

Kolumne „Aufgerollt“

# Nachdenken über Psychosomatik

Von Bernd Hontschik

Psychosomatik ist ein Modewort geworden. Aber geht es nur um Psychotherapie oder fehlende organische Ursachen? Weder noch: Sie sollte ein Synonym für die Humanmedizin sein.



**Dr. Bernd Hontschik** (1952) war bis 1991 Oberarzt an der Chirurgischen Klinik in Frankfurt-Höchst, bis 2015 in eigener chirurgischer Praxis tätig. Er ist Autor und Herausgeber der Reihe „medizinHuman“ im Suhrkamp Verlag. Er ist Mitglied der Uexküll-Akademie (AIM), der IPPNW und bei mezis. In der Ärzte Zeitung schreibt er regelmäßig die Kolumne „aufgerollt“.

© Ute Schendel, Basel

Die Psychosomatik ist eine Erfindung der Neuzeit. Erstmals erwähnt wird sie vor etwa 200 Jahren. Heute ist sie ein weithin gebräuchliches Modewort geworden. Als „psychosomatisch“ bezeichnet man gerne Erkrankungen, für die man die Seele, die Konstitution oder den Charakter der Betroffenen verantwortlich macht. Zwischen den Zeilen schwingt immer mit, es hätten die Betroffenen das selbst verschuldet. Was aber ist Psychosomatik eigentlich?

Nach einer früher sehr weit verbreiteten, inzwischen als überholt geltenden Ansicht ist die Psychosomatik eine eigenständige Krankheitskonzeption, mit der eine Konfliktspezifität postuliert wird: „Jeder emotionale Zustand hat sein eigenes physiologisches Syndrom. Blutdrucksteigerung und beschleunigte Herztätigkeit sind regelmäßige Bestandteile von Wut und Furcht. Erhöhte Magensaftsekretion kann eine regressive Reaktion auf eine Not- oder Gefährdungssituation sein. Asthmaanfälle sind mit einer unbewussten unterdrückten Regung, nach der helfenden Mutter zu schreien, korreliert“, sagte Franz Alexander 1950 und beforschte sieben Krankheitsbilder, die „holy seven“: Ulcus duodeni, Colitis ulcerosa, Asthma bronchiale, essenzielle Hypertonie, Neurodermitis, rheumatoide Arthritis und Thyreotoxikose. Er machte für deren Entstehen spezifische Konflikte verantwortlich. Psychosomatik war demnach die Lehre psychisch verursachter Krankheiten.

Die zweite Variante der Psychosomatik beschäftigt sich mit den Krankheiten ohne organische Ursache. Sie nannte man früher funktionelle Erkrankungen, heute nennt man sie somatoforme Störungen. Hier sammeln sich die Patient:innen, die in der alltäglichen Medizin keinen Platz finden, auch wenn sie noch so krank sind. Karl Valentin hat das so beschrieben: „Mein Magen tut weh, die Leber ist geschwollen, die Füße wollen nicht so recht, das Kopfweh hört auch nicht auf, und wenn ich von mir selber reden darf: Ich fühle mich auch nicht wohl.“ Weil man für diese oder jene funktionelle Erkrankung bislang noch kein körperliches Korrelat definieren kann, denken wir also, es gäbe keines. Psychosomatik wäre damit die Medizin für Krankheiten ohne erkennbare organische Ursache.

Eine dritte Variante besagt, dass es Krankheiten gibt, die mit Psychotherapie behandelt werden müssen, bei denen also Symptome oder Verlauf mit unverstandenen seelischen Problemen verbunden sind. Das wird aber nicht, wie bei Alexander, als spezifisch für die ausgebrochene Krankheit verstanden, sondern als spezifisch für die betroffene Persönlichkeit, die so nachhaltige psychische oder soziale Ursachen oder Folgen hat, dass sie nicht mehr bewältigt werden können. Psychosomatik wäre somit die Lehre von den Krankheiten, die der Psychotherapie bedürfen.

Am schwersten wiegt aus meiner Sicht eine vierte Variante: Psychosomatik beschreibt eine ärztliche Grundhaltung. Mit dieser Grundhaltung werden Patient:innen nicht in Körper und Seele aufgeteilt, nicht nur mit einzelnen Organen wahrgenommen und nicht abschnittsweise und desintegriert behandelt. Das nennt man gemeinhin „ganzheitlich“. Diese Haltung wäre für die gesamte Medizin sinnstiftend. Unter diesem Blickwinkel wäre Psychosomatik ein Synonym für Humanmedizin. Psychosomatik wäre kein eigenes Fach, denn die ganzheitliche, psychosomatische Denkweise wäre ein integraler Bestandteil jeder medizinischen Disziplin – eine Utopie.

Mir drängt sich daher eine fünfte Definition auf: Psychosomatik als institutionelles Outsourcing des Menschen aus der alltäglichen Medizin. Eine ganzheitlich betriebene Humanmedizin ist nämlich nicht geeignet, in einem profitorientierten, industrialisierten Gesundheitswesen betrieben zu werden. Wenn sowohl der Mensch „Patient“ als auch der Mensch „Arzt“ in der alltäglichen Medizin keinen Platz mehr findet, muss die Psychosomatik als eigenständiges medizinisches Fach institutionalisiert werden – nur dann. Stört der Mensch Patient nachhaltig den Betrieb, wird er auf eine Psycho-Station oder in eine Psycho-Klinik verlegt – das Outsourcing war erfolgreich. Stört der Mensch Arzt nachhaltig am Arbeitsplatz, wird er scheitern, gemobbt oder fällt dem Burn-out zum Opfer. Wenn der Mensch Arzt nicht resigniert, wird er in ein Psycho-Fach wechseln – das Outsourcing war erfolgreich.

Vielleicht ist der immer weiter zunehmende Gebrauch des Begriffs Psychosomatik eine Gegenreaktion darauf, dass Seele und Körper in der alltäglichen Medizin getrennt betrachtet und getrennt behandelt werden. Vielleicht ist dieser Begriff von Psychosomatik Ausdruck der Sehnsucht nach einer verloren gegangenen Ganzheitlichkeit in der Heilkunde.