

## Alles nur Einbildung? - Psychosomatische Erkrankungen

von Peter Launhardt

Was lässt sich über psychosomatische Erkrankungen sagen und verstehen lernen? Ein Patient hat bestimmte Beschwerden und lässt sich untersuchen. Doch es wird nichts gefunden, was die Beschwerden und Symptome die er hat, ausreichend erklären könnte. Aber der Patient leidet noch immer unter seinen Beschwerden und so werden weitere Untersuchungen veranlasst. Meistens wird dabei auch nichts Bedeutsames festgestellt, und der Arzt und der Patient kommen immer mehr ins Grübeln.

Vielleicht waren die Untersuchungen fehlerhaft? Vielleicht hat man an der völlig falschen Stelle und mit einer unpassenden Methode untersucht? Oder...vielleicht bildet sich der Patient seine Beschwerden nur ein und tut nur so, als ob er krank wäre?

Es gibt sehr viele Patienten, die mit mehr oder weniger deutlichen Symptomen zu kämpfen haben, bei denen jedoch keine eindeutigen Ursachen festgestellt werden können. Ihre Symptome können tatsächlich manchmal etwas vage und rätselhaft erscheinen und durch ungewöhnliche Umstände und Situationen ausgelöst werden. So kommt der Arzt ins Zweifeln und der Patient ist noch mehr verunsichert.

Für solche Fälle hat man den eleganten Begriff "Psychosomatische Erkrankungen" kreiert. Darunter kann man bequem all das abladen, was nicht in das übliche akademische Konzept von Krankheitsbild und Krankheitsursache passt. Unter einer so genannten psychosomatischen Krankheit zu leiden, empfinden viele als eine Mischung aus "*Schaut, ich bin wirklich krank!*" und einer Stigmatisierung aufgrund einer nicht greifbaren und möglicherweise "eingebildeten" Erkrankung.

Aber wenigstens hat man jetzt eine anerkannte medizinische Diagnose bekommen, an der man sich festhalten kann und sich somit nicht mehr mit allzu großen Selbstzweifeln quälen muss.

Eigentlich sollten wir ganz froh darüber sein, dass es so etwas wie psychosomatische Erkrankungen gibt, denn dadurch haben wir ein Beispiel, an dem deutlich wird, wie wenig die moderne Schulmedizin leider wirklich etwas von der Heilung und dem Wesen des Menschen versteht, denn dem Worte nach sind jede Krankheit und jedes Symptom psychosomatisch!

Die Verwendung der Begriffe "*Psyche*" (gr. Seele, Atem) und "*Soma*" (gr. Körper) symbolisiert doch schon deutlich genug, dass es in Wirklichkeit keine Trennung zwischen Körper, Geist und Seele gibt. Der physische Körper und die Seele/der Geist bilden, solange wir leben, immer eine Einheit und stehen in wechselseitigen Beziehungen zueinander.

Es ist eine Tatsache, dass es keine körperlichen Erkrankungen und Symptome ohne einen seelischen - geistigen Hintergrund oder dessen Mitwirkung gibt. Wenn uns beispielsweise etwas peinlich ist und wir uns dafür schämen (= eine seelische Reaktion; *Psyche*), dann werden wir normalerweise rot im Gesicht (= eine körperliche Reaktion; *Soma*). Sind wir emotional erregt (= *Psyche*), schlägt unser Herz kräftiger und schneller, unser Atemrhythmus verändert sich und unsere Augen sind weit geöffnet (= *Soma*). Oder auch umgekehrt: Wir schlagen uns versehentlich sehr schmerzhaft mit dem Hammer auf den Daumen (= *Soma*) und sind darüber plötzlich sehr erschrocken oder auch wütend (= *Psyche*).

Auch wenn die körperlichen Symptome sehr ausdrucksstark und deutlich messbar im Vordergrund stehen, existiert eine Verbindung zur seelischen-geistigen Ebene. Spielen bei einer körperlichen Krankheitssymptomatik, zum Beispiel einer Infektion, Bakterien eine wichtige Rolle, und sind sie möglicherweise sogar der Auslöser für die Krankheit, so ist die eigentliche Erkrankung auch nach dem erfolgreichen Einsatz eines

Antibiotikums noch nicht wirklich überstanden. Denn die im Körper vorhandenen Krankheitserreger stellen nur eine Widerspiegelung der "seelischen" Bakterien und der somit "seelischen" Entzündung dar. Die Erreger mögen zwar mit Erfolg abgetötet und unschädlich gemacht worden sein, aber der seelische Konflikt besteht weiterhin, denn ein Antibiotikum kann und wird die seelische Ebene nicht erreichen.

Leider wird eine so offensichtliche Tatsache in der modernen Medizin kaum berücksichtigt oder überhaupt in Erwägung gezogen. Dort konzentriert man sich ausschließlich auf das Stoffliche, also das, was man materiell nachweisen und untersuchen kann. Die Seele, ihre Befindlichkeit und ihr prägnanter Einfluss bleiben völlig außen vor oder man überlässt solche Dinge den Psychologen. Wir wissen, dass Geist und Seele qualitativ und energetisch immer über der Materie stehen und sogar die Voraussetzung für Körperlichkeit und Stofflichkeit bilden.

Aus diesem Grund muss findet eine wirkliche und tiefgründige Heilung auch immer auf der seelischen - geistigen Ebene stattfinden und nicht nur im oder am Körper. Menschen können sehr unterschiedlich und individuell in ihrem Krankheitsausdruck reagieren. Ist jemand verärgert und sehr wütend, bekommt er möglicherweise Kopfschmerzen. Ein anderer hat in dieser Situation vielleicht eine Gallenkolik, während der nächste mit Übelkeit reagiert und ein Magengeschwür entwickelt.

Würden jetzt all diese unterschiedlichen körperlichen Symptome medizinisch "weggemacht" werden, ginge es dem Patienten zwar vorläufig erst einmal besser, aber die ursprüngliche seelische Disharmonie und die Gefühle von Ärger und Wut existieren mehr oder weniger latent im Inneren weiter und streben danach, sich auszudrücken oder harmonisiert zu werden. Kommt es dann zu einem späteren Zeitpunkt wieder zu einer ähnlichen Situation oder irgendeinem anderen emotionalen Konflikt, sucht sich der seelische Anteil mit großer Wahrscheinlichkeit wieder einen Ausdruck auf der körperlichen Ebene.

Wir können also feststellen, dass jede Krankheit in einem psychosomatischen Zusammenhang betrachtet werden kann und man den Begriff Psychosomatische Erkrankungen vernünftigerweise viel weiter fassen müssten. Betrachten wir einmal die "klassischen" psychosomatisch bedingten Erkrankungen, wie beispielsweise Asthma, Migräne oder diverse Allergien, zeigen sich im oftmals diffusen und vielfältigen Symptomenbild dieser Beschwerden verschiedene Anteile. Der Patient weist mit seiner Symptomatik einerseits Anteile auf, die ärztlich-medizinisch mit Hilfe von "stofflichen" Substanzen oder Verfahren zu behandeln wären und andererseits Anteile, die psychologisch - therapeutisch betrachtet werden müssten.

Ist es nicht bedauerlich, dass die Weiterentwicklung der modernen Medizin immer mehr zur einer enormen Spezialisierung und Aufspaltung der ursprünglich *einen* Heilkunde in unzählige Fachrichtungen und Disziplinen geführt hat? Ein kranker Mensch sollte von jedem Vertreter der Heilkunst immer als ein ganzes Wesen wahrgenommen werden und seinen Körper, seinen Geist und seine Seele als eine Einheit betrachten und behandeln!

Weil aber heutzutage die meisten Mediziner und Therapeuten aus akademischen, finanziellen und organisatorischen Gründen nur noch ihr eigenes Süppchen kochen und nur ungern über ihren Tellerrand hinausschauen, verirren sich die Patienten immer weiter im Dickicht des Spezialistentums mit ihren vielen Geräten. Durch die Konfrontation mit den so genannten psychosomatischen Erkrankungen werden viele Ärzte und Therapeuten herausgefordert, sich einzugestehen, dass sie nicht viel über "die andere Seite" solcher Erkrankungen wissen oder wissen wollen. Oft sind Patienten mit psychosomatischen Erkrankungen recht unbeliebt bei den Repräsentanten der verschiedenen medizinischen Fachrichtungen und werden gerne von Kollege zu Kollege herumgereicht.

Die Ärzte aus früheren Tagen der Heilkunde (z.B. Antike) haben durchaus und auch ganz bewusst "stoffliche" und chirurgische Verfahren angewandt, um dem Menschen zu helfen.

Sie waren in erster Linie jedoch Priester und Heiler, um den Patienten auf der seelischen und spirituellen Ebene dienlich zu sein. Sie haben Krankheiten, egal welcher Art, schon immer als einen disharmonischen Ausdruck des gesamten Wesens des Menschen betrachtet.

Es ist sicherlich wichtig zu wissen, auf welche Sorte von Tierhaaren ein Patient reagiert, der unter allergischem Asthma leidet und welche pharmazeutische Substanz ihm dabei Erleichterung verschaffen kann. Aber wer hilft ihm herauszufinden, gegen wen oder auf was er in Wirklichkeit "allergisch" reagiert, anstatt dass er es weiterhin unbewusst auf harmlose Tierhaare projiziert und alle Hunde oder Katzen aus seinem Leben verbannt.

Bei Patienten mit psychosomatischen Leiden können wir gut beobachten, wie die bewussten und auch unbewussten seelischen Verdrängungs- und Kompensationsmechanismen sozusagen auf "Fünf vor Zwölf" stehen und sich mit Hilfe der unterschiedlichsten Symptomen eine Art Ventil für die unerlösten und dringlichsten seelischen Probleme erschaffen suchen. Wenn ein System von einem kompensierten Zustand allmählich in einen dekompenzierten Zustand überwechselt, so reichen schon kleine und geringe Störungen und Reize aus, um eine Destabilisierung zu bewirken. Diese Tatsache wird durch die große körperliche sowie emotionale Empfindlichkeit eines psychosomatischen Patienten verdeutlicht.

Hier wäre es angebracht und vom größten Nutzen für den Patienten, mit Hilfe therapeutischer Betrachtungen und in aller Ruhe den seelischen Pfad zu beschreiten und eine innere „Schicht“ nach der anderen zu beleuchten. Der Patient ist oft selbst überrascht, was und wie viel sich alles in seinem Innersten schon angesammelt hat und seit wie vielen Jahren unerlöst mit sich herumträgt.

Vieles davon ist ihm überhaupt nicht bewusst oder er hat es nicht als ein gestörtes und problematisches Thema wahrgenommen. Gerade hier wird es auch verständlicher, weshalb die körperliche Symptomatik analog zu dem seelischen Zustand oftmals so dramatisch und verwirrend zu sein scheint.

Es zeugt von Unverständnis und auch von einer gewissen Arroganz, wenn vorschnell die Behauptung aufgestellt wird, der Patient würde sich seine Symptome und Erkrankung nur *Einbilden*. Tatsächlich trägt er das eine oder andere "Bild" in sich, sei es als *Gefühlsbild*, als *Überzeugungsbild* oder als ein geistiges *Bild*. Diese "Bilder" können in der eigenen Selbstwahrnehmung verzerrt und gestört sein: denken wir nur an die permanente Präsenz von multimedialer Angst- und Meinungsmache und eines „politisch korrekten“ Konsum- und Weltbildes, das auf allen nur verfügbaren Kanälen auf uns einwirkt, und dem wir unglücklicherweise auf Kosten unseres Seelenfriedens zwanghaft hinterherrennen.

Seien wir doch - unter diesen Aspekten betrachtet - unserem Körper dankbar. Wenn die Seele nicht mehr weiß, wohin sie all diese Belastungen und Unausgewogenheiten noch abladen soll, dann tut sie es eben in Form von diversen körperlichen Symptomen!

Wir sollten diese als Mahnung und Wegweiser schätzen lernen und möglichst rasch eine Veränderung einleiten, um unsere "Bilder" und Vorstellungen zu korrigieren, bis sie - im Idealfall - wieder mit unserem ursprünglichen und zeitlosen Ur-Bild in uns übereinstimmen.

Autor:  
Peter Launhardt  
Heilpraktiker  
Darmstädter Str. 8  
DE-10707 Berlin  
(030) 889 247 83  
[www.heilersein.de](http://www.heilersein.de)