

## „Krank ohne Befund“ – Eine Anklageschrift

### Psychosomatik

*Soma* heisst im Griechischen Körper. Es geht also um Störungen, die den Körper betreffen, aber ihren Ursprung in der Psyche haben.

Der eine oder andere fühlt sich rasch erschöpft, hat Herz-, Rücken- oder Kopfschmerzen oder leidet tageweise unter Durchfall. Und das nicht nur einmal, sondern immer wieder über lange Zeit, bis man sich entschließt, doch zum Arzt zu gehen. Der leitet ein EKG ab, macht eine Ultraschalluntersuchung, schickt Blutproben ins Labor usw. – und dann stellt er fest: kein krankhafter körperlicher Befund. Und dann? War alles nur „eingebildet“?

Das Buch von Dr. Manfred Stelzig, Psychiater und Psychotherapeut, Chefarzt an der Psychiatrischen Universitätsklinik Salzburg, beschreibt, dass in der hausärztlichen Praxis jeder vierte Patient psychische bzw. psychosomatische Störungen hat, und klagt an, dass dies oft nicht zu den notwendigen therapeutischen Konsequenzen führt.

die wichtigsten Erscheinungsbilder kann man sich in diesem Buch informieren.

Nicht selten stehen Störungen der verschiedenen Organe mit einer Depression im Zusammenhang. Der Volksmund hat dafür viele Ausdrücke: Etwas ist „zum Kotzen“, hat mir „auf den Magen geschlagen“ oder hat dem Nachbarn das „Herz gebrochen“. Oft laufen Menschen lange von Praxis zu Praxis, bis endlich eine psychische Störung als Ursache erkannt wird und ein Psychotherapeut eingeschaltet wird.

Der Autor gibt auch Anleitungen, wie man selbst bestimmte gesundmachende und krankheitsvermeidende Verhaltensweisen trainieren kann. Dabei wird öfters mit „Seelengarten“, „positivem Denken“ u.a. eine etwas biedere „Kuschelpsychologie“ bemüht. In ziemlich gefährliches Fahrwas-

ser begibt sich der Autor, wenn er auf neurobiologische Aspekte von seelischen Störungen zu sprechen kommt. Häufig nimmt er auf ein „Serotoninmangel-syndrom“ und ähnliche Versatzstücke einer von Big Pharma manipulierten Sempel-Psychiatrie Bezug und empfiehlt dementsprechend Psychopharmaka, ohne dass wissenschaftliche Belege dafür existieren. Dennoch erfahren Leserinnen und Leser in dem Buch viel über das Wesen psychosomatischer Störungen und über die wichtigsten psychotherapeutischen Verfahren.



Stelzig M (2013) Krank ohne Befund. Salzburg: Ecowin Verlag, 256 S., 21,90 €

Psychosomatische Leiden werden häufig erst nach einer langen Odyssee von Arzt zu Arzterkannt und lange nicht sachgerecht behandelt, weil Hausärzte und Internisten keine psychotherapeutische Ausbildung haben und weil das Gespräch in der Medizin grotesk unterbezahlt ist. Über

## „Die Homöopathie-Lüge“

Dieser Titel ist eine Provokation für alle, die Sympathien für homöopathische Mittel hegen. Damit haben die Medizinjournalisten Christian Weymayr und Nicole Heißmann kein Problem. Sie wollen endlich jene Lücke füllen, die in Buchhandlungen klafft: Da reiht sich Ratgeber an Ratgeber über homöopathische Globuli, aber nirgends steht eine fundierte Einschätzung zur Lehre und Wirkung der modernen Anhänger Hahnemanns.

Mit Wirkung ist nicht nur die Frage gemeint, ob Homöopathie überhaupt wirksam ist – also wirksamer als eine Behandlung mit Placebo – sondern auch die

Frage, warum gerade in den letzten Jahrzehnten viele Ärzte und Apotheker, Krankenkassen und Politiker vor der Magie einer 200 Jahre alten Lehrmeinung

eingeknickt sind. Irgendwie hat sich das Gesundheitssystem mit der Homöopathie arrangiert. Es verkauft die Präparate, bezahlt Diagnosen, bietet Fortbildungsveranstaltungen für Ärzte, Masterkurse an der Universität an.

Um dieses „irgendwie“ zu erklären, haben Weymayr und Heißmann eine Menge über Lobbyarbeit und Marktmechanismen und naive Medienleute zusammengetragen.

Auch den Erfolg bei Patienten sprechen die Autoren an, etwa das vielzitierte „Mehr an Zuwendung“ und dass „sich Erwartungen und Hoffnungen weitgehend dem Zugriff des Verstandes entziehen“. Warum sonst lassen

sich so viele Menschen auf Präparate ein, die wenig bis gar keinen Wirkstoff enthalten? Wie sonst machen Vertreter der Homöopathie-Lehre glauben, dass die Mittel um so besser wirken, je höher sie „potenziert“ (also verdünnt) sind? Und wie können sie gleichzeitig empfehlen, zwei Globuli statt einem zu schlucken, wenn mehr Wirkung erzielt werden soll? Ist das alles Hokuspokus?, fragen Weymayr und Heißmann.

Natürlich gehen sie auch der Frage nach, was Studien mit homöopathischen Verfahren überhaupt messen, wenn sie tatsächlich einen Nutzen ermitteln. Können diese Studien ordentlich gemacht sein? Ist ein positives Ergebnis Zufall?

Schade nur, dass das Buch voller Detailinformationen – auch über die Herren Grönemeyer und Walach, die Damen Veronica Carstens und Barbara Steffens, die Firma Heel und die Viadrina-Universität – kein Personen- und Sachwortregister hat. Aber einige wichtige Quellen werden im Text und am Ende genannt.



Weymayr C und Heißmann N (2012) Die Homöopathie-Lüge. München: Piper, 332 S., 16,99 €

## Mit Margarine den Cholesterinwert senken?

**„Becel pro.aktiv® senkt aktiv den Cholesterinspiegel“ steht auf der Packung einer Margarine.<sup>1</sup> Das stimmt. Dennoch steht Becel pro.aktiv® im Mittelpunkt einer gerichtlichen Auseinandersetzung. Verbraucherschützer klagen gegen den Hersteller.**

Der Margarine sind 15% Phytosterine beigemischt. Das sind fettähnliche Stoffe, die nur in Pflanzen vorkommen. Der medizinische Nutzen der cholesterinsenkenenden Margarine ist unklar. Auch gibt es erste Hinweise auf gesundheitliche Risiken.<sup>2,3</sup> Dennoch: Unilever, der Hersteller von Becel pro.aktiv®, formulierte 2011 in einer Presseerklärung: „Aus wissenschaftlicher Sicht gibt es keinen Hinweis darauf, dass der Verzehr Pflanzensterin-angereicherter Produkte mit Nebenwirkungen in Verbindung zu bringen ist“.<sup>4</sup>

Der Verein foodwatch, der sich für sichere und gesunde Nahrungsmittel einsetzt, reichte Klage gegen diese Behauptung ein. Das Gericht wies aber im Dezember 2012 diese Klage mit der Begründung ab, die Aussage sei eine „Meinungsäußerung“. Das halten wir für einen Skandal, denn der Inhalt einer „Meinungsäußerung“ muss im Gegensatz zu einer „Tatsachenbehauptung“ nicht auf seine Richtigkeit geprüft werden. Das Gericht hat also gar nicht erst untersucht, ob es Nebenwirkungen gibt. Die „Mei-

nungsäußerung“ von Unilever darf also stehen bleiben, obwohl sie tatsächlich nicht korrekt ist – denn es gibt Hinweise auf Nebenwirkungen. Foodwatch legte gegen das Urteil Berufung ein.

Dieses Urteil ist ein Rückschritt für den Verbraucherschutz. Wie sollen Verbraucher erkennen, ob Behauptungen in der Werbung eine „Meinungsäußerung“ oder „Tatsache“ sind? Zwar gibt es europäische Regelungen zu Gesundheitsbehauptungen bei Lebensmitteln (Health Claims, siehe GPSP 1/2011 S. 8 und 12; 4/2012 S.4). Der Fall Becel zeigt aber, wie leicht Hersteller mit zweifelhaften oder unrichtigen Verlautbarungen zur Gesundheit ihrer Produkte durchkommen. Die einfachste Lösung wäre, krankheitsbezogene Versprechungen in der Lebensmittelwerbung grundsätzlich zu verbieten.

- 1 [www.becel.de/proactiv/Uber-Becel-pro-activ/Becel-proactiv.aspx](http://www.becel.de/proactiv/Uber-Becel-pro-activ/Becel-proactiv.aspx) (Abruf 24.1.2013)
- 2 Assmann G u.a. (2006) Nutr Metab Cardiovasc Dis.; 16, S.13
- 3 Kelly E R u.a. (2011) Atherosclerosis 214, S. 225
- 4 Unilever (2011), Pressemitteilung 15.11. (zitiert nach Klageschrift foodwatch e.V. vom 17.1.2012)