

## **Interview mit Univ. Prof. Andreas Michalsen, Chefarzt der Abteilung Naturheilkunde im Immanuel Krankenhaus Berlin**

Sehr geehrter Herr Prof. Michalsen, Sie sind Chefarzt der Abteilung Naturheilkunde im Immanuel Krankenhaus Berlin. Die Naturheilkunde scheint es Ihnen angetan zu haben. Zieht sie sich doch schon seit fast 20 Jahren wie ein roter Faden durch Ihre ärztliche Tätigkeit.

Auf Ihrer Homepage haben Sie ein interessantes Zitat angeführt. Sicher steht hinter diesem Zitat auch die Antwort auf die Frage, warum Sie sich so intensiv für die Naturheilkunde und ihre Anwendung im klinischen Bereich engagieren.

### *1. Bitte erläutern Sie, was Sie mit dem Zitat auf Ihrer Homepage aussagen möchten.*

Es gibt zwei große Punkte für die ich sehr gerne eintrete: Der erste ist, dass bedingt durch die Veränderungen in unserem modernen Lebensstil wir große Probleme mit chronischen Erkrankungen haben und dass es für die Zukunft gesehen keine realistische Lösung ist, das nur mit technischer und pharmakologischer Medizin anzugehen. Das wird nicht gehen und das wird auch nicht bezahlbar sein und insofern müssen wir da auf die gute Naturheilkunde und die wirksamen Maßnahmen der Naturheilkunde zurückgreifen, um auf naturgemäße Art und Weise chronischen Erkrankungen Einhalt zu gebieten.

Der 2. Punkt betrifft die traditionelle Medizin. Wir neigen dazu zu sagen, alles was modern ist, ist gut und alles was alt ist, ist schlecht. Wir haben aber große Schätze in der traditionellen Medizin weltweit, besonders aber in China, in Indien mit Ayurveda aber auch in Europa und ich finde es sehr wichtig, dass man diese Traditionen nicht vergisst und das in der Therapie dann zu einer besten Medizin kombiniert.

Sie wenden in Ihrer Abteilung naturheilkundliche Verfahren gleichberechtigt neben der Schulmedizin und anderen Maßnahmen wie Ernährungstherapie und Bewegungstherapie an.

### *2. Wie wird diese Kombination von den Patienten in der Klinik angenommen?*

In der Regel gut. Es ist natürlich so: Wir alle haben den inneren Schweinehund und jeder Mensch, erst mal so wie er vor uns steht, wir alle eingeschlossen, hat ja zu diesem Zeitpunkt sein Leben so geführt wie er es gewählt hat. Es hat ihm geschmeckt und das eine oder andere Kilo zu viel hat er ja auch bewusst mitbekommen. Und es ist ja so, dass wir auch kein Informationsproblem haben in Deutschland. Jeder weiß im Grunde genommen auch, was gesunde Ernährung ist, was Bewegung an frischer Luft ausmacht. Insofern konfrontieren wir Patienten natürlich auch ein Stück weit damit was sie verdrängt haben, was aber, glaube ich, auch ganz gut ist. Mit dem Konzept unserer Klinik, wir reden da nicht lange um den Brei herum, geben wir Selbsterfahrung durch Heilfasten, durch Yoga, durch Bewegung, so dass der Genuss des Ganzen, der positive Effekt spürbar wird. Dann haben wir eine Möglichkeit, dem inneren Schweinehund Paroli zu bieten, wenn man merkt, dass ist jetzt nicht nur oberlehrerhaft, hier kommt der Arzt rein und sagt Du musst aber, sondern die Patienten spüren, ich bin wacher, ich bin freudiger, ich habe mehr Lebenslust - man muss das mit den Sinnen machen.

### *Wie lange braucht es, bis dieser Effekt eintritt?*

Es braucht eine Zeit. Wir sind, glaube ich, die einzige Abteilung in Deutschland, neben der in Essen, wo das noch geht, dass die Patienten zwei Wochen bleiben können. Sie können sieben bis zehn Tage fasten, können jeden Tag Bewegung, Yoga, Bäder, Kneippanwendungen machen und spätestens am 4. bis 5. Tag merken die Leute wie gut es ihnen geht. Und dann haben wir eine andere Basis, um zu sagen: „Mensch, steuern Sie doch mal um in Ihrem Leben“.

### *Mit welchen Erkrankungen kommen die Leute in Ihre Klinik?*

Wir bekommen inzwischen sehr viele Einweisungen von Ärzten, weil die Erkrankungen, die wir behandeln, Volksleiden geworden sind. Wir behandeln Arthrose, Diabetes, Rheuma, Bluthochdruck, Rückenschmerzen und Depressionen und zeigen **den Patienten, wie sie zu Hause weitermachen und**

sich selbst helfen können.

Es sind hauptsächlich chronische Erkrankungen, Schmerzerkrankungen wie chronischer Rückenschmerz, Migräne, das Fibromyalgiesyndrom, rheumatische Erkrankungen wie rheumatoide Arthritis oder immunologische Erkrankungen, Darmerkrankungen wie Reizdarm und Colitis, dann die großen Stoffwechselerkrankungen Diabetes, chronische Herzerkrankungen, Bluthochdruck, Depressionen, Angsterkrankungen, ergänzend Krebserkrankungen und wir behandeln auch chronische Hauterkrankungen wie Schuppenflechte und Neurodermitis.

*4. Angenommen, ein Patient mit (Beispiel Ihrer Wahl) käme zur Behandlung in Ihre Abteilung. Wie würde die Behandlung ablaufen?*

Als erstes ordnen wir ihm die klassischen Naturheilverfahren zu, das heißt, welche Ernährung ist geeignet, wird gefastet oder nicht gefastet, Kartoffel-Reis Diät oder gibt es eine Spezialdiät. Als Zweites kommt ein Bewegungsprogramm und als Drittes ein Stressreduktionsprogramm dazu. Dann kommt in der Regel ein Kälte oder Wärmeverfahren dazu wie Hyperthermie, Kältekammer, Kneipp Anwendungen; dann kommt ein manuelles Verfahren dazu wie Osteopathie, manuelle Therapie, Massage und dann kommt indikationsbezogen ein ärztliches oder spezialtherapeutisches Verfahren dazu wie beispielsweise Akupunktur, Neuraltherapie, Blutegel, Schröpfen oder auch mehrere dieser Verfahren. Und dann gibt es noch Spezialtherapien, wie gelegentlich mal Homöopathie oder Ayurveda oder Phytotherapie nach den Regeln der chinesischen Medizin, aber wirklich nur dann, wenn die anderen Verfahren nicht schon ausreichend sind

*5. Welche naturheilkundlichen Verfahren liegen Ihnen besonders am Herzen und warum?*

Besonders am Herzen liegt mir zum einen die Blutegeltherapie, weil ich diese Therapie für extrem unterschätzt, aber hoch wirksam halte, dann das Yoga, das ich für eine der besten Selbsthilfemethoden halte, die wir auf der Welt haben. Beim Yoga gefällt mir besonders gut, dass man damit nicht nur die Schmerzen, sondern auch die Stimmung und die Lebensqualität erreicht. Und drittens das Fasten. Das Fasten halte ich auch für ein Geschenk, das man bei fast jeder chronischen Erkrankung annehmen sollte.

*6. Sie haben zahlreiche Publikationen zur Wirksamkeit naturheilkundlicher Verfahren veröffentlicht und die Forschung auf diesem Gebiet hat einen festen Platz in Ihrer Arbeit.*

*Welche Schlussfolgerungen ziehen Sie aus dieser Arbeit in Bezug auf Wirksamkeit und Einsatzgebiete in der ambulanten und stationären Versorgung?*

Der Schluss ist relativ einfach zu ziehen. Ich denke, die Naturheilkunde hat einen großen Stellenwert und die Wirksamkeit ist sehr sehr gut belegt. Es sind kostengünstige, nebenwirkungsarme Verfahren und der einzige Skandal ist, dass sich das nicht weiter ausbreitet in der medizinischen Versorgung, sondern, dass es immer noch ein randständiges Dasein fristet.

*7. Die Naturheilkunde wird in Ihrer Abteilung sowohl in der Medizin als auch in der Pflege angewendet. Welchen Stellenwert haben die naturheilkundlichen Anwendungen in den verschiedenen Bereichen?*

Wir haben hier ganz bewusst die Pflege sehr stark integriert in die Naturheilkunde. Das heißt auch, in den Bereichen der ganzen physikalischen, der balneologischen, der hydrotherapeutischen Anwendungen wird sehr viel von der Pflege appliziert. Hier ist die Kräuterheilkunde zu nennen, aber auch der ganze Bereich der klassischen Anwendungen von Quarkwickeln bis Bockshornklee-Anwendungen, Einreibungen mit Kräuterölen, die klassischen Leibwickel, die Priesnitzwickel. Also, die Pflege ist ganz ganz stark auch in die Fastenbegleitung integriert. Das heißt, bei uns sind drei große Berufsgruppen beteiligt: Wir haben die Ärzte, die Physiotherapeuten, die einen ganz großen Stellenwert haben und die Pflege. Alle arbeiten zusammen. Dann haben wir noch die Psychosomatik an Bord, denn viele naturheilkundliche Patienten haben zusätzlich eine psychosomatische Problematik. Das liegt auch an diesen Indikationen und wir glauben, dass man

das schon mit im Programm haben muss. Als Spezialgruppe haben wir dann auch noch die Mind-Body-Mediziner, also die Ordnungstherapeuten, eine Berufsgruppe, die speziell dafür ausgebildet ist Stressreduktion, Verhaltenstherapie und Entspannungstherapie auf höchstem Niveau den Patienten anzubieten.

8. Wie Sie wissen, habe ich gemeinsam mit Therapeuten verschiedenster Gesundheits-Bereiche (Ärzte, Physiotherapeuten, Ökotrophologen, Entspannungstherapeuten usw.) den Verein „*Integrative Medizin Emsland e.V.*“ gegründet. Wir erstellen gemeinsam Konzepte zur integrativen Behandlung chronischer Erkrankungen. Mit Hilfe der Konzepte beraten wir Menschen, die ergänzend zur schulmedizinischen Behandlung nach weiteren sinnvollen und anerkannten Therapiemaßnahmen suchen.

*Welchen Rat können Sie uns geben, unser Anliegen, die Integrative Medizin im Emsland zu implementieren und damit einen Beitrag zur Gesundheitsförderung im Emsland zu leisten, noch effektiver umzusetzen und nachhaltig ins Bewusstsein von Patienten, Therapeuten und Institutionen zu bringen?*

Ich würde zuerst vorschlagen und empfehlen den Schulterschluss mit bereits bestehenden Verbänden zu suchen wie Carstens Stiftung und Kneipp Bund. Naturheilkunde ist und war immer eine Laienbewegung, eine vom Volke getragene Bewegung und das ist ja auch heute noch so. 70% der deutschen Bevölkerung möchten mit Hilfe der Naturheilkunde behandelt werden. Da muss man sich wechselseitig stärken. Eine Art Graswurzelbewegung wird sicher am Besten zum Ziel führen. Andererseits muss man dicke Bretter bohren, es aber dennoch tun und mit den Entscheidungsträgern in Krankenhäusern, mit Krankenversicherern sprechen, um ihnen immer wieder zu zeigen und ihnen darzulegen, dass mit der Naturheilkunde ein wirksames und kostengünstiges Fachgebiet eigentlich ungenutzt vorliegt. Das ist allerdings nicht ganz einfach. Dafür braucht man etwas Geduld und Durchhaltevermögen.

Herr Prof.Michalsen, vielen Dank für dies ausführliche Interview!