

„Was wirklich wirkt“ von Dr. Natalie Grams - Werben für eine moderne patientenorientierte Medizin



Dr. med. Natalie Grams wurde 2015 bundesweit bekannt, nachdem sie - erfolgreiche homöopathische Ärztin mit gut laufender eigener Privatpraxis - bei dem Versuch, eine Verteidigung der Homöopathie in Buchform zu schreiben, erkennen musste, dass es für die bislang von ihr so geschätzte Methode keinerlei wissenschaftliches Fundament gab - im Gegenteil. Nach einem Jahr der Unsicherheit und des Ringens mit sich selbst schloss sie ihre Praxis und veröffentlichte das geplante Buch, das sich jedoch inzwischen von der geplanten Apologie zu einer wissenschaftlich fundierten Kritik der Homöopathie

entwickelt hatte.

Nach einem zweiten Buch, „Gesundheit - ein Buch nicht ohne Nebenwirkungen“ und der englischsprachigen Ausgabe ihres ersten Buches („Homeopathy reconsidered“) hat sie nun ihr drittes Buch auf den Markt gebracht: „Was wirklich wirkt - Kompass durch die Welt der sanften Medizin“.

Mit ihrem zweiten Buch deutete sich bereits an, dass sie aus der ursprünglichen Rolle der Homöopathiekritikern heraustritt und sich des breiten Spektrums einer „insgesamt besseren patientenorientierten Medizin“ annimmt, für das zweifelhafte bis unsinnige „Alternativmethoden“ ja „nur“ ein Teilaspekt sind. Mit dem jetzt vorliegenden Werk unterstreicht sie den Anspruch, zwar kritisch, aber in erster Linie als Anwältin einer besseren, menschlichen, patientenorientierten Medizin der Zukunft aufzutreten. Es ist der Sache wert, sich dieses Anspruchs auch in einer Rezension anzunehmen, zumal vielfach in den Buchbesprechungen und Interviews doch immer wieder (zu) stark auf die „Alternativ-Kritikerin“ Grams und die im Buch im Detail behandelten „sanften“ Methoden fokussiert

wird. Die Autorin hat jedoch weit mehr zu bieten: Sie liefert eine „Gebrauchsanleitung zur Stärkung der Gesundheitskompetenz“. Was auch nach Ansicht des Rezensenten, der täglich mit den Mythen und Legenden rund um Gesundheit und Krankheit konfrontiert wird, bitter nötig ist. Öffentliches Gesundheitswesen und auch die gesetzlichen Krankenkassen, deren gesetzliche Aufgabe dies eigentlich wäre, sind entweder „verschlankt“ worden oder haben eher Interesse daran, mit medizinischem Unfug um zahlungskräftige Mitglieder zu werben statt medizinischen Unfug als solchen zu benennen.

Eher Wegweiser als Ratgeber

Und das unterscheidet „Was wirklich wirkt“ grundlegend von der üblichen Ratgeberliteratur mancher populären Autoren aus der Medizinszene. In der Tat, „Ratgeber“ wäre für dieses Buch sicher kein richtiges Etikett. Viel eher ist es Wegweiser und Anregung zum eigenen Denken, als Schritt zur wirklichen, informierten Gesundheitsentscheidung in „eigener Sache“.

Die Crux benennt Dr. Grams deutlich: Ein Gesundheitssystem, das wichtiger Aspekte einer guten „Behandlung“ der Patienten längst verlustig gegangen ist, das trotz vielen Aufwandes und vieler gut ausgebildeter und helfen wollender Menschen inzwischen alle Beteiligten – Patienten genauso wie Insider vom Professor über Haus- und Fachärzte und Studierende bis zur Pflegekraft – inzwischen überfordert und frustriert. Die Autorin diagnostiziert genau an dieser Stelle einen wesentlichen Grund für die Hinwendung so vieler Patienten zur sogenannten Alternativmedizin – besser Pseudomedizin genannt (die Autorin zieht gerade keine Grenzen auf des Wortes Schneide, sondern orientiert sich allein daran, ob etwas nachweislich eine spezifische Wirkung als medizinische Intervention hat oder nicht – die Begriffe „alternativ“, „komplementär“ und „Integrativ“ scheinen dabei sinnentleert – „was wirklich wirkt“, ist auch Medizin). Das ist der Schlüssel zum Titel des Buches, will dem Rezensenten scheinen.

Ein solches, dem Patientenwohl gewidmetes Buch kann vielleicht nur aus einer dezidiert kritischen Sicht (in alle Richtungen) entstehen. Das Kunst besteht in der Tat darin, nicht in bloßer Kritik zu verharren, sondern die kritische Sicht auf die vielen Mängel und Unzulänglichkeiten allerorten in einen empathischen Appell an die richtig verstandene, nämlich informierte Patientenautonomie zu verwandeln – den Schritt von Kritik zu Aufklärung zu unternehmen. Dies ist das Verdienst der Autorin wie dieses Buches.

Ein wenig „Spoiler“

Und so erfährt man: Wo ist Vertrauen angebracht, wo eher Misstrauen? Wie erkennt man Grenzen zwischen seriös und zweifelhaft? Was unterscheidet Mängel im Gesundheitssystem und in der wissenschaftlichen Medizin von den falschen Versprechungen der Pseudomedizin? Warum darf man beides nicht gegeneinander aufrechnen, also billigen „Whataboutism“ betreiben? (Spoiler: U. a. weil - benennbare und behebbare - Mängel der wissenschaftlichen Medizin pseudomedizinische Mittel und Methoden keinen Deut richtiger bzw. wirksamer machen.)

Der aufklärerische Impetus wird besonders deutlich in den insgesamt drei Kapiteln, die sich ausführlich ganz unterschiedlichen Aspekten des Impftemas widmen. Ganze gerodete Wälder an „impfkritischer“ Literatur finden sich in den Regalen der Buchhandlungen (virtuell oder real) unter „Gesundheit“. Diese wenigen Kapitel in Natalie Grams' Buch schicken sich an, es mit all diesen aufzunehmen. Hochinteressant ist übrigens, dass und mit welchen Gründen Dr. Grams darlegt, weshalb sie als unbedingte Impfbefürworterin keineswegs auch unbedingte Befürworterin einer Impfpflicht ist.

Und wer hat schon verstanden, dass „Wer heilt hat Recht“ zwar eine richtige Aussage, aber gleichzeitig eine öde, nichtssagende Plattitüde ist in den Zusammenhängen, wie sie meist gebraucht wird? Wer hat als medizinischer Laie aka Patient wirklich einmal durchdacht (und akzeptiert), dass persönliche Erfahrungen gut und schön sind und niemand abgesprochen werden sollen, aber die gesamte moderne Wissenschaft auf der Erkenntnis beruht, dass solche Einzelerfahrungen für allgemeine Schlüsse völlig wertlos sind? Wer nimmt nicht leichthin das Wort von der guten Mutter Natur und ihrem Segen für die Menschen in den Mund, ohne zu bedenken, dass dies als Generalisierung wahrlich nicht zutrifft und er dem (im Buch erläuterten) lange entlarvten „naturalistischen Fehlschluss“ erliegt? Es ist kein Zufall, dass diese drei einfachen Beispiele zu den Schlagworten gehören, mit denen die Anbieter pseudomedizinischer Methoden zu werben pflegen. An diesen Punkten - und mehr - setzt Natalie Grams mit ihrem Bemühen an, gut verständlich die Hintergründe solch scheinbarer Gemeinplätze zu enthüllen und sie als billige Werbesprüche interessierter Kreise zu entlarven, die nicht auf strenge wissenschaftliche Wirkungsbelege verweisen können.

Medizin - wirksam und patientenzentriert

Wobei Frau Grams an keiner Stelle den Standpunkt einer wissenschaftsgläubigen Materialistin einnimmt (was einer der zahlreichen so beliebten wie falschen Vorwürfe an ihre Adresse ist) – das würde ihrem Anliegen in keiner Weise gerecht werden. Wir alle sind Menschen. Patienten, Ärzte, Wissenschaftler, Laien, Buchautoren. Wir alle haben Bedürfnisse, die über das, was uns selbst unter besten Bedingungen technisierte Medizin und moderne Pharmakologie zu bieten haben, hinausgehen. Worauf uns das Buch aufmerksam macht, ist, dass gute Medizin – auch als ärztliche Kunst bezeichnet – dies keinesfalls außer Acht lassen darf. Deshalb darf man das Buch auch als Appell an die Verantwortlichen im Gesundheitswesen sehen, die Bedürfnisse nach menschlicher Zuwendung nicht den Anbietern von Pseudomethoden zu überlassen (die sich dies zwar in der Regel teuer bezahlen lassen, mehr aber meist nicht zu bieten haben) sondern die Potenziale der wissenschaftsbasierten Medizin um solche verlorengegangenen Aspekte wieder zu ergänzen. Hinter den Erkenntnissen, was insofern nötig und möglich ist, hinkt die reale Gesundheitspolitik leider gewaltig hinterher.

Das Buch schließt mit einem Kapitel, in dem die Autorin eine Reihe von „alternativmedizinischen“ Verfahren nach dem aktuellen Stand der Wissenschaft kurz kommentiert und bewertet, übrigens keineswegs in Bausch und Bogen negativ. Dass Stimmen zum Buch aus dem pseudomedizinischen Lager sich auf diese wenigen Seiten (sogar auf einige wenige dieser wenigen Seiten) kaprizieren und die restlichen rund 200 Seiten des Buches offenbar überhaupt nicht zur Kenntnis genommen haben, ist bezeichnend. Um es noch einmal zu sagen: Längst ist Dr. Natalie Grams aus der Rolle der „spezialisierten“ Homöopathiekritikerin hinausgetreten und setzt sich mit ihren persönlichen Erfahrungen und ihren wissenschaftlichen Kenntnissen für eine insgesamt bessere Medizin auf wissenschaftlicher Basis ein, die den Menschen nicht vernachlässigt, sondern mitnimmt: Für eine ganzheitliche Medizin, die diesem Attribut auch gerecht wird und es nicht nur als billiges Etikett für zweifelhafte „Sonderangebote“ des Medizinmarktes verwendet. Dr. Grams folgt dabei den Grundsätzen der sich seit wenig mehr als 20 Jahren weltweit etablierenden Evidenzbasierten Medizin, die dem behandelnden Arzt im Einzelfall die bestmögliche vorhandene klinische Evidenz zur Verfügung stellen will, damit er sie im Rahmen seiner persönlichen ärztlichen Erfahrung und unter Beachtung der berechtigten Patientenbedürfnisse in einen Therapievorschlag umsetzt. Viele „alternative“ Verfahren vermögen dies

nicht, weil ihnen die Basis, die klinische Evidenz, fehlt – daher bedarf es auch der Kritik an ihnen.

Fazit

Natalie Grams verbreitet in ihrem neuen Buch keine exklusiven Weisheiten oder sensationellen persönlichen Einblicke, irgendwelche Anpreisungen wird man vergeblich suchen. Jenseits wohlfeiler Ratschläge oder wundersamer Enthüllungen aus der güldenen Schatulle der Geheimmedizin erfährt der Leser, wie man sich in einer verwirrenden Gesundheitslandschaft orientiert und wie man Fakten von Fake dabei unterscheiden kann. Ein wenig Mitdenken ist dabei vonnöten – der Leser wird dafür aber belohnt mit Ehrlichkeit und Empathie und mit einem Kompass zur Einordnung des auf ihn einstürmenden Chaos von manchmal mehr, oft weniger sinnvollen „Gesundheitsinformationen“. Allen, denen das Thema Gesundheit nicht gleichgültig ist, einschließlich den Gesundheitspolitikern, sei die Lektüre ans Herz gelegt. Hier kommt kein wohlfeiles "Rezeptbuch", keine Kräuterküche, kein Detox, nichts, was die Grenze zwischen Wellness und Medizin, zwischen Befindlichkeit und Krankheit verschwimmen ließe, auch keine Anpreisung von Wundermedizin aus exotischen Fernen (was häufig mit einer Abwertung der wissenschaftlichen Medizin und ihrer Errungenschaften verbunden ist). Hier kommen Anregungen zur Besinnung auf Vernunft und ein wenig Rationalität, die im Bereich der persönlichen Gesundheit (über-)lebenswichtig sein können. Ein Buch, das bislang fehlte. Es wirbt um Vertrauen in die so oft gering geschätzte wissenschaftliche Medizin und der Wissenschaft im allgemeinen, um Vertrauen auf das ehrliche Bemühen der vielen Menschen, die im Interesse der Gesundheit professionell arbeiten und um eine kritische Sicht auf falsche Heilsversprechen unterschiedlichster Couleur, ohne zu vergessen, welche Bedürfnisse und Defizite die Menschen dazu bringen, nach solchen Heilsversprechen zu suchen. Und Lesevergnügen bietet das Buch zudem.

Nachschrift

Der Autor der vorstehenden Rezension war an der Entstehung des Buches mit dem einen oder anderen Hinweis oder Ergänzungsvorschlag beteiligt. Insofern soll es kein Geheimnis sein, dass er ein ideelles Interesse an dem Buch haben

mag. (Dieses ideelle kollidiert mit keinerlei materiellem Interesse, ein Interessenkonflikt liegt daher nicht vor.) Der Rezensent ist selbst der Überzeugung, dass die Weichen für ein gleichzeitig konsequent wissenschaftsbasiertes und konsequent patientenorientiertes Gesundheitssystem in mancher Hinsicht neu gestellt werden müssen. Eine wichtige davon ist die Fokussierung auf Patientenaufklärung und Stärkung von Gesundheitskompetenz und - auf dieser Basis - Patientenautonomie. Als ein Baustein dafür ist das besprochene Buch gedacht und geschrieben und sollte so auch verstanden werden. Lobbyismus ja - Lobbyismus für eine menschliche Medizin, für eine informierte Patientenautonomie. Und in diesem Sinne ist auch dieser Versuch einer Rezension geschrieben.

Dr. Natalie Grams: Was wirklich wirkt - Kompass durch die Welt der sanften Medizin

Aufbau-Verlag (1. Auflage, 18. Februar 2020), broschiert, 18 Euro

ISBN-10: 3351034717 / ISBN-13: 978-3351034719