

Wenn ich nicht mehr bin

Markus Gnädinger

Radioaktiven Elementen gleich haben wir Menschen verschiedene Halbwertszeiten. Von unserem Hinschied an bleibt unser Grab noch während etwa 20 Jahren – dann wird es weggeräumt und der Platz für die neuen Verstorbenen genutzt. Nach etwa 50, spätestens 100 Jahren wird es niemanden mehr geben, der uns persönlich gekannt hat. Danach existieren wir nur noch als Dateileichen in irgendwelchen Taufbüchern.

Zu Lebzeiten schon wird die Vielfalt menschlicher Entscheidungswege eingeschränkt. Es entfällt die Möglichkeit, sich fortzupflanzen, beruflich oder politisch aufzusteigen, alleine für den Lebensunterhalt aufzukommen, selbständig zu leben und so weiter.

Was liegt da näher als zu versuchen, im Beruf, im privaten Leben oder in der Politik, «Pflöcke einzuschlagen», die später noch davon künden, dass es uns einstmals gegeben hat. Es muss ja nicht gleich Weltruhm sein: Zu tragisch verlief doch das Leben der Granden, die noch heute jedes Kind kennt, wie Alexander, Caesar oder Napoleon.

Die Wissenschaftler und Ärzte hatten es früher noch nicht so beschwerlich. Was gab es da für Syndrome zu entdecken und beschreiben! Und was ist passiert? Da wurde aus dem Turner-Syndrom die Monosomie X, aus dem Klinefelter- der XXY-Mann, aus dem Biermer die perniziöse Anämie – ist ja für MedizinstudentInnen auch leichter einzuprägen als irgendwelche Namen von Leuten, die

schon längst gestorben sind. Heutzutage ist's noch einfacher, da heisst das Syndrom X gleich von Beginn weg «metabolisches Syndrom» ohne Umweg über Papst und Kaiser.

Und wir, die wir tagtäglich in unseren Praxen malochen? Was bleibt von uns, wenn wir gegangen sind? Ruhm und Ehre bleibt uns eh versagt, wenn's hoch kommt, schaffen wir's grade mal bis zum Haftpflichtprozess! Dann schon noch lieber «unnötige Medizin» von morgen bis abends, wie uns die Medien weismachen. Was ist das Resultat unserer Bemühungen? Eine verbesserte Volksgesundheit, zufriedene Kundschaft? Was davon hat Bestand?

Wie gehen Sie morgens in die Praxis? Mit der Einstellung: «Welche Katastrophe wird sich wohl heute wieder ereignen?» Oder mit der Erwartung: «Was werde ich heute wieder Spannendes erleben, welche interessanten Dinge in Erfahrung bringen?» Wie kommen Sie abends heim? Den Kopf schwer von unheimlichen Ahnungen, voller unerledigter Dinge, die Sie, einem wilden Bienenschwarm gleich, nicht zur Ruhe kommen lassen? Oder mit der zufriedenen Gewissheit, wieder einen Tag so gut wie möglich gewerkt zu haben?

Wenn Sie einmal die letzte Spritze gesetzt, das letzte Antibiotikum verordnet, das letzte Familiengespräch abgehalten haben und den «Laden» für immer dichtmachen, woran merken Sie, dass gut war, was Sie getan oder gelassen haben?

Leider habe ich auch kein Rezept. Mir persönlich sind zwei Dinge besonders wichtig; und die scheinen patent nicht

nur fürs «Jüngste Gericht», sondern sollen sich auch zur Burnout-Prophylaxe eignen: Erstens sollte Ihnen, was immer Sie tun, grundsätzlich Freude bereiten, Sie müssen es gerne tun. Nicht, dass *alles*, was Sie tun, auch jederzeit Freude machen muss, aber die Tätigkeit an sich sollten Sie insgesamt schon positiv erleben. So gibt es auch nichts Mühsameres als KollegInnen, die uns als auf einem «Opfertrip» als StandespolitikerInnen vertreten, ohne Freude daran zu empfinden. Es gibt ja so viel zu tun, warum denn nicht etwas Nützliches, das man gerne – und wenn möglich auch gut – macht?

Und wie wäre es, würden Sie diejenigen Herausforderungen, die Sie schon immer gefesselt haben, mal ausprobieren? Beispiel: Sie wollen die Beschreibung eines interessanten Falles in einer Fachzeitschrift plazieren, trauen sich aber nicht, weil sie keine Übung darin haben, die Sache vielleicht doch zu banal ist, die Zeit fehlt, und, und, und! Sie schieben die Arbeit vor sich hin und stellen nach einiger Zeit fest, dass «die Luft draussen» ist und Sie den Aufwand nicht mehr riskieren möchten. Zurück bleibt ein schales Gefühl, irgendwie versagt zu haben. Hätten Sie's hingegen versucht, wären Sie in einem besseren Licht vor sich selber dastanden, und wenn Sie dabei auf die Nase gefallen wären!

Markus Gnädinger
Birkenweg 8
9323 Steinach
markus.gnaedinger@hin.ch