliche pflanzliche Medikamente kaufen, es nicht ihrem Arzt sagen. Und das ist das eigentliche Problem, das heißt da muss Transparenz sein. Und die war natürlich in dem Moment nicht gegeben; jetzt ist es nicht mehr so, aber bis vor zehn Jahren war es so, wenn der Patient zu seinem konventionellen Arzt ging und sagte, ich nehme Misteltherapie, dann ist er erst mal laut beschimpft worden. Dass das natürlich die Vertrauensbasis unterminiert hat, ist klar. Und ich denke, das Wichtigste ist jetzt, dass beide eine gute Kommunikation haben, dann wird die Sicherheit sehr stark erhöht.

Autorin:

Besonders Krebspatienten vertrauen zusätzlich zur Schulmedizin auch auf Naturheilkunde - Professor Dirk Jäger, Ärztlicher Direktor des Neuen Zentrums für Tumorthherapie in Heidelberg, spricht die Patienten deshalb gezielt darauf an:

O-Ton 24 - Dirk Jäger:

Eigentlich für jeden Patienten ist das immer ein Thema, immer die Frage, was kann ich denn sonst machen zur besprochenen Therapie, zur Chemotherapie; insofern muss man das adressieren. Patienten informieren sich heute sehr gut - das Internet mag da nicht immer segensreich sein: Patienten werden überflutet mit Angeboten an zusätzlichen Mitteln, es werden Dinge versprochen, die sicherlich nicht zu halten sind. Deswegen gibt's da einen Riesenaufklärungsbedarf, und da darf man sich als Arzt auch nicht verschließen. Insofern ist es sicherlich auch eine eher segensreiche Entwicklung, wenn auch dieses Thema von Spezialisten an Zentren vertreten wird und Patienten entsprechend aufgeklärt werden.

Autorin:

Viele sind dann enttäuscht, wenn sie erfahren, dass die begleitende Misteltherapie, für die sie sich entschieden haben, wohl nur die Lebens*qualität* erhöhen kann - die ursprünglich vermutete lebens*verlängernde* Wirkung ist nach wie vor nicht belegt. Der Onkologe Dirk Jäger empfiehlt, im Kampf gegen den Tumor lieber andere, wissenschaftlich gesicherte Strategien zu nutzen:

O-Ton 25 - Dirk Jäger:

Patienten suchen immer nach Dingen, die sie einnehmen können, die sie als Medikament anwenden können. Die viel besseren Daten gibt es tatsächlich für moderaten Sport. Das kennen wir weder für die Mistel noch irgendein anderes Präparat. Insofern sind das die

Dinge, wo wir wirklich einen gewissen Schwerpunkt legen müssen und Patienten das mit an die Hand geben müssen. Da gibt's ganz knallharte Daten, wenn Du moderat Ausdauertraining betreibst, gibt es nach Studienlage einen Überlebensvorteil.

Autorin:

Nur handfeste Beweise können hochrangige Klinikexperten wie Dirk Jäger überzeugen - die grundsätzliche Offenheit der Schulmediziner gegenüber alternativen Heilmethoden nimmt aber zu, beobachtet Claudia Witt, Professorin für Komplementärmedizin:

O-Ton 26 - Claudia Witt:

Die Universitätsmedizin ist natürlich eine wissenschaftlich primär ausgerichtete Medizin, wo Komplementärmedizin kaum eine Rolle spielt. Nichtsdestotrotz findet vermehrt Dialog statt. Und deshalb ist es auch wichtig, dass es eher ein integrativer Ansatz ist und nicht das Entweder Oder. Weil ich denke mir, das Entweder Oder, das schadet wirklich beiden Seiten. Sondern in den Dialog kommt man nur, wenn man schaut, wie man beides gut miteinander kombinieren kann, und dafür braucht man wirklich Forschungsergebnisse.
