



Neben fachlichem Wissen zählt auch die kommunikative Kompetenz des Arztes.

Kommunikation in der Therapie von Krebserkrankungen

# Stark unterschätzt: Die Macht der Worte

Dr. med. György Irmey

*In der Begegnung mit einer Krebserkrankung hat die Kraft der Sprache große Bedeutung. Worte erzeugen Wirklichkeit. Mit ihrer Kommunikationsweise können Ärzte und Therapeuten Gesundheit fördern oder negativ beeinflussen: Sprache wird zum Therapeutikum. Aber auch die Patienten selbst beeinflussen mit ihren Gedanken und Worten die eigenen Heilprozesse.*

Der Umgang mit der Diagnose „Krebs“ ist bei Ärzten und Patienten auch heute noch zu oft geprägt von Hilflosigkeit, mangelnder Empathie und unzureichender Kommunikation. Die Erkenntnis, dass eine lokale Therapie der Krebserkrankung allein nicht ausreicht, uns einer Lösung dieses Problems näher zu bringen, setzt sich weiterhin recht zögerlich durch. In der Behandlung ist der ganze Mensch als körperlich-seelisch-geistige Einheit zu berücksichtigen.

Mitfühlende Kommunikation ist unverzichtbar für jeden Heilungsprozess. Ärzte benötigen für den Umgang mit lebensbedrohlich erkrankten Patienten deshalb neben fachlicher auch eine menschlich-kommunikative Kompetenz. Sind Ärzte fähig, sich in die Lage des Krebskranken einzufühlen und lassen sie dem Patienten genügend Raum, seine Gedanken zu äußern, trägt dies zu einem günstigen Verlauf der Behandlung bei.

Krebspatienten befinden sich in einer psychischen Ausnahmesituation. Ihre Diagnose konfrontiert sie mit Tod, Ausweglosigkeit, Schmerzen und Trauer. Aus medizinischer Sicht benötigen sie natürlich

zunächst bestmögliche organbezogene Maßnahmen gegen das Tumorwachstum. Die Verbindung zwischen Körper, Geist und Seele fordert jedoch mehr als nur eine klinische Behandlung. Darum gehört zu einer Krebstherapie immer auch eine intensive Kommunikation zwischen Arzt und Patient über das Krankheitsbild, die geplante Therapie, und vor allem über die emotionale Situation der Betroffenen. Mitfühlende Gespräche haben heilendes Potenzial, sie helfen Krebskranken dabei, Ängste zu erkennen und zu verarbeiten. Ärzte sollten wissen, wie Worte verletzen können, aber noch viel mehr, wie Worte zu heilen vermögen. Der Heilungsprozess braucht mehr als nur die Wissenschaft. Ich kenne nur wenige Heilmittel, die mächtiger sind und kostengünstiger als ein sorgsam gewähltes Wort. Kranke Menschen bedürfen der Anteilnahme, die in erster Linie durch Worte vermittelt wird. Das Gespräch mit dem Patienten, das stets auch eine therapeutische Wirksamkeit hat, wird oft als Werkzeug in der Ausrüstung eines Arztes unterschätzt.

Im Praxisalltag erleben wir immer wieder Beispiele für die heilende Kraft von Worten. Das Übermitteln von Zuversicht, das

Entdecken eines Silberstreifens am Horizont auch in finsterner Situation, ist ärztliches Tun. Dies hat wenig mit Wahrheit oder Irrtum zu tun. Es rührt aus dem tiefsten Bestreben her, wirklich Arzt zu sein und dem Patienten zu helfen, mit einer scheinbar hoffnungslosen Lage fertig zu werden und zu gesunden, wann immer es möglich ist. Faszinierende Erkenntnisse der Neuro-Psycho-Physiologie beweisen, dass sich gesprochene Worte dauernd in Form von neurophysiologischen elektrischen, biochemischen oder hormonellen Entsprechungen materialisieren.

## Manchmal ist Weghören die gesündere Alternative

Häufig verstehen Ärzte die Welt des Patienten nicht und gehen sehr unbedacht mit dem Gebrauch der Worte um. Schalten Sie daher auf Durchzug, oder hinterfragen Sie wenigstens kritisch, wenn Sie folgende Sätze von Ärzten hören:

- ▶ „Für Sie können wir nichts mehr tun, Sie sind austherapiert.“
- ▶ „Das ist alles Quatsch!“
- ▶ „Mit diesem Tumor können Sie höchstens noch xx Tage, Monate oder Jahre überleben.“
- ▶ „Das ist überhaupt nicht bewiesen!“
- ▶ „Das ist ja nur Wasser ohne Inhalt.“
- ▶ „Sie sind besonders gefährdet.“

Schlechte Nachrichten rufen bei Patienten neben seelischen auch körperliche Reaktionen hervor. Sie können den Gesundheitszustand verschlechtern und zur sich selbst erfüllenden Prognose werden. Das hat die Nocebo-Forschung herausgefunden, die die Wirkung negativer Sätze, Gefühle und Vorstellungen auf Erkrankungen untersucht. Finden Sie daher solche Ärzte, die Ihnen trotz Ihrer Erkrankung positive Botschaften zu vermitteln suchen und nicht einer Schwarz-Weiß-Malerei verfallen.

„Sie müssen sich sofort operieren lassen.“  
„Sie müssen die Chemotherapie machen.“  
„Müssen“ macht Druck und Druck erzeugt Stress. Angst, Überforderung und Stress können dem Immunsystem schaden. Neben den Belastungen durch die Krankheit selbst und/oder den medizinischen Therapien wird unnötig zusätzlicher Druck aufgebaut und der Organismus negativ belastet.

Sind Menschen emotionalen Belastungen ausgesetzt, steigen bestimmte Entzündungsmarker an, wie die Psychoneuroimmunologie klar erforscht hat. Chronischer Stress geht mit einer geringeren Aktivität der natürlichen Killerzellen einher und führt zu einem schlechteren Immunschutz. Der Psychoneuroimmunologe Prof. Dr. Christian Schubert aus Innsbruck sagt: „Bei jeder körperlichen Erkrankung spielt ausnahmslos auch die Psyche eine Rolle.“

„Der Arzt wandte mir den Rücken zu und betrachtete die ganze Zeit nur das Mammographiebild, während er mir die Diagnose mitteilte.“ Diese Erfahrung einer Patientin aus meiner Beratung ist genauso traurig und erschreckend wie die Reaktion des Arztes auf die Frage einer anderen Patientin, was sie selbst denn tun könne und lediglich von ihm zur Antwort bekam: „Sie selbst? Gar nichts!“ Leider sind das keine seltenen Ausnahmen im medizinischen Alltag. Natürlich ist nicht jeder Therapeut für alle Menschen gleich gut. Während der eine Patient sich bei einer bestimmten Ärztin, einem bestimmten Arzt wohl und sicher fühlt, muss das für eine andere Person nicht so sein.

### Vermittlung von Zuversicht stärkt Selbstwirksamkeit

Gelungene „Kommunikation kann zu einem komplementären Wirkmittel für die Behandlung werden“, sagt Prof. Dr. Hartmut Schröder von der Europa-Universität Viadrina Frankfurt/Oder. Er beruft sich auf Erkenntnisse der Psychoneuroimmunologie. Traut der Arzt oder Heilpraktiker der Patientin die Gesundung und Heilung zu, vermittelt er Zuversicht und Vertrauen in deren Selbstwirksamkeit. Dabei ist wichtig, dass der Inhalt des Gesprochenen zur nonverbalen Kommunikation passt. Drücken die Stimme, die Mimik oder die Körperhaltung etwas anderes aus als das gesprochene Wort, glauben wir der nonverbalen Botschaft.

Es ist eine in der modernen Medizin weit verbreitete Anmaßung, wenn Ärzte meinen, alleine nach den Befunden urteilen zu können. Ohne Zweifel hat der Mediziner das größere Fach-Know-how; doch oft weiß der Patient mehr als der Arzt, weil

er meist besser beurteilen und persönlich spüren kann, was ihm gut tut. Es ist bedauerlich, dass hier eine wertvolle Möglichkeit im ärztlichen Alltag verschenkt wird, denn Einfühlungsvermögen, kommunikative Fähigkeiten sowie persönliches Engagement der Behandler stehen für eine verbesserte Lebensqualität und Überlebenszeit von Krebspatienten. Bedenken Sie aber auch, dass nicht eine Therapeutin oder Therapeut schuld sind an der Wirkungslosigkeit einer Therapie und nicht sie allein die Verantwortung für Unzulänglichkeiten unserer heutigen Medizin tragen.

Die Bewertung eines Arztes oder Therapeuten hängt nicht nur von medizinisch messbaren Größen ab, sondern auch von Ihren subjektiven Wünschen, Bedürfnissen und Wertvorstellungen. Bei Arzt-Patienten-Kontakten spielen die zwischenmenschlichen Beziehungen eine ebenso große Rolle wie die fachliche Kompetenz des Behandlers. Offene Fragen sollten auf jeden Fall mit den behandelnden Ärzten geklärt werden. Sie beginnen ansonsten, Ihre Gedanken zu beherrschen. Unklarheit erzeugt meist Angst, und diese Angst raubt Ihnen die für die Therapie notwendige Energie. Sehr oft wird zu Unrecht der schlimmste Fall befürchtet. Schonen Sie Ihren Energiehaushalt, und klären Sie Unsicherheiten so rasch wie möglich! Sie werden feststellen, dass es ein gutes Gefühl ist, selbst Verantwortung zu tragen und Ihr Leben in die Hand zu nehmen.

Eine wichtige Empfehlung: Lassen Sie die Sprachaufnahmefunktion Ihres mobilen Mediums beim Arztgespräch mitlaufen, und schreiben Sie sich vorher Ihre Fragen auf. Nehmen Sie zu wichtigen Gesprächen der Behandlungsplanung einen Menschen Ihres Vertrauens mit, der Sie vorbehaltlos unterstützt.

### Jede Arzt-Patienten-Beziehung ist individuell

Es geht bei den von vielen Patienten beklagten Mängeln unserer modernen Medizin weniger um das Versagen einzelner Ärzte, als um einige globale Fehler im medizinischen System. Im Studium der Humanmedizin wird kaum gelehrt, einfühlend auf den Patienten einzugehen. Die

Hektik und der enorme Druck im Klinikalltag erschweren zusätzlich die Situation. Zum Teil am grünen Tisch erdachte Leitlinien zur Behandlung, die tägliche Auseinandersetzung mit der Krankenkasse und der Kassenärztlichen Vereinigung, die immer knapper werdenden finanziellen Ressourcen unseres Gesundheitssystems und eine Überbürokratisierung des Arbeitsalltags verderben vielen Ärzten die Freude am Beruf.

So kommt es zu Situationen, wie sie von einer meiner Patientinnen geschildert wurden: „Bisher hatte ich im Laufe meiner Krankheitsbewältigung mit annähernd fünfzig verschiedenen Ärzten an der Universitätsfrauenklinik zu tun. Jeder von ihnen war nur daran interessiert: Gehen die Tumormarker rauf oder runter, ist der Befund noch sichtbar, tastbar, nachweisbar, was zeigt die Bildgebung, etc.? Aber keiner hat je gefragt, wie es mir eigentlich geht.“

### So finden Sie den Arzt Ihres Vertrauens

Suchen Sie sich daher Ärzte Ihres Vertrauens. Haben Sie aber auch Verständnis, wenn nicht jede/r Therapeutin oder Therapeut allein alle Wünsche erfüllen kann. Für eine/n für Sie geeignete/n Ärztin/Arzt sprechen diese Aspekte:

- ▶ Sie oder er nehmen sich genügend Zeit, auf Ihre Probleme und Ängste einzugehen und Ihnen ein Gefühl der Geborgenheit zu vermitteln.
- ▶ Sie oder er nehmen Ihre Fragen und Sorgen ernst und reagieren nicht ungeduldig.
- ▶ Sie oder er akzeptieren es, wenn Sie eine zweite Meinung oder weitere Informationen einholen möchten.
- ▶ Sie oder er nehmen nicht nur die Befunde Ihrer Krankheit wahr, sondern auch Ihr Befinden und Ihre Lebensumstände.
- ▶ Sie oder er begründen privatärztliche Leistungen oder ungewöhnliche Therapien ausführlich und klären Sie schon im Vorfeld genau über die Höhe der Kosten auf.
- ▶ Sie oder er kennen ihre fachlichen Grenzen und überweisen Sie gegebenenfalls an Kollegen.

- ▶ Sie oder er geben Ihnen Hoffnung und stärken Ihr Selbstbewusstsein und Ihre Selbstheilungskräfte.
- ▶ Ihre/Seine Mitarbeiter\*innen sind freundlich, engagiert und kompetent.

Seien Sie achtsam und prüfen Sie kritisch in folgenden Fällen, ob Sie den richtigen Behandler gewählt haben:

- ▶ Sie haben den Eindruck, dass er die Behandlung schematisch durchführt oder dass finanzielle Interessen eine zu große Rolle spielen.
- ▶ Er gibt vor, schon Viele geheilt zu haben. Nur er kann Ihnen helfen, besser als andere.
- ▶ Er bewertet alle bisherigen Maßnahmen undifferenziert negativ und abwertend.
- ▶ Er will bei Ihnen ein besonders wirksames, neues „Heilmittel“ anwenden.
- ▶ Er verordnet besonders viel privat und nur gegen Vorauszahlung.

Eine wertschätzende Kommunikation zwischen Arzt und Patienten sowie ein achtsamer Umgang mit Worten sind ein wichtiger Bestandteil erfolgreicher Behandlung. Worte sind ein zweischneidiges Schwert: sie können verletzen und heilen. ■

### Weiterführende Literatur

- ▶ G. Irmey: 110 wirksame Behandlungsmöglichkeiten bei Krebs, Trias, Stuttgart 2011

### Infoblätter und Broschüren

- ▶ Folgende Broschüren und Infoblätter erhalten Sie kostenfrei unter [www.biokrebs.de](http://www.biokrebs.de) oder direkt bei der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e.V. – GfBK, Voßstr. 3, 69115 Heidelberg, Tel. 06221-138020:

**Broschüren:** *Wege zur Gesundheit; Wege zum seelischen Gleichgewicht*

**Infoblätter:** *Selbstbestimmung und Therapiefreiheit, Der mündige Krebspatient, Patientenaufklärung in der Praxis, Zehn Schritte nach der Diagnose Krebs*



### Autor

**Dr. med. György Irmey,** Facharzt für Allgemeinmedizin und Naturheilverfahren, ärztlicher Direktor der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr und Vorsitzender des Förderkreises für Lehre und Forschung der Ganzheitsmedizin (Ganimed e. V.).

Anzeige

www.biokrebs.de



## Biologische Krebsabwehr e.V. Ganzheitliche Beratung bei Krebs

Wir möchten Betroffene darüber informieren, welche Therapien üblich oder möglich sind, welche neu sind und was ergänzend oder selbst zur Bewältigung der Krankheit und für ein besseres Wohlbefinden getan werden kann.

### Die GfBK unterstützt Sie durch:

- umfangreiches Informationsmaterial
- ärztliche Beratung bei Fragen zu komplementären Krebstherapien
- Informationsveranstaltungen, Vorträge, Kurse, Seminare, Kongresse, Newsletter

### Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e.V.

#### Zentrale Beratungsstelle Heidelberg

Voßstraße 3, 69115 Heidelberg

• Info-Telefon: 06221 138020

• [information@biokrebs.de](mailto:information@biokrebs.de)

[www.biokrebs.de](http://www.biokrebs.de)



Die GfBK ist als gemeinnützig anerkannt. Unsere Informations- und Beratungsangebote stehen kostenfrei zur Verfügung.

**Spendenkonto:**  
Volksbank Kurpfalz Heidelberg

IBAN DE46 6729

0100 0065 1477 18

BIC GENODE61HD3

Naturarzt 07/2020