

## "Viele traditionelle Heilverfahren sind wirksam"

Charité-Professor Benno Brinkhaus über den ersten Weltkongress für Integrative Medizin in Berlin

Tibetische Heiler, Qi-Gong-Spezialisten, chinesische Akupunkteure, Meditation-lehrer, Osteopathen - seit Mittwoch tagen interessante Experten im Hotel Maritim Pro Arte in der Berliner Friedrichstraße. Allerdings ist es kein Treffen von Esoterikern, sondern von angesehenen Medizinern und Wissenschaftlern, die sich intensiv mit traditionellen Heilverfahren beschäftigen. Rund 850 Experten aus fast 60 Nationen kommen in dieser Woche erstmals zum Weltkongress für Integrative Medizin zusammen. Einer von vier Kongresspräsidenten ist Benno Brinkhaus, Professor für Naturheilkunde an der **Berliner Charité**. Er ist überzeugt, dass komplementäre Heilverfahren die konventionelle Medizin in vielerlei Hinsicht unterstützen können.

*Herr Professor Brinkhaus, was ist Integrative Medizin?*

Die Integrative Medizin baut eine Brücke zwischen der Schulmedizin und traditionellen Therapieverfahren. Dabei geht es stets darum, die individuell beste Therapie für den Patienten zu finden und Nebenwirkungen soweit wie möglich zu reduzieren.

*Was sind die großen Themen auf dem Weltkongress in Berlin?*

Das sogenannte Berlin Agreement ist ein wichtiger Programmpunkt. Komitees aus mehr als zehn Ländern haben eine Erklärung erarbeitet, in der es um die künftige Ausrichtung der Medizin geht. Diese Erklärung wird auf dem Kongress nun erstmals einer breiteren Öffentlichkeit vorgestellt.

*Wie stellen Sie sich die Zukunft der Medizin vor?*

Wir möchten die moderne Medizin verändern. Denn trotz aller Erfolge und Fortschritte gibt es viele Probleme, etwa bei Patienten mit chronischen Krankheiten. Wir sind überzeugt, dass komplementäre Heilverfahren viele dieser Probleme lösen oder lindern können. Ein zentraler Punkt der Er-

klärung ist deshalb die Forderung, dass Verfahren, für die es Hinweise auf Wirksamkeit in guten wissenschaftlichen Studien gibt, in die konventionelle Medizin integriert werden sollten.

*Welche Naturheilverfahren sind denn nachweislich wirksam?*

Akupunktur ist ein gutes Beispiel. Dazu wurde in den vergangenen Jahren viel geforscht und festgestellt, dass sie etwa bei Schmerzerkrankungen nachweislich wirkt. Auf dem Kongress stellt ein Team der **Charité** außerdem eine Studie vor, die zeigt, dass Akupunktur bei Multipler Sklerose die chronische Erschöpfung lindern kann, unter der viele Patienten leiden. Auch bei Heuschnupfen ist Akupunktur wirksam, wie wir im Rahmen einer von der Deutschen Forschungsgemeinschaft geförderten Studie mit mehr als 50 Ärzten herausgefunden haben. Die Nadeln helfen zum Beispiel, die Einnahme von antiallergischen Medikamenten zu reduzieren.

*Wie sieht es mit Schröpfen und Blutegel-Therapie aus?*

Auch zu diesen Verfahren gibt es Studien, die die Wirksamkeit belegen. Wir haben zum Beispiel an der **Charité** festgestellt, dass Schröpfen bei Schmerzen im Bereich der Lendenwirbelsäule, aber auch bei Kniegelenksarthrose helfen kann. Vermutlich wirkt dieses Auflegen der Gläser auf die Haut, indem es starken Unterdruck erzeugt und so die Durchblutung verbessert. Möglicherweise werden auch Endorphine ausgeschüttet, also körpereigene Glückshormone. Aber zum Wirkmechanismus des Schröpfens bedarf es noch weiterer Forschung. Zur Therapie mit Blutegeln gibt es ebenfalls Wirksamkeitsnachweise. Sie lindert Schmerzen im Bereich des Bewegungsapparates.

*Ist das bereits die ganze Liste?*

Die Liste der wirksamen Therapien ist noch viel länger. Die Mind-Body-Medicine ist ein wichtiger Bereich. Dazu gehören Entspannungstherapien aus verschiedenen Traditionen, die mit Veränderungen im Lebensstil verbunden sind. Sie bessern nachweislich viele, insbesondere chronische Erkrankungen - von Kopfschmerzen bis zu psychischen Erkrankungen. Darüber hinaus hat die Phytotherapie in Studien überzeugt, also die Behandlung mit pflanzlichen Wirkstoffen. Ein Beispiel ist die Kapland-Pelargonie (*Pelargonium sidoides*) bei akuter Bronchitis.

*Geht es vor allem darum, dass die Verfahren von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt werden?*

Das wäre natürlich wünschenswert für die Verfahren, für die der Wirksamkeitsnachweis erbracht wurde. Zum Teil geschieht das ja bereits, etwa wenn Kniegelenksarthrose von einem Arzt mit Akupunkturausbildung akupunktiert wird. Ich bin gespannt, ob die Krankenkassen nun auch den Wirksamkeitsnachweis bei Heuschnupfen anerkennen. Eine Akupunkturbehandlung ist teurer als ein antiallergisches Medikament, deshalb sind die Krankenkassen für gewöhnlich sehr restriktiv.

*Die Integrative Medizin achtet auch auf den Lebensstil. Welche Rolle spielt er für die Gesundheit?*

Die Förderung des gesunden Lebensstils ist ein elementarer Bestandteil der Naturheilkunde. Eine ihrer Hauptsäulen ist ja die sogenannte Ordnungstherapie und deren zentrale Forderung ist, dass wir gesund leben sollen. Es geht also darum, dass wir uns gesund ernähren, vernünftige Schlaf-Wachzeiten einhalten und uns im Beruf nicht zu sehr stressen lassen. Oder wenn wir Stress haben, zumindest Entspannungsübungen machen oder Mechanismen entwickeln, um Stress zu reduzieren. Bei vielen Erkrankungen, etwa Allergien, wiederkehrenden Infekten, Asthma, Depressionen und Schmer-

zerkrankungen, spielt Stress eine große Rolle. Deshalb ist es wichtig, selbst aktiv zu werden, Schutzmechanismen gegen Stress zu entwickeln und bestimmte Dinge im Leben zu verändern. Man kann zwar auch Medikamente einnehmen, doch das ist immer nur eine passive Therapie.

*Wie stehen Sie zur Homöopathie?*

Das ist ein schwieriges Thema. Derzeit liefern sich die vehementen Gegner und die absoluten Befürworter regelrechte Schlammschlachten. Ich bin für eine Versachlichung der Debatte. Ich denke, die Wahrheit zur Homöopathie liegt zwischen den beiden Polaritäten. Ich bin dafür, dass die Homöopathie weiterhin intensiv beforscht wird - mit guten wissenschaftlichen Methoden. In zehn Jahren können wir dann vielleicht klarere Aussagen machen. Auf der Basis der derzeitigen Studienlage sind die nach meiner Meinung nicht möglich und somit unseriös.

*Werden Sie von Kollegen aus der konventionellen Medizin manchmal belächelt?*

Früher ist das vorgekommen, dass die Naturheilkunde nicht ernst genommen wurde. Inzwischen erlebe ich aber eine Öffnung hin zu den seriösen Naturheilverfahren. Die Kollegen akzeptieren, dass wir seriöse wissenschaftliche Arbeit machen und ziehen uns durchaus zurate oder überweisen uns einige ihrer Patienten.

*Traditionelle Heilverfahren sind seit Jahren im Trend. Wie erklären Sie sich das große Interesse?*

Für viele Patienten, gerade mit chronischen Erkrankungen, hat die konventionelle Medizin, so wirksam sie auch zum Teil ist, auch Nachteile. Wer zum Beispiel als Asthmapatient auf Dauer Cortison einnehmen muss, dem ist es wichtig, andere therapeutische Möglichkeiten auszuprobieren. Das finde ich absolut legitim. Das würden wir wohl alle genauso machen.

*Das Gespräch führte Anne Brüning.*

#### AMBULANZ FÜR NATURHEILKUNDE

**Benno Brinkhaus** (53) leitet die **Charité** Hochschulambulanz für Naturheilkunde am Standort Mitte sowie den Bereich Komplementärmedizin. Er ist Facharzt für Innere Medizin, Arzt für Akupunktur und Naturheilverfahren und spezialisiert auf die Behandlung von Patienten mit chronischen Erkrankungen durch Akupunktur und Naturheilkunde. Er kam 2001 von der Universitätsklinik Erlangen an die **Berliner Charité**. Seit 2010 hat Brinkhaus die Stiftungsprofessur Naturheilkunde am Institut für Sozialmedizin, Epidemiologie und Gesundheitsökonomie der **Charité** inne.

**Weltkongress:** Zusammen mit Stefan Willich, Direktor des **Charité**-Instituts für So-

zialmedizin, Epidemiologie und Gesundheitsökonomie, und zwei Kollegen aus Schweden und den USA leitet Brinkhaus diese Woche in Berlin den World Congress Integrative Medicine and Health ([www.ecim-iccmr.org/2017](http://www.ecim-iccmr.org/2017)).

Gut 850 Teilnehmer aus fast

60 Ländern diskutieren bis zum Freitag im Hotel Maritim Pro Arte, wie sich alternative Behandlungsmethoden und konventionelle

Medizin verbinden lassen. Es ist der erste Weltkongress zur

Integrativen Medizin.

Die **Charité Hochschulambulanz für Naturheilkunde** steht im Prinzip allen Patienten offen. Mit einer Überweisung durch den Haus- oder Facharzt bietet sie eine naturheilkundliche Beratung. Angeboten werden darüber hinaus Akupunktur, Osteopathie, Qi Gong. Die Ambulanz hat zwei Standorte: in Mitte und in Wannsee im Immanuel-Krankenhaus. Termine per Mail: [hochschulambulanz-naturheilkunde@charite.de](mailto:hochschulambulanz-naturheilkunde@charite.de) oder unter Tel.: 030/450 52 92 34.

Copyright 2017 PMG Presse-Monitor Deutschland GmbH und Co. KG