

Worte können heilen

Das Jahr 2016 wird uns – vielleicht – rückblickend als in gewisser Weise atemlos, hektisch oder hysterisch in Erinnerung bleiben. Dass der Begriff „postfaktisch“ (im Englischen „post truth“, „nach der Wahrheit“) von den Oxford Dictionaries zum internationalen Wort des Jahres gewählt wurde, unterstreicht dies. Es ist ohnehin eine schwierige Sache, verlässliche Fakten zur Wahrheitsfindung zu erhalten in Zeiten, da vermeintliche Wahrheiten von Computerprogrammen generiert werden können.

„Es gibt kein sichtbares Erkennungszeichen, das Wahrheit von Meinung unterscheidet. ... Meinungen sind nicht einfach Unwahrheiten, sondern ihre Pluralität kann Manifestation der Vielfalt sein, in der die Welt den Menschen nun einmal erscheint.“ (Hannah Arendt)

Dies macht es nicht einfacher, sollte meines Erachtens aber unbedingt ermuntern, das eigene Urteilsvermögen zu prüfen, Meinungen – auch die eigene – kritisch zu hinterfragen und im Übrigen, den gesunden Menschenverstand und die Vernunft zu benutzen.

Die Meinungsvielfalt begegnet uns in unserem Berufsalltag täglich, oft als Herausforderung. Unsere Aufgabe besteht darin, Menschen zu begleiten, sie mit oft unangenehmen Wahrheiten konfrontieren zu müssen, schmerzhaft Eingriffe an ihnen vorzunehmen, Medikamente mit unangenehmen Nebenwirkungen zu verabreichen, Wunden zu versorgen. Dies alles ist nicht selten konfliktträchtig, vor allem wenn es uns nicht gelingt, den Patienten wirklich von der Notwendigkeit dieser Maßnahmen zu überzeugen – oder wenn die Maßnahme nicht überzeugt.

Unser wichtigstes Kommunikationsmittel dabei ist die Sprache mit all ihren Facetten, ihrer Dynamik und Kreativität. Unabhängig davon, ob sie gesprochen oder geschrieben, gebärdet oder getastet wird, die Sprache

ist zentral für das menschliche Selbstverständnis.

Es gibt mittlerweile eine Vielzahl von wissenschaftlichen Studien, die die nachhaltige unterstützende Heilwirkung von Empathie und Zuwendung auf Therapien aller Art nachweisen. Die eigene Erfahrung bestätigt es uns ohnehin. Das schlichte „Das wird Ihnen helfen.“ bzw. „Das wird Ihnen gut tun.“ verbessert Compliance und Wirksamkeit einer Behandlung beträchtlich. Dies sollte uns täglich immer wieder bewusst sein.

Im Übrigen gehört zu dieser positiven Kommunikation durchaus auch ein Satz wie „Zusammen schaffen wir das.“ dazu. Als Hausärztin kann ich damit Empathie, Verbundenheit und Ermutigung ausdrücken. Und was sollte die Alternative dazu sein? „Wir schaffen das nicht.“? Eine der wesentlichen ärztlichen Handlungen ist für mich, zu begleiten und zu unterstützen, gerade in schwierigen Situationen. Dazu gehört natürlich auch die Ehrlichkeit, Schwierigkeiten, Probleme und Konflikte zu benennen. Auch wenn es weh tut oder es oft keine Erfüllung von Wünschen gibt und manchmal auch keine Heilung. Dazu gehört auch, diese Konflikte auszuhalten. Auch hier helfen uns Sprache und gute, manchmal nonverbale Kommunikation.

Patienten beklagen, dass Ärzte zu wenig mit ihnen sprechen und Ärzte beklagen, dass ihnen oft die Zeit für ihre Patienten fehlt. Wir sollten uns dabei eingestehen, dass es zum Teil auch etwas bequemer ist, eine technische Untersuchung durchzuführen, als Überzeugungsarbeit zu leisten oder Patientenärger, Anspruchsdenken und schwierige Kommunikation auszuhalten. Um das zu können – und damit unserer ärztlichen Verantwortung gerecht zu werden – braucht es wiederum Rahmenbedingungen, die nicht von Gewinnmaximierung, Arbeitsverdichtung und ausufernder Dokumentation geprägt sind. Wir Mediziner haben während der letzten 20 Jahre viel für unsere eigenen Arbeitsbedingungen erkämpfen können, wie zum Beispiel eine gute Bezahlung und die Abschaf-



Dr. med. Uta Katharina Schmidt-Göhrich
© SLÄK

fung des Arzt im Praktikum (AiP). Uns stehen hervorragende medizinische Errungenschaften zur Verfügung – medikamentöse, technische, operative. Es ist Zeit, auch Bedingungen für eine gute Medizin mit Raum für ausreichend menschliche Zuwendung zu erkämpfen. Dafür sollten wir uns Zeit nehmen und das sollten wir kommunizieren!

Eine der wichtigsten Voraussetzungen für eine gute Kommunikation ist, neben Zeit, Geduld und Vorurteilsfreiheit, vor allem der Humor – nicht zuletzt, um das Fehlen der ersteren mit Gelassenheit kompensieren zu können.

Das Geburtstagsfest Christi, ein großer „Wort-Heiler“ der Menschheit, steht vor der Tür. Ob nun mit oder ohne religiöse Bindung: Dass wir auch nach mehr als 2.000 Jahren dieses Fest begehen, macht immer wieder Mut und zeigt, wie stark Worte heilen, versöhnen und Frieden stiften können. Es sollte uns ermutigen, uns auf unsere wichtigsten eigenen Heil-Kräfte zu besinnen: Worte und Hände.

In diesem Sinne: frohe Weihnachten und ein hoffentlich friedliche(re)s Jahr 2017.

Dr. med. Uta Katharina Schmidt-Göhrich
Vorsitzende der Kreisärztekammer
Dresden (Stadt)
Mitglied des Redaktionskollegiums
„Ärztblatt Sachsen“