

Ein Text zum Vergessen! – Oder doch zum Erinnern?

Wer vergisst, kann besser nach vorne schauen

Edy Riesen

Redaktor «Primary and Hospital Care»

Frau Dr. L. sagte vor vielen Jahren in ihrem Referat an einer Fortbildung der Psychiatrischen Klinik trocken und lakonisch: «Denken Sie immer daran, liebe Kolleginnen und Kollegen, vergessen können ist eine aktive Leistung ihres Gehirns!» Dieser Satz bleibt mir ein Leben lang. Damit sind wir schon mitten im Thema. Warum habe ich diesen einen Satz aus dem ganzen Referat als einzigen nie vergessen? Die Suggestion muss tief in meinen Speicher eingedrungen sein. Nun stellt sich die Frage, wie steht es mit uns, die wir unser Gedächtnis täglich vollstopfen mit Daten und Geschichten? Haben Sie manchmal auch ein schlechtes Gewissen, wenn Ihnen Erinnerungen vollständig, hundertprozentig und unwiderruflich abhandengekommen sind? Wenn es Dinge und Erlebnisse sind aus der Jugend, von Gelesenem oder Erfahrenem bei einer Reise, ist das ja verkraftbar, aber wenn es den lieben

alten, sehr exakten ehemaligen Primarlehrer M. betrifft, der ihnen erwartungsvoll gegenübersteht und annimmt, sie erinnerten sich noch im Detail an seine Krankengeschichte mit dem Stent, der Pneumonie, dem Schenkelhals und, und, und ... da kann einen schon mal ein Gefühl überkommen, dass die haus-eigene Festplatte auch schon besser dran war. Dabei ist es offenbar ganz logisch. In den 70er Jahren hat eine Psychologin ihr Gedächtnis mit einem verblüffend einfachen Test im Selbstversuch geprüft [1]. Sie machte auf 5000 (!) Karteikärtchen täglich Notizen von diesem und jenem und überprüfte in der Folge jährlich ihre Erinnerung. Dabei stellte sie fest, dass sie ca. 5% der Erinnerungen pro Jahr verlor; zum Teil so, dass sie nicht mehr die geringste Ahnung davon hatte, was sie da eigentlich notiert hatte, keine Verbindung mehr herstellen konnte, gähnende Leere vorfand.



Das ist ja fast tröstlich für einen wie mich, da ich ein absolut chaotisches Gedächtnis zu haben scheine, mich an die verrücktesten unwichtigen Dinge erinnere und dafür Wichtiges nicht behalten kann. Kennen Sie den Morbus Mucha-Habermann? Dieses Wort hat mir ein fünfjähriger, cleverer Knabe vor 20 Jahren beigebracht. Er war auf meine Überweisung hin beim Dermatologen. Ich hatte als begeisterter Haut-Hausarzt auf ein Erythema exsudativum multiforme getippt, was mir zwar keine Medaille, aber wenigstens eine Ehrenmeldung einbrachte. Nun belehrte mich der lispelnde kleine Mann und zitierte den Konsiliararzt zu meiner Verblüffung, jede Silbe auskostend, haargenau. So funktioniert offenbar Lernen und Festhalten! Emotional, und verbunden mit Erinnerung an eine Szene. Alles gut so weit, nur ist das im Alltag nicht praktikabel. Ich kann nicht darauf zählen, 20 bis 30 Mal pro Tag Erinnerungen auf diese Weise festzumachen. Darum machen wir Notizen. Aber wie der oben beschriebene Versuch nachwies, helfen diese zwar oft, aber längst nicht immer. Es gilt, sich also wohl oder übel abzufinden mit dem Vergessen.

Höherer Preis für das Erinnern als für das Vergessen?

Aber Halt! Ist das wirklich ein Unvermögen und ein Defizit? Was Frau Dr. L. damals in ihrem Referat nämlich meinte, war doch, dass wir schlichtweg verrückt würden, wenn wir uns an alles erinnern könnten. Vergessen als Schutzmechanismus und Funktion, die uns das Weiterleben ermöglichen. Stimmt: Depressive hängen oft zurück, können sich nicht aus dem ewigen Mühlenrad von Gedanken und Erinnerungen lösen. Das Leben muss weitergehen, man muss nach vorne schauen können. Wenn ich an die schrecklichen Kriegsberichte denke, bin ich sicher, dass Menschen, die vergessen können, besser weiterleben, als jene, die sich immer wieder an die traumatischen Erlebnisse erinnern. Das würde also in der Summe bedeuten, dass wir oft für das Erinnern einen höheren Preis zahlen als für das Vergessen?

Was berichten uns die Patienten? Welchen Ausschnitt aus dem tatsächlich Geschehenen vermitteln sie uns wissentlich oder unbewusst? Wahrscheinlich das, wovon sie denken, es könnte uns interessieren, und das, was sie schmerzt, was sie nicht vergessen können. Am

häufigsten jedoch das, was sehr frisch und unmittelbar ist. Was sie uns nicht erzählen können, ist das, was sie vergessen haben. Also zum Beispiel die Hälfte ihres Bestandes an Erinnerungen nach jeweils fünf Jahren. Nun gut, wir leben ja alle nicht so schlecht mit diesen Verlusten, denn es ist sicher auch viel Unwichtiges dabei. Schwieriger ist es für Juristen und Richter, die auf die Wahrheit angewiesen sind. Wir tapen in der Medizin sowieso manchmal im Dunkeln, wo wir erstaunlicherweise, wie das Maultier im Nebel, trotzdem den Weg finden.

Sand abwerfen, um an Höhe zu gewinnen

Es ist mir viel bewusster als früher, dass sich auch meine Notizen über die Jahre mit der milchigen Patina des Vergessens überziehen. Da sind wohl Laborwerte und Kilogramme, EKG-Kurven und Röntgenbilder viel objektiver – stimmt das? Nur begrenzt, denn auch sie machen nur Sinn, wenn sie verbunden sind mit Erinnerungen an die Umstände, die damaligen Krankheiten oder Unfälle. So verbiegen sich auch diese «objektiven» Befunde zu etwas Neuem und bilden zusammen mit der lückenhaften Erinnerung ein Amalgam aus Geschichte und dem Jetzt. Das finde ich notabene immer unheimlich bei IV-Berichten und anderen Gutachten. Die «Rekonstruktion des wahren Patienten» kann nie echt gelingen und ist darum – das wissen wir als Hausärzte nur allzu gut – mangel- und fehlerhaft, trifft einfach des Pudels Kern nicht. So bewegen sich Hausarzt und Patient über die Jahre in einem Wechselspiel von Erinnern und Vergessen; und es ist sicher nicht so, dass ein besonders gutes Gedächtnis den guten Arzt ausmacht. Es ist vielmehr und immer wieder die Beziehung. Wenn Patient und Hausarzt sich einig sind über ihr Verhältnis, können sie das sich anhäufende Sediment des Vergessens getrost ruhen lassen. Vielleicht ist es sogar so, dass sie, wie die alten Ballonfahrer, immer wieder Sand aus den Erinnerungssäcken abwerfen müssen, um zusammen hoch über der Erde mit dem Lebenswind sicher fahren zu können.

Bildnachweis

© Tatyanaego | Dreamstime.com

Literatur

- 1 NZZ Folio Dez. 2015. Reto U. Schneider, «Das Experiment» Fünftausend Karteikarten.

Korrespondenz:
Dr. med. Edy Riesen
Facharzt für Allgemein-
medizin FMH
Hauptstrasse 100
CH-4417 Ziefen
edy.riesen[at]hin.ch