



Gerade wenn die kältere Jahreszeit naht, scheinen sie häufiger in die Sprechstunde zu kommen als üblich: Patienten mit körperlichen Beschwerden, die sich einer konkreten Diagnose entziehen. Für mich als Arzt eine herausfordernde Sache. Für die Betroffenen ebenso. Oft gelten diese Patienten als „schwierig“. Machen eine Odyssee von Arzt zu Arzt durch.

Ein für mich typisches Beispiel ist eine 50-jährige Patientin, die ich seinerzeit in einer Spezialklinik für Diagnostik untersuchte. Nur die „komplizierten“ Fälle kamen hierher. Patienten und ihre Schicksale, an denen sich oft schon viele Kollegen „die Zähne ausgebissen“ hatten.

Schmerzen ohne körperliche Ursache

„Herr Doktor, mir tut jede Bewegung weh“, beschreibt die Patientin ihre Symptome. „In den Armen, neuerdings auch in den Beinen. Dazu kommen Kopfschmerzen.“ In mir „hagelt“ es Verdachtsdiagnosen. „Vor Jahren hatte ich mal mehrere Bandscheibenvorfälle.“ Ich untersuche die Patientin – obwohl die Beschwerden neurologisch nicht recht passen, entscheide ich mich zunächst für eine Kernspintomografie. Jedoch

ohne Erfolg. Blutuntersuchungen: Fehlanzeige. Die Fragen an Rheumatologen und Orthopäden bleiben ebenfalls ergebnislos. Trotz körperlicher Beschwerden gibt es somit keine fassbar körperliche Ursache.

Ich spreche dann gern von sogenannten Austastlücken. Oft können wir Ärzte diese nicht körperlich nachvollziehbaren Symptome auf eine bestimmte Form von psychischen Problemen – auch Somatisierung genannt – zurückführen. Die meisten zucken bei solchen Überlegungen zurück, als sei die Psyche eine Tabuzone. So auch meine damalige Patientin, Mutter zweier halbwüchsiger Jungs. „Ich bin nicht depressiv! Ich funktioniere doch!“ Keine Schlafstörungen? „Nein, dafür habe ich keine Zeit. Morgens Frühstück machen für die Familie. Danach ins Büro, dann der Haushalt. Allenfalls leichte Einschlafstörungen. Aber die sind kein Problem.“ Alkohol? „Nur abends gelegentlich ein Glas Wein.“ Ständige Grübeleien? „Nicht, solange alles läuft.“ Innere Unruhe? Konzentrationsschwierigkeiten? Ständig müde? „Ja, klar. All das. Aber ist das ein Wunder bei meinem Stress?“

Viele der üblichen Depressionssymptome treffen also tatsächlich nicht zu. Und für den Rest hat

sie gute Gründe. Dennoch bleiben die unerklärlichen körperlichen Beschwerden. Daher vermute ich letztlich doch eine Somatisierung. Eine aktuelle Studie der Harvard Medical School spricht auch von einer Hochfunktions-Depression. Von einem Leben, in dem der Mensch perfekt funktioniert, jedoch im Schatten eben dieses Lebens steht. Daher verordnete ich zwei Medikamente gegen Depressionen und empfehle eine begleitende Psychotherapie. Ich gebe mir viel Mühe bei der Erklärung, um ihr die Bereitschaft für die unerwartete Therapie-Strategie zu erleichtern. Sollte es wirken, so sage ich ihr, wäre dies doch ein Segen.

Das Leben achtsam ändern

Acht Wochen später schickt mir meine Patientin einen langen Dankesbrief. Die Beschwerden sind fast weg. Ich freue mich sehr für sie. Doch ich erinnere sie auch daran: Medikamente sollten nur so lange eingesetzt werden, wie sie nötig sind. Sie sind keine dauerhafte Lösung, um besser „zu funktionieren“. Die eigentliche Lösung ist eine langsame, sinnhafte, achtsame Änderung des Lebens – auch mit Hilfe der Psychotherapie, um sich nicht zu überfordern.

Meditonsin®

Aktivieren auch Sie Ihre Selbstheilungskräfte.



Mein Tipp. Schon bei den **ersten Anzeichen** einer Erkältung: **Meditonsin®**. Die Erkältungs-Medizin.

NEU:

Jetzt auch als Meditonsin® Globuli. Homöopathisch. Einzigartig. Gut.

Über 90% der Verwender** beurteilen die Wirksamkeit und Verträglichkeit mit „sehr gut“ und „gut“



Für die ganze Familie geeignet.

*Nach Rücksprache mit dem Arzt, ab 1 Jahr in der Selbstmedikation.

**Kergl, A., 2011: Komplexhomöopathikum (Meditonsin® Tropfen) bewährt sich in Anwendungsbeobachtung. Pharm. Ztg., 156. Jahrgang, Nr. 14.

Meditonsin® Tropfen / Meditonsin® Globuli. Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Akute Entzündungen des Hals-, Nasen- und Rachenraumes. Meditonsin® Tropfen enthält 6 Vol.-% Alkohol. Meditonsin® Globuli enthält Sucrose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. MEDICE Arzneimittel Iserlohn; 04/2016.

„Was ist die wahre Ursache für meine Schmerzen, Herr Doktor?“



Dr. med. Dierk Heimann

Er ist seit 20 Jahren Arzt und hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.

www.ihr-hausarzt-in-mainz.de

TEXT: DR. MED. DIERK HEIMANN FOTO: CHRISTOF MATTES FÜR TV HÖREN UND SEHEN

Mit der Kraft der Natur gegen Magen- und Darm-Beschwerden.

Die Kombination aus 9 Heilpflanzen wirkt schnell & effektiv.

Iberogast®

Pflanzlich. Schnell. Wirksam.



- ▶ Schmerzlindernd
- ▶ Krampflösend
- ▶ Entzündungshemmend
- ▶ Säurehemmend

Iberogast®. Zur Behandlung von funktionellen und motilitätsbedingten Magen-Darm-Erkrankungen wie Reizmagen- und Reizdarmsyndrom sowie zur unterstützenden Behandlung der Beschwerden bei Magenschleimhautentzündung (Gastritis). Diese Erkrankungen äußern sich vorwiegend in Beschwerden wie Magenschmerzen, Völlegefühl, Blähungen, Magen-Darm-Krämpfen, Übelkeit und Sodbrennen. Das Arzneimittel enthält 31,0 Vol.-% Alkohol. Stand: 01/2016. Bayer Vital GmbH, Kaiser-Wilhelm-Allee 70, 51373 Leverkusen, Deutschland. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

