

Ohne Definition lebt es sich gesünder

Kein Prosit auf die «Xundheit»

Edy Riesen

In vielen Sprachen stösst man zum Neuen Jahr auf die Gesundheit an: «Xundheit», Santé, Salud! – Angeblich das höchste Gut des Menschen. Aber was Gesundheit eigentlich ist, weiss niemand so recht.

In der epochalen Konferenz von Alma Ata gab die WHO 1978 folgende Definition vor: «Gesundheit ist ein Zustand vollständigen physischen, geistigen und sozialen Wohlergehens und zeichnet sich nicht nur durch die Abwesenheit von Krankheit oder Behinderung aus». Viele Hausärzte waren damals in der Dritten Welt tätig, so auch unsere Gruppe, die im peruanischen Altiplano bis zu fünf Kolleginnen und Kollegen umfasste. Alle schüttelten wir den Kopf.

Seit die Gesundheit zur Bürgerpflicht verkommen ist, stosse ich nicht mehr drauf an.

Das war nun eine typische Kreation der Technokraten des WHO-Jetsets. Kein medizinischer *Grassroots worker* von den Slums von Johannesburg bis Jakarta und vom Altiplano bis zum nepalesischen Bergland kannte auch nur einen einzigen Menschen, der diesen utopischen Zustand verkörperte. Und so ist es für mich geliebt. Bald wurden in meinem Berufsleben die theoretischen Diskussionen abgelöst durch die Praxis, und immer noch rätsle ich, was denn Gesundheit sei. Die Spezialisten machen es sich einfach, indem sie sich auf ihr Fach beziehen. Für den Kardiologen ist die abgrundtiefe Depression des Patienten nicht im Vordergrund, wenn er seinen Katheter einschleibt und die Stenose weg ist. Für den Orthopäden ist die «Gesundheit des Hüftgelenkes» bald wieder hergestellt, auch wenn der Patient einen Tumor hat. Das Auge sieht nach der Katarakt-OP wieder, auch wenn die Seele nicht mehr sehen mag, und der Hörapparat verbessert auch bei denen das Gehör, die lieber Ruhe hätten. Alles ist reparierbar.

Laborprofile werden angeboten für *Better health*. Achtung, jetzt wird es gefährlich, was soll bessere Gesundheit denn sein? Die Topmanager sind auf Anraten ihrer Ärzte heute «hochgesunde» Marathonläufer, was den einen oder anderen aber nicht davor bewahrt, sich umzubringen (entsetzter Kommentar in der Presse: dabei war er doch gesund). Sie verstehen schon, was ich meine. Es ist aussichtslos, in der heutigen Gesellschaft eine Definition der Gesundheit zu

versuchen. Man könnte banal sagen: Gesund ist, wer sich gesund fühlt. Der 120-Kilogramm-Brocken mit einem leichten Diabetes strotzt vor Kraft, die Witwe am Rollator hat sich noch einmal verliebt, der Mann nach dem schweren Autounfall mit mehrfacher Behinderung hat endlich seinen Platz im Leben «gefunden». Schliesslich erinnere ich mich an eine Sequenz in einem Film, wo ein Krebspatient erschüttert und weinend, aber nicht unglücklich(!), darüber berichtet, dass ihm die Krankheit das Leben wieder neu geschenkt habe. Ist er also jetzt gesünder als vorher, wo er gesund war?

Seit die Gesundheit zur Bürgerpflicht verkommen ist, stosse ich nicht mehr drauf an. Abgesehen davon, dass ich Champagner nicht mag, ist mir der Trinkspruch zuwider, weil er zu banal ist. Ja, vor 150 Jahren

Man könnte banal sagen: gesund ist, wer sich gesund fühlt.

hätte ich das noch getan. Damals wurden die Weichen für die Moderne gestellt. Wissen Sie, wer die Menschen echt gesünder machte und warum, die TBC und die Parasiten fast verschwanden lange vor den Medikamenten und Impfungen? Es waren die sozial denkenden Politiker, die Planer der Städte, die Erbauer der Latrinen und der Wasserversorgung. Die klugen Juristen mit ihren Gesetzen (Verbot von Kinderarbeit!), die Ingenieure mit ihren genialen Erfindungen, die Bauarbeiter mit ihren Pickeln und Schaufeln, die Mütter am Waschtrog, nicht zu vergessen die Bauern und Agronomen mit den neuen Methoden in der Landwirtschaft. Mit Ausnahme von Lichtgestalten wie dem tragischen Sesselweis und einigen anderen mehr hat die Medizin nicht viel vorausblickend getan, damit die Menschen gesünder wurden. Die heroischen Operateure, die Biomediziner in ihren elfenbeinernen Tempeln, die Frauenärzte, Internisten, Psychiater und alle anderen, die mit ihnen an der Front stehen, sind seit eh und je der Entwicklung der Menschheit mit ihren guten und schlechten Seiten ein paar Schritte hinten drein. Wie



war das schon mit HIV? Wie ist das mit Ebola? Wie steht es mit der Epidemie der Fettsucht? Was geschieht mit dem Heer der Dementen? Hat jemand geahnt, dass es so kommt? Konnte jemand vorbeugend etwas dagegen tun? Nach wie vor sind wir Ärzte nicht die grossen Akteure und müssen oft mehr reagieren als agieren. Dafür ist die weisse Zunft beim Reparieren Spitze. Da haben wir es fantastisch weit gebracht und dafür dürfen wir alle dankbar sein. Aber dass wir

Diese bald religiöse Dimension des Gesunden mit der Möglichkeit zum Aufstieg in die Kaste der Übergesunden stösst sauer auf.

genau begriffen hätten, wo es mit der Gesundheit durchgeht, das glaube ich nicht wirklich. Viel mehr bleibt anzumerken, dass das Geschäft mit der sogenannten Gesundheit unkrautartig wuchern kann und statt sich um Wesentliches zu kümmern viel Unsinn produziert. Botulinustoxine in die Achselhöhlen der Stars vor der Oscarverleihung – verständlich, aber hat das mit Gesundheit zu tun? Sind Viagra®, Testosteron, Östrogene etc. gesund oder einfach die Suche nach dem verlorenen Paradies? Sind Menschen gesünder nach plastischer Chirurgie? Braucht es wirklich eine so hohe Sectorate, um gesunde Kinder auf die Welt zu bringen?

Für manches habe ich Verständnis, einiges widert mich an. Der Trend geht aber dahin, dass sich, wer nicht gesund, leistungsfähig, schön und gescheit ist,

Schuld auflädt. Das ist bedenklich. Raucher sind Unmenschen, Krüppel haben wir nicht so gerne in der Öffentlichkeit, bereits mässige Trinker sind sehr verdächtig, Übergewichtige nimmt man nicht richtig ernst usw. Zum Teufel mit diesem ganzen Gesundheitswahn. Wir sind doch keine Hohepriester und schon gar keine Orakel. Wir sind einfach Partner unserer Klienten und Teilhaber am Leben. Wir dürfen schon einmal klare und wenn es sein muss «harte» Worte geben, aber verurteilen sollen wir nicht. Ja, es stimmt, Rauchen ist schädlich. Klar, es ist nicht so toll mit dem Übergewicht und es wird zu viel gesoffen. Aber das Moralisieren ist falsch, diese bald religiöse Dimension des Gesunden mit der Möglichkeit zum Aufstieg in die Kaste der Übergesunden stösst sauer auf. Ich kenne reihenweise Supergesunde, die sich nicht gut fühlen, und ich kenne ebenso viele Kranke, die ein erfülltes, gutes Leben führen. Ist es jetzt besser, ein *Worried well* oder ein glücklicher, gelassener Kranker zu sein? Ich denke, dass jede/r gesunde und kranke Anteile in sich trägt. Die Trennlinie «gesund – krank» geht durch jeden Menschen hindurch und verläuft nicht so sehr zwischen den Menschen. Wie steht es mit Ihnen, liebe Leserinnen und Leser? Stossen wir also an auf ein Gutes Neues 2015: Xundh... Pardon, alles Gute, vergessen Sie die salutogenen Vorsätze. Freuen Sie sich lieber auf ein paar vorsätzliche Sünden wie z.B. das Dolcefarniente. Im Falle, dass Sie es nicht mehr beherrschen, denken Sie daran: man lernt nie aus!

Korrespondenz:
Dr. med. Edy Riesen
Facharzt für Allgemein-
medizin FMH
Hauptstrasse 100
4417 Ziefen
edy.riesen[at]hin.ch