

## Buchbesprechung

### Praxisangepasste ärztliche „Verordnungen“ für Patienten mit psychischen Störungen von Dr. med. Christoph Glumm

Aktuelle Statistiken der Krankenkassen belegen, dass bis zu 30 Prozent der Krankschreibungen der arbeitenden Bevölkerung psychogene Gründe haben. Die psychotherapeutische Krisenbewältigung bei schweren Tumorerkrankungen, bei Verlusten von Funktionen und Selbstständigkeit, wie zum Beispiel beim Schlaganfall und im Alterungsprozess, Intervention bei den häufigen depressiven und Burnout Syndromen unter anderem machen das einfühlsame und qualifizierte ärztliche Gespräch notwendig.

Nachlesbare ärztliche „Verordnungen“ über positive Verhaltensweisen und Bewältigungsstrategien können das zeitlich knapp bemessene ärztliche Gespräch strukturieren und unterstützen helfen.

Herr Kollege Dr. Glumm, Jahrgang 1962, ist ein langjährig klinisch interdisziplinär ausgebildeter Facharzt für Allgemeinmedizin und erfahrener Geriater. Er war auch im psychosozialen Therapieteam als Oberarzt leitend tätig, bis er sich als Hausarzt 2001 niederließ.

Die überzeugende Kraft der 3-teiligen Buchreihe „Stark werden“ (Smartcover, 10,5 x 16,5 cm, um 110 Seiten, Preis 8,80 Euro, Kawohl Verlag, [www.kawohl.de](http://www.kawohl.de)) mit den Titeln: „Krisen des Lebens bewältigen“ (ISBN 978-3-86338-000-7), „Signale der Seele verstehen“ (ISBN 978-3-86338-001-4), „Leben – jetzt und hier“ (ISBN 978-3-86338-005-2) von Dr. Glumm gründet sich auf seine „Ichbotschaften“, sein praxisbezogenes interdisziplinäres medizinisches Fachwissen und die Hinweise auf weiterführende Literatur. Seine Selbsterfahrungen schwerer Lebensbelastung, der Kampf ums Überleben seiner Tochter und die eigne Krisenbewältigung hat er sich „von der Seele geschrieben“: Im Herbst 1996 erkrankte die 1-jährige Tochter an einer Leukämie. Die Erkrankung der geliebten Tochter stürzte die Familie



© Kawohl Verlag e. K.

in eine tiefe Lebenskrise. Die Verzweiflung, eindringlich in seinem Buch „Wenn das Leben kopfsteht“ (ISBN 978-3-501-06174-9, Johannis Verlag) beschrieben, motivierte den Freundeskreis, uns Kollegen und eine breite Öffentlichkeit zu mittragender Anteilnahme.

In „Krisen des Lebens bewältigen“ werden die vier Phasen der Krisenbewältigung – Verleugnung, Wut und Anklage, Problemlösung, neue Perspektive – aus der Sicht dieser Selbsterfahrungen eines Arztes seinen vielleicht ähnlich betroffenen Patienten annehmbar direkt „in Augenhöhe“ nahegebracht. Die Krise wird als Chance, als eine bewältigbare Entscheidungsmöglichkeit zu etwas Neuem und Gutem, vermittelt.

In „Signale der Seele verstehen“ werden psychosomatische Symptome bei Krankheit, Schmerz, Ängsten, Depression, innerer Erschöpfung, dem Burnout und der Umgang mit Träumen „übersetzt“. Das notwendige „Ringen“ um die Psychogenese vieler als „körperlich bedingt“ vom Patienten abgewehrter Symptome wird kasuistisch mit anonymisierten Patientenbeispielen aus seiner Sprechstunde und durch Auszüge aus geeigneter weiterführender psychotherapeutische Literatur (als Fußnoten) verständlich für den Leser nachvollziehbar.

In „Leben – jetzt und hier“ werden wichtige psychotherapeutische Verhaltensweisen, wie Balance und Ord-

nung schaffen, sich Zeit nehmen und in der Gegenwart leben, Geben, Vergeben und Nehmen, tägliches Danken und Genießen des Gegebenen in sehr persönlicher und ärztlicher Ansprache und suggestiv bildhaft vermittelt. Auch auf die entscheidende Frage „Wie gehe ich damit um, das meine Zeit auf dieser Erde begrenzt ist und ich sterben werde?“ werden philosophische und religiöse Antworten gesucht, die den Leser anregen, über eigene Lebensziele und erfüllende Sinngebung nachzudenken. Solche intrapsychischen Prozesse anzuregen, wie in einem Freundeskreis sich „etwas von der Seele zu reden“ oder ein Gebet zu sprechen, können eine Tür aus dem seelischen Gefängnis von Angst, Depression und Leid öffnen helfen.

Dr. Glumm gelingt es, komplizierte Sachverhalte und Gefühle für den Patienten gut verständlich mit wenigen Worten, Gedichten und anspruchsvoll vertonten Songs („Auf meinen Wegen – Songs vom Leben“ ISBN 978-3-942781-14-5) „auf den Punkt zu bringen“. Er orientiert im Dialog mit dem Patienten, bei welchen Symptomen der Arzt aufzusuchen ist und wann wahrscheinlich dieser komplexere psychotherapeutische Interventionen mit ihm abgewen wird.

In der klinischen, aber besonders in der hausärztlichen Praxis mit ganzheitlicher Zusammenschau von somatischen ärztlichen Untersuchungsbefunden, der psychosozialen Lebenssituation und der psychischen Störung werden praxiserprobte individuelle Behandlungsprozesse, „Was ist zu tun?“ bearbeitbar. Interessierte Therapeuten werden unterstützt, das eigene Behandlungskonzept zu ergänzen.

Die erfahrene Leipziger Hausärztin Dr. med. R. Nolopp, nutzt eine eigene Patientenleihbibliothek für oben genannte psychosoziale Konflikte und Erkrankungen als diagnostische und therapeutische Unterstützung. Sie bewertete die Glummsche Buchreihe zusammenfassend: als „Geeignete, informativ und emotional motivierende ärztliche Behandlungshilfe“.

Dr. med. Peter Tausche, Dresden