

# Von Ideen, Tatsachen und Einsichten

## Von Ideen

(aus: Der Internist 1997, Nr.38, 344-351; Springer Verlag, M.Berger, B.Richter, J.Mühlhauer; Evidence-based Medicine – Eine Medizin auf rationaler Grundlage)

«.....Evidence-based (auf Beweisen fußende) Medicine ist die auf wissenschaftlicher Erkenntnis begründete Medizin. Der gegenwärtig beste und zugleich effektivste Weg dazu dürfte die Literaturrecherche unter Zuhilfenahme computergestützter Systeme sein.....In der Datenbank Medicine (oder in anderen) in recherchieren, darf heute als Standard zumindestens jeder medizinischen Universitätsbibliothek angesehen werden. Es ist zu erwarten, diese Möglichkeit auf alle Krankenhäuser auszudehnen; und viel spricht dafür, dass für die künftige und entsprechend ausgebildete ärztliche Generation das Hilfsmittel computergestützter Literaturrecherche sogar in der ambulanten Praxis unverzichtbar wird. ....Konsequent angewendete evidence-based medicine wird vermutlich zu einem ungeahnten Qualitätsschub in der Patientenbehandlung führen.»

«.....Zu Beginn meiner eigenen (M.B.) Ausbildung in einer führenden deutschen Universitätsklinik für innere Medizin habe ich immer wieder erlebt, dass Fragen nach den Beweisen für den Nutzen eines bestimmten diagnostischen oder therapeutischen Vorgehens von professoralen Vorgesetzten nicht mit dem Zitat einer adäquaten wissenschaftlichen Untersuchung beantwortet wurden, sondern dass ersatzweise auf die eigene klinische Erfahrung oder die Tradition der Klinik verwiesen wurde. Später habe ich erkennen müssen, dass auf diese Weise Vorgehensmuster ritualisiert wurden, welche für die Patienten nicht nur nutzlos, sondern schädlich gewesen sind: *Dazu gehörten etwa die routinemäßige Durchführung von i.v. Pyelogrammen bei allen Patienten mit Diabetes mellitus; die Therapie der überwiegenden Mehrzahl der Typ II Diabetiker mit den Biguaniden Phenformin oder Buformin, nicht selten in Kombination mit Clofibrat; die routinemäßige Digitalisierung von Patienten im Alter >65 Jahren; das Ritual der Gabe von Euphyllin®- Ozothin®-Bisolvon® Kombinations-Injektionen bei allen Patienten mit Atemnot; und die gleichfalls wissenschaftlich niemals abgesicherte traditionelle Diabetes-Diät, mit der alle Typ I Diabetiker mal-traitiert wurden.*»

**Das Instrumentarium für die wissenschaftlichen Beweise sowohl für Diagnostik als auch für die Therapie sind Studien. Das Paradeferd, der sogenannte Goldstandard, aller Studien ist die Doppelblindstudie<sup>1</sup>:**

(aus Wikipedia) «Bei dem zu wählenden Studiendesign kommt der Randomisierung große Bedeutung zu. Diese wird bei kontrollierten Studien so gut wie immer durchgeführt, meist in Kombination mit Verblindung. Bei einer Doppelblindstudie darf dem Prüf-Arzt nicht bekannt sein, welcher Therapiegruppe der Patient zugewiesen wird. Durch die Verblindung kann bewussten und unbewussten Einflüssen auf das Behandlungsergebnis vorgebeugt werden und somit die Glaubwürdigkeit der Studie und ihrer Resultate erhöht werden. Nur bei strikter Geheimhaltung der Randomisierungs-Codes können Selektionseffekte vermieden werden.»

**Daraus folgt: (neuere) westliche Medizin gründet sich auf Studien. Erfahrungen werden zunehmend nur dann akzeptiert, wenn sie mit Studien belegt werden können.**

Dazu ein paar Überlegungen.

Eigentlich ist es einleuchtend Studien zu machen um Einzelfall-Beobachtungen in dem Sinne zu überprüfen, indem das eingesetzte Mittel (Medikament oder anderes) geprüft wird und man andere Einflüsse damit ausschliessen möchte.

Was bei Studien aber generell stört ist die Tatsache der Ausschliessung. Man glaubt durch Akademisierung, durch ausgefeiltes Denken (Statistik), durch Vereinzelung einer Massnahme das Ganze erschöpfend erfassen zu können. Ein Mensch ist aber viel zu komplex um mit denkerischen Vorgängen umfassend verstanden werden zu können.

Ein wichtiger Grund, der vielen medizinischen Akteuren nicht bewusst ist, warum Studien gemacht werden, ist folgender: Wenn eine Studie (statistische) Wirksamkeit einer Massnahme belegt, dann trägt man als Einzelner (Arzt) keine Verantwortung mehr für das eigene Tun. Was immer man tut, ob es funktioniert oder fehl geht, man tat es so wie andere (Studien-Macher, Opinion-Leader) es empfohlen haben. Man fühlt sich in (falscher) Sicherheit.

Die Vereinzelung von Massnahmen gründet nicht auf Tatsachen, sondern auf Gedanken über eine Beobachtung. Studien sind Gedanken, Ideen und haben mit Tatsachen meist wenig zu tun. So werden heutzutage Therapien gemacht, beispielsweise in der Onkologie, die Wirksamkeit reklamieren und in Wirklichkeit dem Patienten nichts nützen. Wenn man entsprechende Studien genauer anschaut die solchen Therapien zu Grunde gelegt werden, findet man Sonderbares. Wirksamkeit bedeutet oftmals ein längeres Überleben von 2-3 Wochen (!) und dies bei verminderter Lebensqualität und Therapiekosten, die im Einzelfall gerne die Hundertausendfrankengrenze überschreiten. Das sind Tatsachen.

## **Von Tatsachen**

In der sehr alten Chinesischen Medizin ist es anders. Die alten Chinesen haben eigentlich nichts anderes getan als die Natur studiert, analoge Schlüsse auf den Menschen gezogen und so ein medizinisches System geschaffen, das auf reine Naturbeobachtung, auf reinen Tatsachen beruht.

Ein Beispiel.

Die alten chinesischen Ärzte haben beobachtet, dass der Wind die Leber schädigt, die Hitze das Herz belastet (auch jeder westliche Arzt weiss, dass in der Sommerhitze viele Patienten Herzinfarktgefährdet sind und Herzinsuffizienz ein grosses Thema in den heissen Sommermonaten ist), die Feuchtigkeit der Milz zusetzt, die Trockenheit die Lungenfunktion beeinträchtigt und die Kälte der Niere Probleme bereitet. Aufgrund jahrhundertelangen Beobachtens und nachfolgendem Aufschreiben der Wetterphänomene bzw. der klimatischen Bedingungen entdeckten sie eine Rhythmik dieser Ereignisse. Sie stellten fest, dass sich die Phänomene des

Wetters bzw. des Klimas alle 60 Jahre wiederholen. Das heisst, man kann einerseits sagen wie sich das Wetter im kommenden Jahr verhält, weil man weiss wie es vor genau 60 Jahren war. Man kann aber auch sagen, wie es bei einem einzelnen Menschen zum Zeitpunkt seiner Geburt war. Und aufgrund dieser Kenntnisse kann man eine Aussage über «die Grundschwäche» eines Menschen machen, das heisst, man kann sagen, welches Organ beim betreffenden Menschen dazu neigt krank zu werden.

Wärme heilt, Kälte macht krank.

Unser Körper muss ein Leben lang Wärme produzieren, tut er das nicht mehr, sagt man auf französisch «il est froid», er ist tot.

Die Wärme, die den Körper am Leben erhält entsteht auf dreifache Weise. Erstens durch das, was er als Nahrung erhält. Dann durch die umgebende Temperatur und zum Dritten durch das, was im Schlaf geschieht.

Es ist eine Binsenweisheit, dass vormitternächtlicher Schlaf bessere Erholung, bessere «Aufladung» des Körpers bewirkt, als Schlaf zu späterer Stunde. Jeder, der stets früh schlafen geht weiss, wieviel erholsamer frühzeitiger Schlaf ist als wenn er zu nachmittäglichlicher Stunde sich zur Ruhe begibt. Darum ist solch ärztlicher Rat für frühes Schlafengehen für Patienten so wichtig. Ebenso wichtig ist das Verständnis der Nahrung. Jeder muss wissen, welche Nahrungsmittel wärmen und welche den Körper erfrischen, abkühlen. Abkühlung mag in Ordnung sein, wenn hoch - sommerliche Temperaturen herrschen. Aber Früchte, als Beispiel für kühlende Nahrungsmittel im Winter, sind ein Gift für den Organismus. Das Wissen um die Einteilung von Lebensmitteln in Yin und Yang sind für jeden chinesische Medizin Praktizierende selbstverständlich.

Fehlende Wärme, irgendwo am Körper, erzeugt eine Fehlfunktion an dem betreffenden Ort. Der Körper strahlt ununterbrochen Wärme an die Umgebung ab. Je grösser die Temperatur-Differenz ist, desto schneller fliesst die Wärme aus dem Körper in die Umgebung. Es muss also ständig darauf geachtet werden, dass der Wärmeabfluss durch Wärmeproduktion (warme Nahrung) kompensiert wird bzw. den Temperaturabfluss (warme Kleidung/Umgebung) zu minimieren. Wenn der Wärmehaushalt harmonisch funktioniert, das heisst, wenn sich der Wärme-Abfluss mit der Wärme-Erzeugung im Gleichgewicht befindet ist der Körper gesund. Je älter man wird, desto geringer wird die Wärmeproduktion (Schlafstörungen, Schwächung des Qi-Körpers) und desto anfälliger werden wir auch auf Umgebungstemperatureinflüsse. Darum auch die Kälteempfindlichkeit bzw. Krankheitsanfälligkeit älterer Menschen.

## **Von Einsichten**

Das oben Gesagte erscheint plausibel und bewährt sich im ärztlichen Alltag. Ärztlicher Rat, was die Lebensführung anbetrifft, ist darum von grosser Wichtigkeit. Heutige westlich ausgebildete Ärzte beschäftigen sich zu sehr mit Symptomen anstatt mit den Ursachen. Die Ursache ist das Problem nicht die Suche nach einer Lösung.

Es ist schon sehr interessant festzustellen, dass wir reflexartig nach Lösungen suchen, wenn ein Problem auftaucht, anstatt zu versuchen das Problem zu verstehen. Im Verstehen des Problems liegt die Lösung, nicht im Suchen nach einer Lösung für ein anstehendes Problem.

Es braucht Einsichten in die Probleme der Medizin, nicht Studien. Studien sind Ideen über Tatsachen und haben oftmals mit Tatsachen nur wenig gemein. Alte Chinesische Medizin beschäftigt sich mit Tatsachen, darum ist sie auch so erfolgreich.

\*

Wo Empathie (zum Patienten) fehlt entsteht Chaos  
Mitgefühl hat seine eigene Intelligenz, die Ordnung ist  
Wo Ordnung herrscht fehlt Krankheit

<sup>1</sup> [http://de.wikipedia.org/wiki/Klinische\\_Studie](http://de.wikipedia.org/wiki/Klinische_Studie)

<sup>2</sup> <http://www.complemedis.ch/de/fachwissen/toxikologie-nebenwirkungen-kontraindikationen/401-dreck-ist-gesund>