



Gehen Sie gerne zum Arzt?

Manchem unter unseren Lesern wird diese Frage etwas merkwürdig vorkommen. Viele Menschen verbinden mit der Frage nach dem Arzt oder der Ärztin Ängste, Sorgen und Nöte. Wieder andere haben wirklich schlechte Erfahrungen gemacht. Auch ein „Es kommt darauf an“ ist für einige die richtige Antwort. „Wenn es notwendig ist, gehe ich gerne hin, weil ich weiß, dass mir geholfen wird“ – „Mein Arzt ist kompetent, nett und freundlich. Ich gehe gerne zu ihm“ – wer geht schon gerne zum Arzt, wenn er nicht muss? „Wenn ich beim Arzt gewesen bin, und er hat nichts gefunden, fühle ich mich sicherer!“ – „Beim letzten Mal habe ich eine sehr schlechte Nachricht bekommen. Seitdem habe ich Angst vor jedem neuen Arztbesuch.“

Das Spektrum der Reaktionen auf eine so harmlos erscheinende Frage kann sehr breit und von Mensch zu Mensch extrem unterschiedlich ausfallen.

Mir fällt in diesem Zusammenhang eine kleine, auf den ersten Blick witzig erscheinende Erzählung ein: Ein Patient berichtet, er sei beim Arzt gewesen. Er sei über schwerwiegende Gesundheitsrisiken und Erkrankungssymptome ausführlich aufgeklärt worden. Er habe sämtliche besprochenen Dinge gut verstanden und nach der umfassenden Aufklärung einen wichtigen Beschluss gefasst: Er werde mit seinem Arzt über diese Themen nicht mehr reden!

VOR ALLEM KOMMUNIZIEREN

Was ist hier „falsch gelaufen“? Das, was beim Begegnen zweier Menschen entsteht, ist in diesem Falle nicht gelungen: die Kommunikation. Der Patient muss mit seinen Sorgen und Nöten, Befürchtungen und Wünschen an der Stelle abgeholt werden, an der er sich befindet. Seine Lebenswünsche, die Dinge und Verhaltensweisen, die ihn erfreuen,

gilt es zu berücksichtigen. Der Arzt, die Ärztin müssen erkennen oder erfühlen, wann Lebens- oder Herzenswünsche des Patienten, der Patientin durch Diagnosen, Empfehlungen, Behandlungen angetastet oder gar zerstört werden.

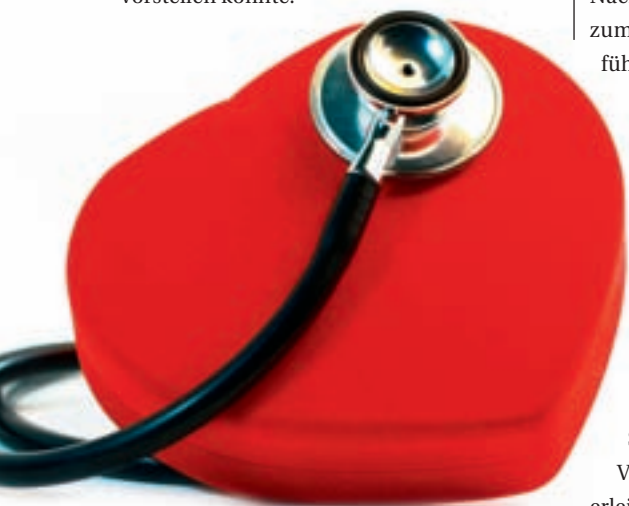
Hat der Patient auch Pflichten in der Kommunikation mit dem Arzt, der Ärztin? Ich denke: Ja! Wenn er sich in dem, was geplant wird und geschieht, als Person und Persönlichkeit verwirklicht sehen und „wiederfinden“ will, sollte er versuchen, sich in all seinen Merkmalen und Wünschen zu artikulieren. Offenheit und Ehrlichkeit darüber, was man wirklich zu tun und sich demzufolge auch vom Arzt „anzuhören“, besser aber mit ihm zu besprechen bereit ist, hilft beiden Seiten.

Ein großer Teil der Angst vor Medizin und Ärzten beruht auf der – häufig berechtigten – Sorge, im Verlauf einer Krankheit seine Autonomie zu verlieren. So werden etwa die „Apparatemedizin“ oder auch insgesamt die

Intensivmedizin in der Gedankenwelt plötzlich zum Gegner anstatt zum Helfer. Was kann man dagegen tun? Aufseiten der Medizin ist ein verantwortungsvoller, verhältnismäßiger und patientenorientierter Umgang mit modernster Technik gefragt. Die Angst und Sorge der Patienten bezieht sich nicht auf die Technik selbst. Fast kein Mensch möchte mit einem möglichst technikarmen Flugzeug fliegen, möglichst wenig Technik in seinem PC, ein möglichst altes Handy oder eine möglichst unmoderne Zentralheizung haben.

Die Angst bezieht sich hier auf die Gefahr, dass Technik zum Selbstzweck werden könnte und beispielsweise Intensivmedizin nicht mehr allein das Leben, sondern auch das Sterben verlängert. Hier müssen wohlwollende, kenntnisreiche Verantwortlichkeit und gegenseitige Information es ermöglichen, Vorgänge allein am Wohl und an den Zielen des Patienten zu orientieren.

Situationen, in denen man sich als Patient nicht mehr selbst zu seinen Zielen und Wünschen äußern kann, kommen oft völlig überraschend, ohne Vorbereitung und unumkehrbar. Hier sind einerseits Patientenverfügungen – nach guter und eingehender Beratung! – sinnvoll. Andererseits ist es wichtig, nahestehenden, geliebten Menschen durch immer wieder stattfindende Gespräche zu erklären, wie diese Verfügungen gemeint sind. Manchmal sind Beschreibungen dieser vertrauten Menschen über allgemeine und spezielle Wünsche und Ziele des Patienten ebenso wichtig wie bestimmte Verfügungen, die zu einem Zeitpunkt entstanden sind, an dem man sich die aktuell eingetretene Situation noch überhaupt nicht vorstellen konnte.



PROF. DR. MED. THOMAS BUDDE, leitender Arzt der Klinik für Innere Medizin I und Kardiologie am Alfried-Krupp-Klinikum Essen

Vielleicht werden Sie jetzt ein wenig erschrecken, auf welche Überlegungen Sie sich eingelassen haben, nachdem Sie an der relativ simpel erscheinenden Frage „hängen geblieben“ sind, ob Sie gerne zum Arzt gehen. Ich denke, Sie verkraften das!?

Die vorliegende Ausgabe von FACTS gibt Ihnen erneut eine – wie ich meine – spannende Übersicht über verschiedene Bereiche der modernen Medizin. Hierbei geht es nicht „nur“ um die effektive Behandlung bereits eingetretener Erkrankungen, sondern vor allem um Präventionsmedizin. Die Notwendigkeit einer Gesundheitsvorsorge und auch die Nachfrage nach derartiger Medizin haben zum Gebiet der „Präventionsmedizin“ geführt. Die Primärprävention beschäftigt sich hierbei damit, dem Auftreten von Erkrankungen entgegenzuwirken, während die Sekundärprävention das Auftreten von Komplikationen oder das Fortschreiten einer bereits bestehenden Erkrankung verhindern will.

Auch diese Form der Medizin kann für Sie, liebe Leserinnen und Leser von FACTS, einen großen Nutzen bieten. Haben Sie den Mut zum ersten Schritt! Wenn Sie gesund sind und es bei einer reinen Vorsorgeuntersuchung bleibt, werden Sie erleichtert nach Hause gehen.

Wenn bei Ihnen eine – vielleicht auch schwere – Erkrankung diagnostiziert wird, ist die Sache womöglich nicht einfach. Das Wissen kann belasten, deprimieren und in schwersten Fällen auch verzweifeln machen.

Auf der anderen Seite: Auch bei einer schweren Erkrankung hilft Ihnen eine fachmännische Diagnose um aus unbewussten und oft übermächtigen Sorgen und Ängsten etwas zu machen, das Sie gemeinsam mit anderen Menschen angehen können. Diese Menschen können Fachleute, geliebte Menschen aus dem privaten Umfeld, Verwandte, Freunde, Kollegen oder andere sein. Mit gelingender ärztlicher Hilfe wird aus drohenden Schicksalsschlägen und Sorgen oft ein etwas besser einschätzbares und persönlich zu bewältigendes Szenario. Am meisten Angst haben wir nämlich vor Dingen, die wir als bedrohlich empfinden, über die wir aber nichts oder zumindest doch nichts Genaues wissen.

Tun Sie den wichtigen ersten Schritt! Als Gesunder ist es wichtig und sinnvoll, sich regelmäßig zu Vorsorgeuntersuchungen zu begeben, die eine nennenswerte Anzahl relevanter Gesundheitsgefährdungen erkennen und Sie bei der Abhilfe beraten können. Sie bleiben auf der Basis der erhaltenen Informationen nach wie vor „Herr(in) Ihrer Angelegenheiten“.

ZU IHREN DIENSTEN

Bei bedeutsamen Erkrankungen ist eine frühe Erkennung, Diagnose und Behandlung ebenfalls dazu geeignet, Ihnen Entscheidungsmöglichkeiten über weitere diagnostische oder therapeutische Maßnahmen zu geben. Obwohl Sie vielleicht Sorgen darum haben, fremdbestimmt zu werden und ohnmächtig zu sein, ist gerade die frühzeitige Kenntnis über Erkrankungen und die genaue Klärung meist der einzige Weg, sich die verbleibende Entscheidungsautonomie zu bewahren.

Auch wenn Sie nicht immer unbedingt gern zum Arzt gehen: Tun Sie es – in dem Wissen, dass – mit Ihrer Hilfe! – Ärzte und Medizin Ihnen im besten Sinne „zu Diensten sein“ wollen und dies meist auch können!

Thomas Budde