

Cécile Speitel

Bewältigung von Adipositas: Die Arzt-Patienten-Beziehung ist ein entscheidender Erfolgsfaktor

Was wissen Ärztinnen und Ärzte über Adipositas? Viel und wenig zugleich. Das wurde offenkundig an der zehnten Fortbildungsveranstaltung der «Rheinfelder Tage» für Ärztinnen und Ärzte aus allen Fachbereichen, durchgeführt von der Schweizerischen Akademie für Psychosomatische und Psychosoziale Medizin (SAPPM) und der Klinik Schützen Rheinfelden. Experten verschiedener Fachrichtungen vermittelten einen Überblick über den aktuellen Stand von Behandlungsgrundsätzen und Möglichkeiten von Prävention, gleichzeitig standen aber Adipositas-Betroffene mit ihren Aussagen zu Misserfolg und Heilung im Mittelpunkt. Fazit: Die gelungene Arzt-Patienten-Beziehung ist ein entscheidender Erfolgsfaktor auf dem Weg zur Bewältigung von Adipositas.

Dreizehn Mediziner hatte sie schon kennengelernt, berichtete Frau Y. «Im Gespräch ist es immer um das Abnehmen gegangen, ich erhielt Diäten vorgeschrieben», schilderte sie ihren zunächst aussichtslosen Weg. «Die Beziehung hat mich nie befriedigt, denn was ich suchte, fand ich nicht. Ich brauchte eine Fachperson, der ich sagen konnte: Ich habe es nicht geschafft. Ich benötigte eine Ärztin, die mir zugewandt blieb, wenn ich es nicht geschafft hatte.» Frau Y. ging zum vierzehnten Arzt und sagte wie gewohnt: «Ich möchte abnehmen». Der Arzt antwortete: «Was erwarten Sie von mir?» – Frau Y.: «Dass Sie mich verstehen. Wissen Sie, was das heisst?» So begann die Beziehung zwischen Patientin und Arzt. «Dr. B. nahm mich, wie ich bin, ohne Vorurteile. Ich habe mich wohl gefühlt, trotz Übergewicht war ich ein wertvoller Mensch. Er war der erste Mediziner, der nicht «kilobezogen» war. Er konnte warten. Wir sprachen über meine Gewohnheiten und wie ich meinen Alltag gestaltete. Ich fühlte mich als Mensch wahrgenommen und konnte mich dadurch vermehrt ernst nehmen und verstehen.» Im Verlaufe dieses Prozesses entschied Frau Y.: «Ich will etwas gegen meine Fettleibigkeit tun, aber zuvor will ich in mir Ordnung schaffen.» Es folgten drei Jahre Psychotherapie. Danach begann Frau Y., auf verschiedene Art und Weise ihr Übergewicht zu reduzieren. Der entscheidende Erfolgsfaktor waren aus ihrer Sicht gelungene Gespräche mit ihrem Arzt.

Andreas Bückert berichtete aus seiner Perspektive als Arzt: «Für den Verlauf der Behandlung spielen allgemein verschiedene Faktoren eine Rolle: der Arzt, die Klientin, die Krankheit, die Umwelt. Zum Erfolgsfaktor gehört für mich, der Patientin oder dem Patienten mit Respekt und Interesse zu begegnen und selber zu merken, wie ich mich auf die kranke Person einstellen kann. Dazu kommt: Man muss sich Zeit nehmen, wenn ein Patient zu sich finden will.»

Ein weiterer, wichtiger Schritt in der Heilungsgeschichte ist für Andreas Bückert die möglicherweise notwendige Erkenntnis, dass der Aufbau einer guten Beziehung zwischen Arzt und Patient/-in auch scheitern kann. Seine Folgerung: «Es wäre gut, wenn wir Ärzte dazu stehen und sagen könnten: Ich bin nicht der richtige Arzt für Sie.»

Die Gesundheitspsychologin Cristina Galfetti, Expertin für soziale Verhaltenswissenschaften und selbständige Beraterin, bekräftigte, wie sehr die soziale Beziehung Patient-Arzt von Sympathie und Vertrauen beeinflusst sei. «Es ist entscheidend, wie miteinander gesprochen wird, sodass die eigenen Gedanken verständlich werden. Der Arzt hat nicht die ganze Verantwortung. Es geht um eine partnerschaftliche Arzt-Patienten-Beziehung, in der die Mitwirkung der Patientin erwartet wird.» In diesem Sinne forderte bereits Hippokrates, dass der Mediziner nicht nur bereit sein müsse, selbst seine Pflicht zu tun, sondern auch die Mitwirkung des Kranken, der Gehilfen und der Umstände zu sichern. «Deshalb gilt es», so Cristina Galfetti, «über die Zusammenarbeit zu sprechen, auszuhandeln, wie sie gestaltet werden soll, um sich auf einer stabilen Brücke treffen zu können».

Die negativen Erlebnisse von Frau Y. mit mehr als einem Dutzend Mediziner sind nicht singulär. Bemerkungen wie «Kommen Sie wieder, wenn Sie abgenommen haben!» oder «Nehmen Sie doch endlich ab!» seien keine Seltenheit, referierte Heinrich von Grünigen, Präsident der Schweizerischen Adipositas-Stiftung (SAPS). «Dicke sind selber schuld!», dieses Vorurteil sei nicht nur in der öffentlichen Meinung, sondern auch in ärztlichen Praxen anzutreffen. Angst- und Schuldgefühle seien die Folge solcher Abwertung. Heinrich von

Grünigen schilderte die Höhen und Tiefen seiner eigenen vierzigjährigen «Adipositas-Musterkarriere». Seine Erfahrungen decken sich teilweise mit Rückmeldungen von Betroffenen beim Beratungstelefon der SAPS. Manche Patientinnen und Patienten fühlten sich mit ihren Sorgen von ihren Ärzten zu

«Allein das Gewicht zu halten, ist ein grosser Sieg für die betroffene Person.»

«Dr. B. nahm mich, wie ich bin, ohne Vorurteile.»

wenig ernst genommen, diese seien oft überfordert und hilflos. Von Grünigen fasste die Bedürfnisse zusammen: «Adipositas-Betroffene erwarten, dass man sie nicht für willensschwach, faul und dumm hält. Sie erwarten, dass man ihnen zuhört und Verständnis entgegenbringt.» Er wünscht sich von Ärzten, Ärztinnen und Pflegefachpersonen, dass sie sich selber aus- und weiterbilden, Fachwissen beiziehen, bei der Behandlung Möglichkeiten aufzeigen, Ziele realistisch definieren, ermutigen und Geduld haben. Was Erfolg beim

Gewicht abnehmen wirklich heisse, sei manchen Medizinern nicht bewusst: «Allein das Gewicht zu halten, ist ein grosser Sieg für die betroffene Person.»

Dass in medizinischen Fachkreisen das Bewusstsein für eine ganzheitliche Behandlung von Adipositaspatienten vorhanden und am Wachsen ist, erläuterte Kurt Läderach, leitender Arzt des Kompetenzbereiches «Adipositas» am Inselspital Bern mit einem Bericht aus der dortigen Praxis. Nur eine integrierende Therapie, die alle

wichtigen Aspekte des Patienten berücksichtige, könne langfristig Erfolge zeigen. Dabei stehe das Gewicht und die Verminderung desselben lediglich an zweiter Stelle. Vielmehr gehe es darum, betonte Kurt Läderach, «den Patienten Handlungsoptionen für Veränderungen, aber auch Einsichten in festgefahrene Verhaltensweisen zu geben und ihnen damit den Weg zur Selbstheilung zu ebneten.»

Die «Rheinfelder Tage» – psychosomatische Fortbildung für interessierte Ärztinnen und Ärzte

Die 12. «Rheinfelder Tage» finden am 27. März 2009 statt. Träger und Organisatoren sind die Klinik Schützen Rheinfelden und die Schweizerische Akademie für Psychosomatische und Psychosoziale Medizin (SAPPM). Hanspeter Flury, Chefarzt der Klinik Schützen, beantwortet rückblickend Fragen von PrimaryCare zur Tagung über Psychosomatik und Adipositas.

PrimaryCare: Welches Wissen wollten Sie mit der Adipositas-Tagung vermitteln?

Hanspeter Flury: Unser Anliegen war zu vermitteln, dass es für die Krankheit Adipositas, die sehr zunimmt, neuere Behandlungsansätze gibt. Klassisches Vorgehen wie die Ratschläge zu Gewichtsabnahme und Ernährungsumstellung greifen zu wenig. Und es gibt neuere vielversprechende Behandlungsansätze. Erkenntnisse aus der Medizin, der Chirurgie und aus dem Bereich der psychischen Hintergründe der Krankheit sowie der Gestaltung der Arzt-Patienten-Beziehung sind hoffnungsvoll für Behandlung und Prävention. Eine wichtige Erkenntnis ist beispielsweise die Tatsache, dass bereits eine zehnpromtente Gewichtsabnahme das Risiko für gravierende Komplikationen deutlich verringert. Ebenfalls bedeutsam ist das Wissen um die Wirksamkeit von Psychotherapie in der Behandlung von Adipositas. Ich nenne das Beispiel einer Patientin, die im Laufe von acht Monaten dank einer Psychotherapie und der damit erzielten Fortschritte in der Lage war, ihr Gewicht um über 20 Kilo zu reduzieren. Wenn eine Person in einer Psychotherapie die Hintergründe ihrer Krankheit begreift und ihr Verhalten umstellen kann, wird Leiden vermindert und Krankheitskosten werden reduziert.

Die «Rheinfelder Tage» begannen erstmals im November 2003 und finden seither zweimal jährlich statt. Welche Gedanken waren massgebend für die Entstehung der Tagung?

Wir Ärztinnen und Ärzte sind zunehmend mit Herausforderungen konfrontiert, die nicht direkt mit unseren erworbenen Kenntnissen in unseren Fachausbildungen zu tun haben. Ohne solide Basis auf dem Gebiet der Kommunikation, ohne Kenntnisse über Psychosomatik und psychosoziale Medizin stossen wir immer mehr an unsere Grenzen. Die SAPPM, die Schweizerische Akademie für Psychosomatische und Psychosoziale Medizin, widmet sich der Weiter- und Fortbildung von Ärzten auf diesem Gebiet und bietet ein Programm zum Erwerb eines entsprechenden Fähigkeitsausweises. Als Kooperation der SAPPM und der Klinik Schützen werden an den «Rheinfelder Tagen» regelmässig interdisziplinäre Fortbildungen zum Thema Psychosomatik angeboten. Sie richten sich an Kolleginnen und Kollegen aus allen Fachbereichen und aller Spezialisierungen, die ihre Kenntnisse auf dem Gebiet der Psychosomatik und der psychosozialen Medizin erweitern wollen. Wir wollen sensibilisieren für Zusammenhänge zwischen der Krankheit und dem persönlichen Erleben des Patienten und für die Bedeutung der Arzt-Patienten-Beziehung.

Inwiefern ist die Zielsetzung, eine interdisziplinäre Fortbildungsplattform zu schaffen, gelungen?

Die Tagungen, die wir zweimal jährlich durchführen, sind in der Regel mit rund 100 Teilnehmenden ausgebucht. Der Dialog zwischen Allgemeinärztinnen und Ärzten, Internisten, Psychiatern und anderen Fachpersonen wird sehr geschätzt. Wir stellen jede Tagung unter ein Hauptthema und behandeln dieses aus verschiedenen Perspektiven, mit Referaten und interaktiven Workshops. Die erste Tagung befasste sich mit «Psychosomatik und Gesellschaft». Die weiteren Themen, stets in Verbindung mit Psychosomatik, waren bis heute: das Altwerden, die Identität von uns Ärztinnen und Ärzten, die Neurowissenschaften, Psychopharmakotherapie, Sexualität, Gewalt, Onkologie, Armut, Adipositas sowie «Psycho-somatisch oder somato-psychisch?».

Wie lautet das Thema der Tagung vom 27. März 2009?

Die Angst ist ein ständiger Begleiter des Menschen. Das Angebotsspektrum dieser Tagung ist weit gespannt und reicht vom psychogenen Schwindel, dem Umgang mit der Angst- und Panikstörung über die soziale Phobie bis hin zur Angst von uns Ärztinnen und Ärzten, wenn es darum geht, unsere Position in der Gesellschaft zu behaupten. In den Workshops werden verschiedenste Instrumente vermittelt, die es ermöglichen, mit der Angst unserer Patienten besser umzugehen.

Wir hoffen, dass diese Thematik mit ihren Beiträgen, die nicht gerade dem Mainstream entsprechen, wiederum auf ein breites Interesse stossen wird.

Unter www.rheinfeldertage.ch kann das Programm abgerufen werden. Sie können sich auch via Internet für die Tagung anmelden. Erfahrungsgemäss ist die Tagung schnell ausgebucht.

Interview: Cécile Speitel