

Nicht «entweder/oder», sondern «sowohl als auch»

Es ist psychosomatisch ...

Alexander Minzer

Facharzt FMH für Allgemeine Innere Medizin, Psychosomatische und Psychosoziale Medizin SAPP, Präsident Schweizerische Akademie für Psychosomatische und Psychosoziale Medizin, Rothrist



Alexander Minzer

Als Präsident der SAPPM ist es mir eine Freude und Ehre, Sie zum lesen dieses Themenschwerpunktes von *Primary und Hospital Care* animieren zu dürfen.

«Es ist psychosomatisch ...», eine Aussage, die einem Patienten mit unklaren oder funktionellen Beschwerden gehäuft von Behandelnden oder aus seinem privaten Umfeld zu Ohren kommt. Diese Worte, respektive die sogenannte «Diagnose» scheinen aber dem Patienten vorerst wenig weiterzuhelfen. Und machen ihn auch noch nicht gesund. Sie haben sogar gelegentlich eine kontraproduktive Wirkung.

Eine Patientin als Beispiel, ein Fall, wie wir ihn alle kennen. Sie klagt über Unterleibschmerzen, unklare Ursache. An nicht invasiver Diagnostik hat sie bei verschiedensten Behandelnden alles Mögliche erlebt. Keine noch so grosse Koryphäe hat etwas gefunden. Ein operativ tätiger Kollege hat gehandelt und sogar in heroischem Einsatz eine Zyste entfernt, die aber nicht ursächlich für die Beschwerden war. Der Eingriff hat erwartungsgemäss zusätzliche Beschwerden generiert. Die Patientin – weiterhin gequält von ihren Beschwerden – erfährt, dass nun die Behandlungsmöglichkeiten ausgeschöpft sind. Es gäbe als letzte Option noch starke Medikamente gegen die Schmerzen. Wie so oft werden derartige Medikamente durch unsere Patientin wegen ihrer starken Nebenwirkungen abgesetzt. Nun steht sie alleine mit ihren Beschwerden und verunsichert da, konsultiert weiter Kollegin um Kollegen und erhält die Antwort: «Es ist nichts ..., es ist psychosomatisch.»

Die drei Worte «es ist psychosomatisch ...» beinhalten leider einiges an unnötiger unausgesprochener Abwertung des Leidens oder gar des Patienten. Das Symptom wird in Frage gestellt, aus mangelnder technischer Beweisbarkeit eines Leidens. Somit wird der Patient mit seinen Beschwerden ebenfalls in Frage gestellt. Wo wir «nichts» sehen, ist auch «nichts». Zuletzt ist er völlig verunsichert und stellt sich gar selbst in Frage. Die Abwehr von schlechtem Gewissen bezüglich möglicher eigener ärztlicher Insuffizienz spielt hier eine grosse Rolle. Ebenso die Ungeduld und die vermeintlich mangelnden Behandlungsmöglichkeiten bezüglich des

Krankheitsverlaufs. Auch Abwehr des Ohnmachtsgefühls, der Patientin (vermeintlich) «nichts» anbieten zu können. Darum wohl die Diagnose «es ist nichts ...». «Das sind eingebildete Beschwerden, demzufolge psychosomatisch»: so wird häufig argumentiert, wenn wir als Ärztinnen und Ärzte «nichts» finden. Dies erweckt den Eindruck, dass «psychosomatisch» dann wohl auch «nichts» ist. Doch dem ist zum Glück nicht so!

Wir wollen Euch mit dieser PHC-Ausgabe gerne Appetizer zum Thema servieren und Euch mit interessanten Beiträgen Einblick in das Fach der Psychosomatischen und Psychosozialen Medizin geben. Eine medizinische Subspezialität, der sich weit über 800 Ärztinnen und Ärzte in der Schweiz verschrieben haben. Eine vom *Schweizerischen Institut für ärztliche Weiter- und Fortbildung* SIWF anerkannte, berufsbegleitende zweijährige Zusatzausbildung, fächerübergreifend für alle Ärztinnen und Ärzte, in Ergänzung zu einem fünfjährigen, anerkannten Facharzt-Titel, erwerbbar. Hilfreich in der

Psychosomatik ist eine Disziplin, die sich den chronischen und schwierig behandelbaren Leiden ganzheitlich verschrieben hat, und die nicht aus «entweder/oder», sondern aus «sowohl als auch» besteht.

Behandlung funktioneller Leiden, wie im obigen Fall erwähnt. Ein Fach, das an mehreren namhaften Schweizer Universitätskliniken auf höchstem Niveau gelehrt und betrieben wird. Und im klinischen Alltag viel Freude bereitet.

Psychosomatik ist eine Disziplin, die sich den chronischen und schwierig behandelbaren Leiden ganzheitlich verschrieben hat, und die nicht aus «entweder (Psyche)/oder (Soma)», sondern aus «sowohl als auch» besteht und körperliche und seelische Leiden integriert behandelt. Eine Disziplin die vor dem «nichts» nicht zurückschreckt. Ich möchte Sie herzlichst dazu einladen, sich eingehender mit unseren Schwerpunkten zu beschäftigen ...

Es ist psychosomatisch! Viel spannende und interessante Momente damit.



Redaktionelle
Verantwortung:
Alexander Minzer, SAPP

Korrespondenz:
Dr. med. Alexander Minzer
Facharzt FMH für
Allgemeine Innere Medizin,
Psychosomatische und
Psychosoziale Medizin
SAPP, Präsident
Schweizerische Akademie
für Psychosomatische
und Psychosoziale Medizin
Breitenstrasse 15
CH-4852 Rothrist
Alexander.Minzer[at]hin.ch