



R I E M A N N
V E R L A G

Anousch Mueller

UNHEIL- PRAKTIKER

*Wie Heilpraktiker mit
unserer Gesundheit
spielen*



R I E M A N N
V E R L A G

Der Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss. Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.

Hinweis

Die Autorin verwendet überwiegend das generische Maskulinum, schließt aber selbstverständlich und ausdrücklich immer Patientinnen, Ärztinnen, Heilpraktikerinnen usw. mit ein.



Verlagsgruppe Random House FSC® Noo1967

I. Auflage

Deutsche Erstausgabe

© 2016 der deutschsprachigen Ausgabe

Riemann Verlag, München,

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Neumarkter Str. 28, 81673 München

Lektorat: Christina Knüllig

Umschlaggestaltung: Stephan Heering, Berlin

Umschlagmotiv: S. Heering/Heering Advertising

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-570-50195-5

www.riemann-verlag.de

Inhaltsverzeichnis

| | |
|--|----|
| Vorwort. | 9 |
| 1. »Korrekte energetische Polarität« – | |
| Wie ich begann, an Humbug zu glauben | 17 |
| Cyberchondrie | 18 |
| Der Einstieg | 20 |
| 2. »Eine Gefahr für die Volksgesundheit?« – | |
| Wie man in Deutschland Heilpraktiker wird | 23 |
| Heilpraktiker unterm Hakenkreuz | 24 |
| Der Donner-Report | 27 |
| Das Heilpraktikergesetz | 29 |
| 3. Das kopflose Skelett – | |
| Die Heilpraktikerschule als Gruselkabinett | 32 |
| Der große Irrtum | 48 |
| 4. Heile, heile Segen? – | |
| Wie Heilpraktiker Patienten verführen | 52 |
| Das Erfinden von Krankheiten | 54 |
| Bingo, Sie haben 30 Allergien! | 57 |
| Zentralorgan Darm | 62 |
| Abwehrzauber | 68 |

| | |
|---|-----|
| Was Heilpraktiker richtig gut können | 76 |
| Was wirkt da eigentlich, wenn es wirkt? | 82 |
| 5. »Da wird schon was dran sein« – | |
| Akupunktur und Co. auf dem Prüfstand | 98 |
| Akupunktur/TCM | 99 |
| Anthroposophische Medizin | 109 |
| Atemtherapie | 112 |
| Autogenes Training | 116 |
| Ayurvedische Medizin | 117 |
| Bioresonanztherapie | 119 |
| Chiropraktik | 120 |
| Geistheilung | 129 |
| Homöopathie | 130 |
| Hypnose | 140 |
| Irisdiagnostik | 141 |
| Kinesiologie | 142 |
| Massage | 143 |
| Neuraltherapie nach Huneke. | 143 |
| Orthomolekulare Medizin. | 145 |
| Progressive Muskelentspannung nach Jacobson | 146 |
| Qigong und Tai-Chi. | 147 |
| Reiki | 147 |
| Zelltherapien. | 148 |
| 6. »Wer heilt, hat recht« – | |
| Phrasen und Antworten | 150 |
| 7. Verbot oder Reform? – | |
| Vorschläge für einen zeitgemäßen | |
| Heilbehandlerberuf | 169 |
| Gesetz und Prüfung. | 174 |
| Ausbildung | 176 |
| Patientenschutz | 179 |

| | |
|--|-----|
| Der neue Heilpraktiker | 182 |
| Wellness statt Humbug | 183 |
| Sinnvolle alternativmedizinische Anwendungen | 184 |
| 8. Gegen das große Misstrauen – | |
| Was taugen Studien? | 190 |
| Wie Sie Millionär werden können | 194 |
| »Schlecht recherchiert«: | |
| Ein Schlusswort | 196 |
| Anhang | 198 |
| Checkliste 1: Zehn Indizien für Quacksalberei | 199 |
| Checkliste 2: Was zeichnet einen seriösen Heilpraktiker/eine seriöse Heilpraktikerin aus? | 203 |
| Nützliche Internetseiten | 204 |
| Ausgewählte Literatur | 208 |
| Danksagung | 210 |
| Weiterführende Informationen | 210 |
| Anmerkungen | 211 |
| Sachregister | 219 |
| Personenregister | 223 |

*Vernunft, das ist so etwas
wie ansteckende Gesundheit.*

Alberto Moravia

Vorwort

Wer gegen Homöopathie ist, war bloß noch nicht krank genug! So verteidigte ich vor einigen Jahren dieses alternativmedizinische Verfahren gegenüber Häme und Spott von Kritikern. Meine eigene Leidensgeschichte führte mich damals sogar zu einer Heilpraktikerausbildung. Ich glaubte, meine Feinfühligkeit, meine Erfahrungen mit unerklärlichen Symptomen und mit den Grenzen der Schulmedizin seien wie gemacht für die Berufung zur Heilpraktikerin. Ich hörte von wundersamen Heilungsgeschichten, glaubte an die Verheißungen der »sanften Medizin« und sah in ihr nicht zuletzt einen rebellischen Akt gegen die »Machenschaften der Pharmaindustrie«. Damals war ich überzeugt von der Floskel »Wer heilt, hat recht«. Zuerst würde ich geheilt, dann würde ich andere heilen. Das war der Plan.

Doch es kam anders. Heute stehe ich der Alternativmedizin, insbesondere der Art und Weise, wie sie von Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern ausgeübt wird, äußerst kritisch gegenüber. Die Zweifel kamen bereits während der Heilpraktikerausbildung. Weitere Erfahrungen und Recherchen führten schließlich zu einer Abkehr von der sogenannten Alternativmedizin. An der Heilpraktikerschule erlebte ich, wie Studenten indoktriniert und Verschwörungstheorien verbreitet wurden.

Ganz massiv wurde in den Seminaren Impfangst geschürt. Es wurde behauptet, Heilpraktiker verfügten über Wahrheiten, vor denen die meisten Menschen die Augen verschlössen. Daher sei es auch Aufgabe von Heilpraktikern, »aufklärerisch« tätig zu sein. Die Folgen dieses esoterischen Missionierungseifers sind inzwischen deutlich zu spüren. Gerade in der gutsituierten Mittelschicht, wo viele auf alternativmedizinische Angebote schwören, kursieren die abenteuerlichsten Mythen. Es ist kein Zufall, dass der Prenzlauer Berg die niedrigsten Impfquoten Berlins hat und auch viele Teile Süddeutschlands deutlich hinterherhinken. In beiden Regionen gibt es überdurchschnittlich viele Heilpraktiker, und in beiden Regionen ist auch das Erwerbseinkommen überdurchschnittlich. Schließlich können sich oftmals nur Besserverdiener die kostspieligen Behandlungen beim Heilpraktiker leisten. Was aber viele nicht wissen: Heilpraktiker ist nicht einmal ein staatlich anerkannter Ausbildungsberuf.

Die Popularität von Heilpraktikern und Alternativmedizin fügt sich in die These von der Esoterisierung der Gesellschaft.¹ Dass das Übersinnliche in Teilen der Gesellschaft längst die Ratio überrundet hat, davon zeugen vielerlei alltägliche Beobachtungen: Babys tragen Bernsteinketten um den Hals, Manager werden auf Psycho-Seminare geschickt, Waldorf-Einrichtungen beschwören »atlantische Vorfahren«, Cafés werben mit energetisiertem Wasser, Straßenlaternen sind mit spirituellen Selbstfindungsangeboten beklebt, im Yoga-Kurs werden die Chakren mobilisiert, im Geburtsvorbereitungskurs die Seelen der Babys erspürt; dazu verbreiten sich im Internet Verschwörungstheorien, die immer ein fundamentales Misstrauen in gesellschaftliche Strukturen offenbaren.

Doch nirgendwo schlägt sich der esoterische Irrsinn so umfassend nieder wie auf dem Gesundheitssektor. Ob Schnupfen oder Krebs, es ist kaum möglich, alternativmedizinischen Angeboten zu entkommen: Homöopathie, Bachblüten, Biore-

sonanz, Traditionelle Chinesische Medizin, Osteopathie, Kinesiologie, anthroposophische Medizin und Ayurveda, Familienaufstellungen, Reiki, Entgiftung, Irisdiagnostik, Quantenheilung und, und, und. Doch was ist an diesen Verfahren esoterisch?

Eine einheitliche Definition von Esoterik hat sich nicht durchgesetzt. Von antiken Philosophen geprägt, stand der Begriff im Laufe der Jahrhunderte für spirituelle, mystische Strömungen verschiedener Denkschulen und Religionen, die sich abseits gängiger Lehrmeinungen entwickelt hatten. In der Alltagssprache versteht man unter Esoterik allgemein etwas »Höheres«, dem bloßen Verstand nicht Zugängliches. All die genannten Therapieformen beruhen auf Vorstellungen, die mit Naturgesetzen und physiologischen Abläufen nicht zu vereinbaren sind. In hochwertigen Studien konnten sie ihre Wirksamkeit über den Placeboeffekt hinaus bislang nicht unter Beweis stellen. Ihre Vertreter berufen sich auf »Schwingungen« und »Energien«, die sich selbst mit empfindlichster High-End-Technik nicht nachweisen lassen. Im selben Atemzug wird ominöses Urwissen beschworen und pseudowissenschaftliches Vokabular gebraucht. Insbesondere die Quantentheorie muss für allerhand Humbug herhalten. Die Verwandtschaft von Esoterik und Spiritualität führt dazu, dass Alternativmedizin oftmals als »Glaubensmedizin« bezeichnet wird. Noch treffender wäre allerdings die »Aberglaubensmedizin«. Die ursprüngliche Bedeutung von Esoterik, abgeleitet vom griechischen Wort »esôtericós«, ist »zum inneren Kreis gehörend«. Im 21. Jahrhundert allerdings kann man wohl sagen, dass die Esoterik im Mainstream angekommen ist.

Die Beliebtheit von Homöopathie und Co. hängt auch mit deren positiven Attributen zusammen. »Natürlich«, »ganzheitlich«, »traditionell« haben eine beruhigende, vertrauensfördernde Wirkung. Auch der Begriff Alternativmedizin suggeriert, dass es eine *andere*, menschlichere Medizin gäbe, die sich von der als »unpersönlich« und »technokratisch« beleumde-

ten »Apparatemedizin« abgrenzt. Aus diesem Grund verwende ich den Begriff Alternativmedizin in diesem Buch eher spärlich. Nämlich dann, wenn es im Zusammenhang passender scheint oder sich alternative bzw. komplementäre Therapien in Studien als wirksam erwiesen haben, z. B. Entspannungsverfahren oder die Einnahme von Johanniskrautpräparaten.

Der Begriff Schulmedizin hingegen wird gemeinhin abwertend im Sinne von »starr«, »verschult« und »unflexibel« verwendet. Erfahrungsgemäß nicht immer zu unrecht. Historisch und naturwissenschaftlich gesehen stellt sich die Situation aber vollkommen anders dar. Während die meisten paramedizinischen Therapien auf dem Stand des 18. Jahrhundert sind, hat sich die sogenannte Schulmedizin seit Ende des 19. Jahrhunderts rasant fortentwickelt und dafür gesorgt, dass sich unsere Lebenserwartung immer weiter in die Höhe schraubt. Seit einigen Jahren hat sich der Begriff *evidenzbasierte Medizin* (EBM) etabliert für eine Medizin, die auf empirisch nachgewiesener Wirksamkeit beruht. Darunter versteht man eine Medizin, die sich nicht allein auf Erfahrungen, Anekdoten und Gepflogenheiten stützt, sondern rein auf Forschungsergebnisse. Diese werden mit möglichst objektiven wissenschaftlichen Methoden erstellt. Bei Studien gibt es eine Reihe hoher Ansprüche, wie z. B. die »Doppelverblindung«, um Einflussnahmen oder eine Verfälschung durch eine Erwartungshaltung so gering wie möglich zu halten. Ferner sind die Begriffe klassische bzw. konventionelle Medizin oder Universitätsmedizin gebräuchlich, wenn empirisch nachweisbare Medizin gemeint ist, die sich nach wissenschaftlichen Kriterien richtet. Die evidenzbasierte Medizin will rationale Antworten auf die Frage finden, welche Behandlung bei welcher Erkrankung am nützlichsten ist.

Der Begriff *Paramedizin* beschreibt präziser, womit man es bei der Alternativmedizin tatsächlich zu tun hat. Der Biologe und Wissenschaftsphilosoph Martin Mahner definiert Parawissenschaft wie folgt: »Eine Parawissenschaft ist ein außer-

halb der Wissenschaften – aber nicht unbedingt außerhalb des universitären Wissenschaftsbetriebes – angesiedelter Erkenntnisbereich, dessen Theorie und Praxis weitgehend auf illusionärem Denken beruht.« Und weiter: »Paramedizin ist daher ein Paradebeispiel für illusionäres Denken – ein illusionäres Denken, das zudem mit illusionärer Praxis einhergeht.«²

Ich streite nicht ab, dass paramedizinische Verfahren heilsame Effekte auslösen können. Nur muss man benennen, worauf diese Wirkungen wissenschaftlichen Erkenntnissen zufolge beruhen. So viel vorweg: jedenfalls nicht auf kosmischen Schwingungen. Ohne illusionären Überbau kommt die Paramedizin aber nicht aus. Dass eine Heilpraktikerschule oftmals mehr mit einer Zauberschule als mit einer medizinischen Fakultät zu tun hat, habe ich am eigenen Leib (im wahrsten Sinne des Wortes) erfahren.

Ich verstehe den verzweifelten Wunsch nach Heilung nur zu gut. Daher verstehe ich auch, was Menschen dazu verleitet, an irrationale Versprechen zu glauben. Die Popularität von paramedizinischen Angeboten lässt sich längst nicht mehr nur rein heilungsbezogen erklären, sondern vor allem psychologisch-soziologisch. Da ist zunächst die simple und verlockende Äußerung von Paramedizinern, wonach man nun mal nicht alles erklären könne. Auch Heilpraktiker sagen, dass sie nicht genau wissen, warum ihre Therapien funktionieren, sie wissen nur, dass sie funktionieren. Das ist ein Totschlagargument, das jede Diskussion überflüssig machen soll. Letztlich lässt es mysteriöse Gründe für die heilenden Effekte zu. »Playing the Mystery Card« nennt der Philosoph Steven Law diesen Rückzug ins Geheimnisvolle.³ Dabei weiß man schon lange ziemlich genau, warum und wie Hokusfokus zu wirken scheint.

Gerade in Krisenzeiten, und Krankheiten gehören dazu, sind Menschen sehr empfänglich für einfache Wahrheiten auf komplexe Fragestellungen. Für die Frage »Warum bin ich krank?« haben

Heilpraktiker oftmals sehr einleuchtende Erklärungen. Sie treffen mitunter einen Kern, nämlich das schlechte Gewissen, dass man nicht genug auf sich achtgegeben, sein »inneres Kind« vernachlässigt habe und gegen die natürlichen Rhythmen leben würde. Und wer befürchtet insgeheim nicht, dass er oder sie unter Lebensmittelunverträglichkeiten leide, auf Elektrosmog reagiere und sowieso bislang unentdeckte Erkrankungen in sich trage? Heilpraktiker haben leichtes Spiel. Wir leben in einem neuen *ner-vösen Zeitalter*. Und so wie auf der Schwelle zum 20. Jahrhundert die Nerven der Zeitgenossen zum Zerreißen gespannt waren, sind es unsere auch. Der Körper reagiert über, der Geist verlangt nach Askese. Ein idealer Nährboden für esoterische Verheißungen, wie sie auch die Paramedizin bietet. Diese Beobachtung deckt sich mit Untersuchungen, wonach alternative Heilverfahren gar nicht unbedingt aus Enttäuschung über die klassische Medizin beansprucht werden, sondern weil sie stimmiger mit den eigenen Werten und weltanschaulichen Überzeugungen sind.⁴

Die Esoterisierung der Gesellschaft und Spiritualisierung der Medizin gehen Hand in Hand und stellen eine große Herausforderung dar. Beide sind längst keine Randphänomene mehr. Das dichte Netz an Heilpraktikern sorgt für eine stetige Verbreitung von weltanschaulichem Gedankengut. Circa 35 000 Heilpraktiker soll es in Deutschland laut Statistischem Bundesamt geben, andere Quellen gehen von deutlich mehr aus, da in einigen Bundesländern die Zahl der Heilpraktiker nicht erfasst wird. Das sind Zehntausende von Heilbehandlern, die ohne fundierte medizinische Ausbildung beängstigend viele Befugnisse haben, die in vielerlei Hinsicht an die von Ärzten heranreichen. Das Internet tut sein Übriges. Es gibt unzählige Foren, Plattformen und Facebook-Gruppen zu paramedizinischen, esoterischen und verschwörungstheoretischen Themen.

Wenn man auf wissenschaftlich fundierten Wirksamkeitsnachweisen besteht, muss auch die Frage erlaubt sein, ob es darum

überhaupt geht. Hat Heilung nicht auch mit magischem Denken zu tun? Kann Humbug am Ende heilsam sein? Und wenn ja, warum? Auch diesen Fragen wird hier nachgegangen. Hauptkritikpunkt ist aber die Ausbildungssituation von Heilpraktikern. Manche Kritiker fordern daher gar eine Abschaffung des Heilpraktikergewerbes. Das wäre aber nicht nur rechtlich problematisch. Gerade für Patienten, denen Zuspruch wichtiger ist als Empirie, entstünde ein großes Betreuungsvakuum. Dennoch, so überzeugend der Fürsorgegedanke ist, so unhaltbar sind die Voraussetzungen für den Erwerb einer Heilerlaubnis ohne Approbation. Dieser sonderbare Umstand ist durch das Heilpraktikergesetz von 1939 und durch höchstrichterliche Sprüche in den Fünfzigerjahren legitimiert. Es ist aber fraglich, ob es in der Politik ein Bewusstsein dafür gibt, dass Heilpraktiker mitnichten nur harmlose Seelenstreichler sind. Was indes sehr klar ist, ist die äußerst erfolgreiche Lobbyarbeit insbesondere der homöopathischen Industrie. Und auch so manch bekannter Politiker bekennt sich freimütig zur Paramedizin. Dazu später mehr.

Auch wenn die wenigsten Heilpraktiker als zwielichtige Gurus auftreten, so praktizieren doch alle Heilpraktiker auf einem völlig unregulierten Markt. Leidtragende sind Patienten, die nicht das Glück haben, auf wundersame Weise zu genesen. Oftmals haben sie viel Zeit und Geld verloren und im schlimmsten Falle sogar ihr Leben.

Am Schluss werden Vorschläge gemacht, wie ein zeitgemäßer Heilbehandlerberuf aussehen könnte, der auch wissenschaftlichen Erkenntnissen genügt. Es ist ja ohnehin irrwitzig, dass Therapeuten, die sich auf die Heilkraft der Natur berufen, die Wissenschaft von der Natur häufig missachten. Würde man der Magie den Garaus bereiten, dann wäre der heilpraktische Gemischtwarenladen nicht mehr so bunt, dafür aber übersichtlicher. Es gibt eine Reihe an Therapien, die sich noch immer mit den Labels »naturheilkundlich«, »alternativ« oder »komplementär« verkaufen ließen, ohne esoterisches Brimborium.

Dieses Buch beruht auf Erfahrungen und Fakten. Was Letztere betrifft, konnte ich selbstverständlich nur den augenblicklichen Stand der Wissenschaft berücksichtigen. Und: Auch in der Naturwissenschaft gibt es Außenseiterpositionen. Ich bevorzugte jedoch plausible statt skurriler Erklärungen. Wenn sich in Zukunft herausstellen sollte, dass die Gesetze der Physik neu geschrieben werden müssen, dann bin ich bereit, das zu akzeptieren. Spätestens dann, wenn es Nobelpreise für den Nachweis von Paraphänomenen hagelt.

Es geht mir mit diesem Buch nicht um eine pauschale Ablehnung der Alternativmedizin. Mir ist außerdem bewusst, dass es ärztliche Fehldiagnosen, Behandlungsfehler und Medizinskandale gibt und dass die Pharmabranche über mächtige Lobbyisten verfügt. Das macht aber die Paramedizin trotzdem nicht wirksamer und glaubwürdiger.

Es geht mir um eine Sensibilisierung für die Methoden, Weltbilder und die möglichen Gefahren der Paramedizin. Für viele Patientinnen und Patienten sind Heilpraktiker oft die letzte Hoffnung. Gerade diese Patienten sollten aber wissen, worauf sie sich einlassen. Krank zu sein heißt schließlich nicht, seinen Verstand an der Praxistür abgeben zu müssen.

1. »Korrekte energetische Polarität«

Wie ich begann, an Humbug zu glauben

Im Alter von 27 Jahren »verlernte« ich plötzlich das Atmen. Immer öfter bekam ich schwer Luft, hatte das Gefühl, weder richtig aus- noch einatmen zu können. Es fühlte sich an, als lastete ein zentnerschweres Gewicht auf meinem Brustkorb und als würde von innen ein Schraubstock angezogen, der die Entfaltung der Rippen einschränkte. Zur Atemnot kamen Herzschmerzen sowie Schluckbeschwerden dazu. Ich litt Höllenqualen, bekam Panikattacken und war außerstande meinen Alltag zu organisieren. Ich pilgerte von einem Arzt zum anderen. Sämtliche Befunde waren unauffällig, die Untersuchungen bescheinigten mir einwandfreie Vitalfunktionen. Jedes Mal war ich kurzfristig beruhigt, um wenig später erneut angstvoll meinen Symptomen ausgeliefert zu sein. Psychosomatische Ursachen wurden von Ärzten zwar erwogen, die therapeutischen Vorschläge gingen aber lange Zeit über Stressreduktion nicht hinaus. Ich fühlte mich so gut wie nie ernstgenommen.

Nach meinen ernüchternden Erfahrungen in zahlreichen Arztpraxen stieß ich – wie sollte es anders sein – auf die Alternativmedizin. Es ist heute leichter denn je, den Versuchungen der Alternativmedizin zu erliegen. Sie sind meist nur einen Mausklick entfernt.

Cyberchondrie

Fast jeder kennt es: Man googelt ein Symptom und sieht sich plötzlich mit lauter fürchterlichen Krankheitsbildern konfrontiert. Von Aneurysma bis Zwerchfellbruch gibt es nichts, auf das man nicht bei der Internetrecherche stoßen würde. Dabei hatte man doch eigentlich gegoogelt, um die Gewissheit zu erlangen, dass man weder an einem Tumor noch einem drohenden Herzinfarkt, Multipler Sklerose oder einer der seltenen Erkrankungen leidet, die eigentlich nur von *Dr. House* diagnostiziert werden können. (Hypochondern muss man von dieser Serie ernsthaft abraten!) Das Symptom-Googeln gleicht einem Abwehrzauber. Irgendwann findet sich schon eine beruhigende Erklärung für den Dauerkopfschmerz, das Herzstolpern oder Augenzucken. Aber auf dem Weg zur Entlastungsdiagnose stößt man auf so viel Angsteinflößendes, dass sich der Trosteffekt nicht recht einstellen will. Man ahnt, dass es schlimme Krankheiten gibt, die harmlos anfangen und böse enden. Musste sich der Hypochonder von einst noch mit Halbwissen, Mythen und Gerüchten begnügen, kann sich der *Cyberchonder* von heute durchaus als überinformierter Medizinexperte seiner Symptome fühlen. Denn viele der Medizinseiten im Internet erwecken zumindest den Anschein von Seriosität. Eine repräsentative Studie aus dem Jahr 2012 ergab, dass sich 63,5 Prozent der deutschen Internetnutzer bei Gesundheitsfragen auf Netzangebote verlassen.⁵ Der Begriff *Cyberchondrie* wurde vom US-Psychiater Brian Fallon geprägt und bezeichnet eine sich verstärkende Krankheitsangst durch das Internet.⁶

Das Googeln nach Symptomen, Diagnosen und Therapien kann zur Manie werden. Ob leichtes Unwohlsein oder starke Schmerzen, wer ohnehin um seine Gesundheit überbesorgt ist, ist mit den Fingern schnell an der Tastatur, scannt Seite um Seite nach Erklärungen und sitzt schließlich häufiger in Arztpraxen. Das führt dazu, dass Ärzte von naseweisen Patienten

genervt sind, die mit zusammengegoogelten Diagnosen die Allmacht der Halbgötter in Weiß beschneiden. Andererseits liegen in der leichten Verfügbarkeit von Gesundheitsinformationen auch Chancen. Patienten werden in die Lage versetzt, Körperfunktionen und Laborwerte besser zu verstehen und somit auch, was der Arzt zu ihnen sagt. Ärzte sollten also gelassener damit umgehen, dass Patienten dank des Internets mündiger werden. Medizin ist schließlich keine Geheimwissenschaft.

Das Problem ist jedoch, dass es gerade für medizinische Laien oft schwierig ist, seriöse von unseriösen Seiten zu unterscheiden. Und dass zwischen Aufklärung und Panikmache oft nur ein schmaler Grat liegt. Wenn Ärzte in der ohnehin knapp bemessenen Behandlungszeit erst Vorlesungen über Biochemie halten müssen, um zu erklären, dass Fluorid in der Zahnpasta nicht toxisch wirkt, wird es kompliziert. Leider wimmelt es im Internet von Gesundheitsportalen, die mehr mit Verschwörungstheorien gemein haben als mit seriöser medizinischer Diagnostik. Viele dieser Portale geben sich wissenschaftlich. Sie sind nüchtern gestaltet, erwecken den Eindruck von Seriosität, zitieren Studien, benutzen medizinische Ausdrücke, um dann doch pseudowissenschaftlichen Unsinn zu verbreiten. Und so mischen sich medizinisch haltbare Verdachtsdiagnosen mit Fehlinformationen, Panikmache und esoterischer Irreleitung.

Ich selbst war damals hin- und hergerissen zwischen Medizin und Humbug. Auf der einen Seite waren alle möglichen Erkrankungen medizinisch ausgeschlossen worden, andererseits wimmelte es im Internet vor möglichen Krankheitsursachen und Diagnosen, die ich bislang aus keinem Arztmund gehört hatte. »Wahrscheinlich sind Aluminium, Weizen und Impfungen schuld an Ihren Beschwerden« – ein Satz, den vermutlich kein seriöser Mediziner ohne handfeste Gründe sagen würde. Aber im Internet fanden sich zahllose Seiten, die vor diesen und anderen Stoffen warnten mit drastischen Folgen für die

Gesundheit. Ist man ohnehin physisch und psychisch angeschlagen, so wirken derartige Informationen wie Panik-Booster. Meine Angst wurde getriggert, aber noch etwas anderes: meine Neugierde.

Der Einstieg

Wenn man unter unklaren Beschwerden leidet, dann fallen in der Alternativmedizin sehr oft die Begriffe »innere Blockade« oder »gestörter Energiefluss«. Bald stieß ich diesbezüglich im Internet auf die *Emotional Freedom Technique*, kurz EFT. Auch wenn EFT hierzulande nicht allzu verbreitet ist, so ist sie doch ein Paradebeispiel für paramedizinische Behandlungen.

Die EFT verspricht, mittels Beklopfen bestimmter sogenannter Meridianpunkte, Ängste, Phobien und selbst schwere Erkrankungen wie Schizophrenie oder Krebs heilen zu können. Sogar reich könne man durch diese Praktik werden, denn wenn die Energien erst wieder »frei und ungehindert« fließen, sei alles möglich. Ein Freund vermittelte mich damals an einen Heilpraktiker, der EFT im Angebot hatte. Der Heilpraktiker empfing mich herzlich und gut gelaunt in einem Loft in Berlin-Mitte. Er hörte sich aufmerksam meine Leidensgeschichte an und schlug sich dann begeistert auf die Oberschenkel: »Wunderbar, dafür ist EFT hervorragend geeignet. Mit EFT wirst du bald beschwerdefrei sein.« Er erklärte, dass eine Störung im Energiesystem meines Körpers vorliege. Eigentlich seien meine Symptome völlig egal, ob ich nun unter Atembeschwerden, Ohrjucken oder Depressionen litte, sei nicht entscheidend: Mittels EFT würde eine »korrekte energetische Polarität« wiederhergestellt, die den gesamten Organismus erfasse und daher von allen Leiden gleichzeitig befreien könne.

Der Heilpraktiker machte nun das Procedere vor, und ich sollte es ihm anschließend gleichtun. Er begann, in einer be-

stimmten Reihenfolge verschiedene Punkte im Gesicht, am Oberkörper und den Händen zu beklopfen. Zum Abschluss pochte er unablässig mit seinen Fingern gegen die Handkante, atmete tief ein und aus, schaute geradeaus, schloss die Augen, öffnete sie wieder, blickte scharf nach rechts und links, ließ die Augen in beide Richtungen kreisen, summite dabei, zählte von sieben bis null, summite erneut und schloss mit den Worten: »So, nun sind auch die Gehirnhemisphären synchronisiert.«

Jetzt war ich an der Reihe. Bevor ich mit der Klopferei anfangen konnte, sollte ich mein Problem benennen und einen Belastungswert auf einer Skala von eins bis zehn festlegen. Mein Problem war, dass ich kaum Luft bekam, und das war eine volle Zehn. Nun ermunterte mich der Heilpraktiker, den Handkantenpunkt zu beklopfen und dreimal hintereinander das Problem auszusprechen sowie die Aufmunterungsformel, dass ich mich trotzdem »voll und ganz akzeptiere«. Ich vollzog das Multitasking aus Klopfen, Sprechen, Summen, Atmen, Augenrollen, kam mir aber ein bisschen blöd dabei vor. Als ich fertig war, blickte mich der Heilpraktiker erwartungsvoll an: »Und, wie geht es dir?« Ich war mir nicht sicher, aber immerhin hatte sich endlich jemand meines Leidens angenommen. Statt der verdrucksten Ratlosigkeit der Ärzte bekam ich hier eine Portion erfrischenden Optimismus mit auf den Weg.

Tatsächlich begann ich, nun täglich zu klopfen. Es wurde ein Ritual. Ich habe keine einzige Panikattacke damit in den Griff bekommen, aber ohne das Klopfen hatte ich überhaupt nichts. So hatte ich wenigstens eine Krücke. Bald klopfte ich vor jeder Herausforderung wie U-Bahn-Fahrten, Verabredungen, Vorstellungsgesprächen, selbst vor Spaziergängen. Denn damals waren für mich sogar die banalsten Alltagsabläufe eine Herausforderung. Es dauerte nicht lange, und es zeigten sich die Schattenseiten des ritualisierten Klopfens. Wenn ich aus Zeitgründen oder Vergesslichkeit nicht zum Klopfen kam, schnellte mein Paniklevel sofort nach oben. Ich glaubte, ohne das gleich-

UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE



Anousch Mueller

Unheilpraktiker

Wie Heilpraktiker mit unserer Gesundheit spielen

ORIGINALAUSGABE

Paperback, Klappenbroschur, 224 Seiten, 13,5 x 21,5 cm

ISBN: 978-3-570-50195-5

Riemann

Erscheinungstermin: Mai 2016

Die heillosen Praktiker

Für viele Patienten sind Heilpraktiker die letzte Hoffnung – scheinen Sie doch eine natürliche, ganzheitliche, menschlichere Medizin anzuwenden, die sich von der kalten „Apparatemedizin“ abgrenzt. Nur wenige wissen jedoch, worauf sie sich wohlmöglich einlassen: Es gibt keine geregelte Ausbildung. Heilpraktiker-Anwärter werden mit irrationalen Theorien indoktriniert. Und während von medizinisch sinnvollen Behandlungen abgeraten wird, muss mancher Patient als Versuchskaninchen für heillose Praktiken herhalten. Anousch Mueller berichtet über die Methoden eines vom Staat unregulierten Geschäfts mit unserer Gesundheit. Sie nimmt fragwürdigen Therapien von Bioresonanz- bis Zelltherapie unter die Lupe. Schließlich formuliert sie ein leidenschaftliches Plädoyer für die Reform des Berufsstands, der in zeitgemäßer Form dem Kranken wirklich dienen könnte.