

Walter Ohler:

10 Fragen zur Medizin der Zukunft mit Dr. med. Kirsten Deutschländer

1. Unser Gesundheitssystem hat weltweit einen guten Ruf. Dennoch mehren sich Stimmen, die den Bedarf einer umfassenden Reform einfordern? Wie siehst du unser Gesundheitssystem? Alles gut oder gibt es tatsächlich signifikante Argumente, die eine Reform als notwendig ansehen?

Ich sehe das so: Unser sogenanntes „Gesundheitssystem“ ist in Wahrheit ein „Krankheitssystem“. Ein System, in dem Krankheit diagnostiziert und hauptsächlich medikamentös oder operativ behandelt und das auf Gewinn ausgerichtet ist. Der dennoch gute Ruf erklärt sich durch die gute Intensiv- und Notfallmedizin und durch die im Vergleich zu anderen Ländern gute personelle und technische Ausstattung. Grundsätzlich haben Kranke bei uns ja die Möglichkeit, sich bei vielen Spezialisten vorzustellen und die Krankenkassen zahlen die meisten sehr teuren Behandlungen z.B. in der Onkologie. Aber – sind die Deutschen dadurch gesünder? Nein!

Ein Gesundheitssystem, das seinem Namen gerecht wird muss doch zum Ziel haben, dass Menschen generell gesünder werden und Prävention an erste Stelle stellen. **Mein Vorschlag ist daher nicht die Reform des bestehenden Systems, sondern der Aufbau eines sogenannten „Primärpräventiven Gesundheitssystems“ parallel zum bestehenden System. Gesundheitsschulung von Kindesbeinen an und Gesundheitsbildung im Erwachsenenalter führen im Laufe der Jahre und Jahrzehnte zu besserer Gesundheit und somit automatisch zum Rückgang der Kosten im schulmedizinischen Krankheitssystem.** Die Nachfrage wird das Angebot steuern, gesündere Menschen benötigen keine chemischen Medikamente, Therapien und Operationen. (Wir brauchen nicht gegen das System ankämpfen, denn es wird sich selbst überflüssig machen.)

2. Welche Rolle spielen Präventivmaßnahmen im bestehenden System? Reichen diese Maßnahmen aus? Oder sollte nicht Prävention neu durchdacht werden? Wie könnte ein neues Präventionssystem aussehen?

„Prävention ist im Gesundheitswesen ein Oberbegriff für zielgerichtete Maßnahmen und Aktivitäten, um Krankheiten oder gesundheitliche Schädigungen zu vermeiden, das Risiko der Erkrankung zu verringern oder ihr Auftreten zu verzögern.“ (Quelle: Bundesgesundheitsministerium)
Es wird unterschieden zwischen Primärprävention, Sekundär- und Tertiärprävention.

Als Primärprävention gelten alle Lebensstilmaßnahmen, wie Bewegung, Ernährung, Stressreduktion, das Meiden von Nikotin und Alkohol, die wirklich vorbeugenden Charakter haben. Unter Sekundärprävention ver-

steht man Früherkennungsmaßnahmen, wie Darm-, Haut- und Brustkrebsscreening, Check up Untersuchungen usw.

Die Tertiärprävention dient der Vermeidung von Verschlechterung schon bestehender Krankheiten oder der Abmilderung von Krankheitsfolgen und ist mit der Rehabilitation gleichzusetzen.

Klingt zunächst alles vernünftig, aber wenn man genauer hinsieht bemerkt man zwei grundlegende Fehler. Der Erste ist: Im Budget der Bundesregierung sind nur 4 % der Kosten für Prävention vorgesehen.

Der zweite Fehler ist: In unserem Krankheitssystem werden Impfungen der Primärprävention zugeordnet und machen allein schon den größten Anteil der Präventionskosten aus. Lebensstilberatungen beim Arzt werden überhaupt nicht bezahlt. Ausgaben für Gesundheitserziehung, Gesundheitsschulungen - also echte Primärprävention, sind nicht vorgesehen. Mein Modell für ein neues Gesundheitssystem basiert auf einer umfassenden Gesundheitsbildung unserer jungen Generationen, Ausbildungsprogrammen von Lehrern und Erziehern, Ausbildung von Präventologen und anderen Therapeuten, Weiterbildung von Ärzten.

3. Dein 5-Säulen-Programm könnte sich als eine „Mammut-Aufgabe“ erweisen. Ist dies nicht zu viel des Guten? Eine Reform des jetzigen Systems reicht da wohl nicht aus. Es ist eher eine Revolution, das ein völliges Umdenken impliziert. Erkennst du dafür genügend Mitstreiter*innen? In den eigenen Reihen? Und welche Rolle könnten oder sollten die Betroffenen, also wir Menschen, dabei spielen?

Mir schwebt keine Reform oder Revolution des alten Systems vor, sondern die Etablierung eines neuen Systems parallel dazu, solange bis sich das alte System überlebt hat. Die überzeugten Schulmediziner kann man nicht zum Umdenken bewegen – vielleicht erkennt der ein oder andere ja die Vorteile meines PPGS aber ich will niemand missionieren. Ich behaupte, das neue PPGS ist kostengünstig, machbar und sofort umsetzbar und wird durch seine Früchte – gesunde Menschen! - zum Erfolg führen. Mein Ziel ist es, Menschen und vor allem der jüngeren Generation beizubringen, was sie selber tun können, um ihre Gesundheit zu erhalten – und das ist jede Mühe wert! Es ist mit der entsprechenden Unterstützung der Politik einfach umzusetzen. Ja so ein Gesundheitssystem macht den Menschen Spaß. Es fördert nicht nur die Gesundheit, sondern auch die Gemeinschaft und das gesunde Miteinander.

Wir leben in einer Zeit, in der viele Menschen umdenken und auch bereit sind, die Verantwortung für ihre Gesundheit selbst zu übernehmen. Sie wollen sich gesünder ernähren, fordern eine gesunde Lebensmittelproduktion, gesundes Wasser, eine gesunde Umwelt und setzen sich für Klimaschutz ein. Die Zeit ist reif für Veränderungen und einer muss immer der Visionär sein – die Mitstreiter werden sich finden.

4. Lass uns jetzt mal die einzelnen Säulen deines Präventions-Modells erörtern.
Punkt 1 ist unser Bildungssystem. Was konkret müsste sich ändern, damit das Thema Gesundheit und Prävention hinreichend berücksichtigt werden kann?

In der Säule Bildung geht es darum praktisch umsetzbare Gesundheitskonzepte für KiTas, Kindergärten und Schulen zu implementieren und ebenso die Erwachsenen Gesundheitsbildung zu fördern. Solche Konzepte müssen nicht komplett neu erfunden werden, es gibt sie schon z.B. in Form moderner Kneipp-Kindergärten. In unserer Klinik z.B. dürfen sich die Kinder täglich aus den Themen Ernährung, Kräuter, Bewegung, Entspannung, Wasser ein oder auch mehrere Themen aussuchen und sich damit beschäftigen. Es wird spielerisch über gesunde Ernährung gesprochen und z.B. über einen Sinnesparcour, gemeinsame Gestaltung des Kräuterbeetes, Zubereiten einfacher gesunder Mahlzeiten, Entspannungsrituale, Gesundheit vorgelebt.

Wenn wir die alten Weisheiten der Naturheilkunde mit den neuen Forschungsergebnissen der **industriunabhängigen** Wissenschaft kombinieren haben wir viel Stoff für ein Fach Gesundheit in Schulen. Im Lehrplan stehen Themen der Prävention: gesunde Ernährung, Bewegung, Entspannung, Seelische Gesundheit, Glück, Lebenskompetenz und Lebensfreude lernen, die Persönlichkeit stärken – selbstbewusst werden, Gewaltfreie Kommunikation, Träume leben, das eigene Potenzial und der Lebensweg erkennen und vieles mehr. In den Pausen gibt es gemeinsame Bewegungseinheiten, mittags wird gemeinsam das Essen zubereitet und gekocht. Die Individualität des Kindes wird in den Mittelpunkt gestellt.

Bei der Erwachsenenbildung könnten Lehrer und die Volkshochschulen mit einbezogen werden und vielfältige Schulungsangebote anbieten.

5. Auch die Berufsausbildung sollte in deinem Modell ein anderes Gesicht bekommen. Ein reformiertes Curriculum mit neuen Lehrinhalten? Mit neuen Berufsbildern?

Bei Erziehern, Lehrern und Medizinstudenten erhält das Thema Prävention in der Ausbildung bzw. Studium erstmals einen wichtigen Platz. Heilpraktiker haben schon immer Wert auf die Lebensstilberatung ihrer Patienten gelegt und sollten bestimmte Schulungsinhalte in ihrer Ausbildung vertiefen. Ärzte sollten für Sprechende Medizin und Präventionsberatung gut bezahlt werden. Es sollte eine Zusatzbezeichnung Prävention mit entsprechendem Curriculum eingeführt werden. Niedergelassene Ärzte mit entsprechender Qualifikation sollten ein Budget für echte primärpräventive Maßnahmen erhalten. Das 2003 neue Berufsbild des Präventologen das durch einem einjährigen modularisierten Fernstudium mit Präsenzseminaren erworben werden kann, sollte zu einer regulären Berufsaus-

bildung an Berufsschulen erweitert werden und für die Arbeit in der gesunden Gemeinde qualifizieren.

6. Gleich zwei Säulen widmest du in deinem Modell einen besonderen Stellenwert: Gesunde Gemeinden. Was genau soll eine Gesunde Gemeinde leisten? Wie könnte die medizinische Versorgung in deinem System gewährleistet sein?

Unter einer „Gesunden Gemeinde“ verstehe ich eine neue, langsam wachsende präventive Versorgung der Bevölkerung einer Region auf der Grundlage einer biologisch-integrativen Medizin. Das [Herzstück der „Gesunden Gemeinde“ ist die BioMed-Klinik und das angeschlossene Gesundheits- und Schulungszentrum.](#)

In der BioMed Klinik arbeiten ganzheitlich denkende Ärzte, Psychologen und Physiotherapeuten und andere Therapeuten interdisziplinär zusammen um Patienten mit komplexen Gesundheitsstörungen (chronischen Krankheiten) auf der Basis moderner, wissenschaftlich fundierter Erkenntnisse zu begleiten. In schweren Fällen erfolgt die Behandlung zunächst stationär, später teilstationär und anschließend ambulant. Für viele Menschen eröffnen sich auf diese Weise hoffnungsvolle, nebenwirkungsfreie Wege zurück zur Gesundheit.

Angeschlossen an die Klinik soll ein Schulungs- und Seminarzentrum entstehen, in dem ähnlich wie in einer Volkshochschule Gesundheitsbildung für Alle, sowie Fort- und Weiterbildungen für Ärzte und Therapeuten, Lehrer, Erzieher, Heilpraktiker angeboten werden können.

7. Du sprichst bei Gesunden Gemeinden auch von einer stärkeren Integration bewährter und auch neuer Kooperationspartner im Gesundheitssystem. Welchen Input erwartest du von der Einbindung mehrerer Disziplinen in das Gesundheitssystem?

Jeder Mensch ist ein einzigartiges Individuum. Auch der Weg zurück zur Gesundheit ist individuell unterschiedlich. Ein ganzheitlicher Ansatz bedarf daher immer der Zusammenarbeit mehrerer Therapeuten und die Mitarbeit des Patienten.

In erster Linie sollte der Patient befähigt werden, die Verantwortung für seine Gesundheit selbst zu übernehmen und er muss spüren und erkennen, was für ihn das Richtige ist. In diesem Zusammenhang müssen wir Ärzte lernen besser zuzuhören und unseren Horizont zu erweitern. Wenn ein Mensch erzählt er fühle sich durch eine Heilmeditation, durch Handauflegen, Earthing oder was auch immer besser dann ist das auch so. Für mich sind erfolgversprechende Methoden dadurch gekennzeichnet, dass sie dem Patienten guttun, ihn nicht abhängig von einem Therapeuten machen und nicht den Anschein erwecken die Profitgier eines Therapeuten oder sein Ego zu nähren. Der Mensch ist aufgefordert eigenverantwortlich die Wahl zu treffen. Gesundheit ist eine Lebensaufgabe und auch eine Lebensphilosophie.

8. Auch von der Politik erwartest du ein Umdenken. Welche Rolle soll sie im neuen Gesundheitssystem spielen? Und welche konkreten Maßnahmen soll die Politik gewährleisten?

Ich hoffe, dass die Politik und auch die Menschen, aus der Coronakrise gelernt haben, dass die Gesundheit unser höchstes Gut ist. Zumindest wurde wochenlang der

Erhalt der Gesundheit über die wirtschaftlichen Interessen gestellt. Das sollte Mut machen für die Umsetzung meines neuen PPGS. Ich würde gerne die Politiker aller Parteien fragen: Wollt Ihr wirklich gesündere Menschen? Wenn die Antwort ja lautet, dann ist jetzt die Zeit gekommen viel mehr Geld für Primärprävention auszugeben. Ich fordere 25 % des Budgets, das wären dann 100 Mio € und wir könnten sofort starten. Wir können natürlich auch mit viel weniger starten aber Ziel sollte sein, die Primärprävention massiv zu stärken!

9. Zugegeben: Eine geänderte Politik ist für die Umsetzung deines Modells eminent wichtig. Hier sehe ich den größten Widerstand zu überwinden. Die Macht der Verbände, der Wirtschaft mit seinen Lobbyisten und letztlich auch der mangelnden Bereitschaft der einzelnen Parteien. Obwohl in einer lebendigen Demokratie vieles möglich sein sollte. Worauf setzt du, damit dein Modell eine Chance erhält?

Ich setzte auf die Vernunft, die Forderungen unserer Kinder nach einer gesünderen Umwelt für eine gesunde Zukunft. Ich setzte auch auf die Erkenntnisse aus der Pandemie. Ein Virus macht weder vor Grenzen noch dem Sozialstatus halt. Er befällt Präsidenten genauso wie Obdachlose. Nein halt das stimmt nicht – mal wieder sind die Ärmsten der Armen stärker betroffen. Die Coronakrise hat uns viele Missstände vor Augen geführt. Ich setzte auf die Stimmen der Ärzte, die sich mehr und mehr trauen, kontroverse Sichtweisen zu diskutieren. Ich setzte auf die unabhängigen Wissenschaftler, die ihre Stimme erheben und die Juristen, die Prävention als Menschenrecht einklagen sollten. Ich setzte auf die Medien, die Lösungen für eine bessere Welt präsentieren wollen. Ich setzte auf den Zeitgeist, der zeigt, dass die Menschen in Frieden leben, eine saubere Umwelt und bessere Lebens- und Arbeitsbedingungen wollen. Sie wollen gesünder leben und trauen sich mehr und mehr gegen die Lobby öffentlich protestieren. Es ist nur eine Frage der Zeit – wir werden mit diesen Forderungen immer lauter und immer mehr.

10. Eine Mammut-Ausgabe, die Jahre oder gar mehrere Jahrzehnte andauern könnte. Welche ersten Schritte sollten aus deiner Sicht auf den Weg gebracht werden?

Fangen wir mit Bildung an. Schulen wir Erzieher und Lehrer mit einem modernen Kneipp Konzept. In nur einer Woche werden die Grundlagen der wichtigsten Präventionsinhalte vermittelt. Diese sind sofort umsetzbar und in den Unterricht oder in den Alltag der KiTas, Kindergärten und Schulen einbaubar. Die Konzepte dafür gibt es schon. Die Kneipp Vereine haben wunderbare Schulungsmaterialien für Jung und Alt. Machen wir weiter mit der Ausarbeitung des Schulfaches Gesundheit für alle Schulen und Jahrgangsstufen und ergänzen die Curricula der Lehrer- und Erzieherausbildung. Dann gehen wir mit unserer Idee an die Volkshochschulen und erweitern die Kurse der Gesundheitsbildung. Präventologen, Ernährungsberater, Sporttherapeuten, Physiotherapeuten könnten an den Volkshochschulen Kurse geben, die von den Ärzten verordnet werden können. Dann stärken wir den Stellenwert der Prävention durch die Integration der Prävention in das Medizinstudium und in die Facharzt Ausbildung. Es könnte ein Lehrstuhl für Primärprävention entstehen und Forschung an den Universitäten wird industrieunabhängig gefördert.

Anhang:

Das neue PPGS basiert auf 5 Säulen

Bildung	Ausbildung	Gesunde Gemeinde Medizinische Versorgung	Gesunde Gemein- de Kooperations- partner	Politik - Rahmen-be- dingungen schaffen für
KiTa	Prävention für Lehrer	Stationär: BiomedKlinik - Ärzte mit ganz- heitlich- integra- tivem Denken	Sport und Bewe- gungsangebote	Gesunde Le- bensmittel
KiGa	Prävention für Erzieher	Schulungszentrum für Therapeuten	Vereine/ Volks- hochschule	Gesundes Wasser
Schule	Prävention für Mediziner als Zusatzbezeich- nung	Ambulante Nach- behandlung durch interdisziplinäres Team	Ernährung/ Koch- kurse	Biologische Landwirt- schaft
Moderne Kneipp Konzepte	Neues Berufsbild Präventologe	Interdisziplinäres Kompetenzzent- rum für alle ge- sundheitlichen, organisatorischen und konzeptuellen Fragen in der Ge- sundenGemeinde	Physiotherapeuten	Ökologisch, nachhaltige Produktion
Schulfach Gesund- heit	Prävention für Heilpraktiker	Senioren Betreu- ungs- Behand- lungs- und Wohn- konzepte	Andere Therapie- ten	Gesundheits- kasse
Erwachsenenbil- dung	Prävention für Psychotherapeu- ten	Angeschlossene Soziale Dienste		
	Prävention für Physiotherapeu- ten und auch in der Pflege	Ernährungsbera- tung		