



„Ich sehe eine große Verantwortung bei den staatlichen Förderern, den Bereich der Prävention stärker auszubauen, das schließt alle naturheilkundlichen Therapieverfahren mit ein.“ Prof. Benno Brinkhaus

Interview

mit Prof. Dr. Benno Brinkhaus

Prof. Dr. Benno Brinkhaus ist seit 2001 an der Charité Universitätsmedizin Berlin und seit 2010 Professor für Naturheilkunde. Er und seine Forschungsgruppe am Institut für Sozialmedizin, Epidemiologie und Gesundheitsökonomie untersuchen in Studien insbesondere die Wirksamkeit, Sicherheit und die Kosten bzw. Kosteneffektivität von Verfahren der Naturheilkunde und komplementärer Medizin mit dem Ziel, positiv evaluierte Verfahren in die Integrative Medizin zu integrieren und somit zu einer Verbesserung der Patientenversorgung beizutragen.

Sie ist unserem Institut für Sozialmedizin, Epidemiologie und Gesundheitsökonomie angeschlossen und besteht an zwei Standorten: ganz zentral in Berlin-Mitte und am Immanuel Krankenhaus in Wannsee. Wir haben mit ständig steigenden Patientenzahlen zu tun, die Anzahl der tätigen Fachärzte, die hier in Teilzeit arbeiten, ist bereits auf fünf angestiegen. Zusätzlich bieten wir für interessierte Patienten und gesundheitsbewusste Bürger in unserem Charité Seminarzentrum für Prävention und Integrative Medizin e. V. Möglichkeiten, verschiedenste Strategien zur Verbesserung der Gesundheit, z. B. Yoga, Raucherentwöhnung, Stressmanagement, Bewegungstherapie und Heilpflanzenkunde, kennenzulernen. Die Charité hat gerade wieder angefragt, ob wir diesen Bereich nicht noch stärker mit den Grundaufgaben der Charité verbinden können.

Welche relevanten Forschungsergebnisse konnten Sie im Rahmen Ihrer Stiftungsprofessur bislang erzielen? Welche Schwerpunkte wollen Sie in den kommenden fünf Jahren setzen?

Es würde den Rahmen sprengen, hier alle Forschungsergebnisse der letzten Jahre aufzählen zu wollen. Immerhin haben wir mehr als 20 Projekte erfolgreich initiiert, durchgeführt und abgeschlossen. Gerne zähle ich einige Beispiele auf: Die Ergebnisse unseres Seniorenwohnheim-Projekts, unter anderem vom Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) und dem Bundesfamilienministerium unterstützt, weisen auf die Bedeutung einer Implementierung von Kneipp in die tägliche Pflege hin. Dies wissen sowohl die Bewohner als auch die Pfl-

Herzliche Gratulation zur Verstetigung Ihrer Professur an der großen und international renommierten universitätsmedizinischen Einrichtung Charité. Damit verbunden ist die Fortführung Ihrer Forschungen im Bereich der Naturheilkunde, die Sie dort vor zehn Jahren mit der Etablierung der Stiftungsprofessur begonnen haben.

Welche Stimmung herrschte damals, welche heute? Spüren Sie einen Unterschied besonders hinsichtlich der Akzeptanz für Ihr Forschungsgebiet?

Zunächst einmal vielen Dank für die Glückwünsche. Ja, das war ein langer Weg bis zur Verstetigung, immerhin mache ich seit knapp 25 Jahren Forschung im Bereich Naturheilkunde, komplementäre und Integrative Medizin, zunächst an der Friedrich-Alexander Universität Erlangen, jetzt an der Charité. Ja, und es hat sich vieles geändert

in dieser Zeit, die Akzeptanz von naturheilkundlichen Therapieverfahren hat deutlich zugenommen. Wir sind keine Außenseiter in der Universitätsmedizin mehr und bekommen immer mehr Anfragen zur Kooperation. Dazu beigetragen haben vor allem die Forschungsergebnisse aus unserer qualitativ hochwertigen Forschung, aber auch die Vermittlung von Naturheilkunde in der Lehre, und natürlich auch die Patientenversorgung in unseren Hochschulambulanzen Naturheilkunde.

Das einmalige Konzept der Charité-Ambulanz für Prävention und Integrative Medizin (CHAMP) wurde 2008 von der Initiative „Deutschland – Land der Ideen“ zu einem von 365 „Ausgewählten Orten“ ernannt. Wie ist die aktuelle Situation?

Die Charité-Ambulanz CHAMP wurde vor einigen Jahren in „Hochschulambulanz für Naturheilkunde“ umbenannt.

gekräfte zu schätzen. Die Bedeutung von Bewegung und Entspannung konnten wir in zwei randomisierten kontrollierten Studien bei Stressbeschwerden und Rückenschmerzen belegen. Ergebnisse eine Hypnosestudie weisen auch auf die gute Wirksamkeit dieses immer wichtiger werdenden Verfahrens bei Stress hin. Wir haben in einem Kooperationsprojekt mit einer israelischen Universität in Israel Studenten Naturheilkunde und Komplementärmedizin näher gebracht und auf die Bedeutung für den Kommunikationsprozess hingewiesen. Auch im Bereich der Wirksamkeit von Akupunktur haben wir Forschungsergebnisse in international hochwertigen Journalen publiziert, die zeigen, dass Akupunktur nicht nur bei Schmerz, sondern auch bei Allergien hilft. Auch zu dem in nahezu allen traditionellen Medizinsystemen vorkommenden Therapieverfahren Schröpfen haben wir mehrere Studien, die die Wirksamkeit z. B. bei Kniegelenksarthrose und unteren Rückenschmerzen zeigen. In Zukunft möchte ich noch mehr Forschung im Bereich der klassischen Naturheilverfahren machen, dazu sind unter anderem ein Modellvorhaben und eine Studie in Kneipp Kitas geplant. Wir hoffen, dass es mit der Finanzierung der Studien klappt.

Ist die Kneipp-Therapie aus Ihrer Sicht noch zeitgemäß? Welche Erfahrungen machen Sie im Kontakt mit den Patienten in Ihrer Naturheilkunde-Ambulanz?

Unbedingt, aus meiner Sicht ist die Kneipp-Therapie nicht nur zeitgemäß, sondern absolut sinnvoll und sogar zukunftsgerichtet. Lassen Sie mich das begründen: Unser Gesundheitssystem ächzt unter dem allgemeinen Kostendruck und gleichzeitig leisten wir uns den Luxus, präventive Gesundheitsstrategien nicht nur zu vernachlässigen, sondern geradezu aus unserer Betrachtung auszuschließen. Das hat damit zu tun, dass die universitäre Medizin lange Zeit eine Akutmedizin war und letztendlich auch schwerpunktmäßig noch ist. Das muss und wird sich meiner Meinung nach ändern, wir werden in Zukunft sicher mehr an die Eigenverant-

wortung der Bürger unseres Landes auch in Bezug auf die Gesundheit appellieren, mehr für die eigene Gesundheit zu tun. Wir können nicht alle Krankheiten vermeiden, aber wir können etwas dafür tun, dass wir möglichst lange gesund bleiben. Und nichts anderes hat Sebastian Kneipp gewollt. Die Patienten, die sich bei uns in der Hochschulambulanz vorstellen, lernen schnell, in diesem Sinne zu denken und chronische Erkrankungen auch aktiv selber anzugehen, mit vielen Kneipp-Therapiestrategien.

Was ist aus Ihrer Sicht das Besondere an der Kneipp-Bewegung? Gibt es vergleichbare Strukturen in anderen Ländern? Welchen Vorteil bieten diese Strukturen?

Mir ist in anderen Ländern keine vergleichbare Struktur bekannt. Die Kneipp-Bewegung wird international für ihre Verankerung in der Gesellschaft, die vielen Mitglieder und die breite Aufstellung beneidet. In der hohen Anzahl der Kneipp-Vereine und den vom Kneipp-Bund zertifizierten Einrichtungen liegt auch die einmalige Chance, die Menschen in ihren Lebenswelten vor Ort mit niedrigschwelligem Angeboten zu erreichen. Das ist einzigartig und ein Grund, stolz zu sein.

Was sind Ihre Erwartungen an Jubiläumsjahr „Kneipp 2021“, den 200. Geburtstag von Sebastian Kneipp?

Ich halte den 200. Geburtstag von Sebastian Kneipp für eine große Chance, das ohnehin sehr bekannte und ja auch 2015 in Deutschland als immaterielles UNESCO Kulturerbe ausgezeichnete Verfahren noch bekannter zu machen – auch über die Ländergrenzen hinaus. Kneipp Worldwide leistet ja schon viel bei der Bekanntmachung und internationalen Pflege, aber ein solches Jubiläum eignet sich hervorragend, um die Medien anzusprechen. Ich will das mir Mögliche tun, um diesen Prozess zu unterstützen. Im Jahr 2021 wird in Florenz der 2. Weltkongress für Integrative Medizin und Gesundheit stattfinden, da möchte

ich gerne ein Satellitensymposium zum Thema Kneipp organisieren. Da ich voraussichtlich Co-Präsident bin, stehen die Chancen dazu nicht schlecht.

Sie haben bereits vor zehn Jahren ein Umdenken gefordert: Prävention und Integrative Medizin sollten integrale Bestandteile der ärztlichen Versorgung sein. Sind in dieser Hinsicht Fortschritte zu verzeichnen?

Ja, ein Umdenken ist aus meiner Sicht immer noch notwendig, gerade bei den Vertretern der Universitätsmedizin. In Deutschland werden die Verfahren der Naturheilkunde schon seit längerem häufig eingesetzt. Umfragestudien zeigen, dass 60 % und mehr Menschen in Deutschland Naturheilverfahren und komplementärmedizinische Therapieverfahren einsetzen, in der Regel integrativ, d. h. sie kombinieren die konventionelle Medizin und naturheilkundliche Therapieverfahren, insbesondere beim Vorliegen von chronischen Krankheiten.

Können Sie die Begriffe Alternativmedizin, Komplementärmedizin und Integrative Medizin für uns bitte noch einmal erläutern. Neu hinzugekommen ist die Abkürzung „KIM“ für Naturheilverfahren, Komplementär- und Integrative Medizin (KIM). Wie grenzen sich diese Begriffe voneinander ab?

Begriffsdefinitionen in diesem Bereich sind wichtig, insbesondere da die Begriffe häufig synonym verwendet werden. Das schafft häufig Verwirrung, nicht nur bei der Bevölkerung, auch bei Ärzten und Patienten. Wir sprechen in der Regel nicht von Alternativ- oder alternativer Medizin, da wir, als Ärzte und Wissenschaftler, in den Verfahren keine Alternative zur konventionellen Medizin sehen. Wir sehen in den Verfahren eher eine komplementäre Ergänzung zur konventionellen Medizin, daraus ist der Begriff Komplementärmedizin entstanden, der aber weniger von den Bürgern verstanden wird. In den letzten zwei Jahrzehnten ist der Begriff der Integrativen Medizin entwickelt worden, bei dem Verfahren der konventionellen Medizin und der komplementären

Medizin, für die es Hinweise auf eine Wirksamkeit vorliegen, verschmelzen. Eine solche Integrative Medizin soll patientenzentriert und partizipativ sein, die Bedeutung des Arzt-Patientenverhältnisses hervorheben, auf die gesamte Persönlichkeit ausgerichtet sein und gesundheitsfördernde Lebensstilveränderungen beachten. In den USA wird der Bereich mittlerweile als CIM, Complementary and Integrative Medicine bezeichnet, ins Deutsche übersetzt also KIM. Diese Bezeichnung finde ich persönlich gut.

Sie beklagen immer wieder, dass große Einrichtungen naturheilkundliche Studien nicht fördern und dass es keine gezielten staatlichen Förderprogramme gibt. Woran liegt das? Wie kann man das ändern?

Das ist eine gute und schwierige Frage. Wir könnten viel mehr untersuchen, Fra-

gestellungen in der Naturheilkunde und Komplementärmedizin gibt es genug. Es fehlt vor allem an öffentlichen Fördermitteln, z. B. von der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) und dem Bundesministerium für Bildung und Forschung, aber auch von privaten Trägern und Stiftungen. Naturgemäß sind viele Wissenschaftler und Forscher an Fördermitteln interessiert, und in Deutschland, aber auch in anderen Ländern, steht eindeutig die Forschungsförderung im Bereich von Arzneimitteln und Medizinprodukten im Vordergrund. Mit naturheilkundlichen Therapieverfahren wird naturgemäß viel weniger Geld verdient, hier kann kein Verfahren „patentiert“ werden. Ich denke, auch das spielt eine große Rolle. Ich sehe eine große Verantwortung bei den staatlichen Förderern, den Bereich der Prävention stärker auszubauen, das schließt alle naturheilkundlichen Therapieverfahren mit ein.

Abschließend auch an Sie die Frage, die wir bei unserem diesjährigen, zehnten Kongress „Zukunft Prävention“ diskutiert haben: Wie lautet Ihre Zukunftsvision von Gesundheit?

Wir müssen den präventiven Aspekt in unserem Gesundheitssystem stärker berücksichtigen, das beginnt bei der Erziehung von Kindern und Jugendlichen in Kindergärten und Schulen. In diesem Sinne lautet meine Zukunftsvision: „Erziehung zum gesunden naturgemäßen Leben im Sinne einer umweltbewussten und sozialen Medizin.“

Vielen Dank für das Gespräch. Wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit mit Ihnen!

Das Interview führte Caroline Geiser, gesundheitspolitische Referentin im Berliner Büro.

Winterkur



Wohlfühlen im Winter

Buchbar vom 01.02. – 28.02.2020

„Um gesund zu bleiben, muss sich der Mensch bewegen, schwitzen und soll das Wasser in seiner mildesten Form gebrauchen.“ Sebastian Kneipp

Unser Angebot enthält: 7 Übernachtungen mit Frühstück, 1 Ganzkörperwaschung, 1 Fango mit anschließender Rückenmassage, 1 Wechsel- und Gesichtsguss, 1 Molkebad und 1 Kräuterstempelmassage sowie freie Nutzung von Hallenbad und Sauna sowie unser Bewegungsprogramm (Montag bis Freitag)

im EZ ab € **389,-** im DZ ab € **368,-**

Kurz mal weg

Genießen Sie einen entspannten Kurzurlaub für Körper, Geist und Seele im Herzen der Kneipp-Bewegung

Unser Angebot enthält: 2 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet, 1 kleiner Wechselguss, 1 Fußreflexzonenmassage (25 Minuten) sowie unser Bewegungsprogramm (Montag bis Freitag)

Hauptsaison im EZ ab € **127,-** im DZ ab € **119,-**

Nebensaison im EZ ab € **115,-** im DZ ab € **109,-**

Kneipp Bund **HOTEL**
aktiv & gesund

im Kneipp-Zentrum
Bad Wörishofen

Adolf-Scholz-Allee 6–8
86825 Bad Wörishofen

Telefon 08247 3002-297

Fax 08247 3002-260

kurbetrieb@kneippbund.de

www.kneippbundhotel.de

Mitglieder
in Kneipp-Vereinen
erhalten pro Nacht/Person
einen Nachlass
von € 3,-

Die Preise gelten jeweils pro Person im Zimmer ohne Balkon zuzüglich Kurtaxe entsprechend Vorgabe Stadt Bad Wörishofen. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.