

Er ist einer der populärsten Mediziner Deutschlands, Gründer und Leiter des Grönemeyer-Instituts für Mikrotherapie, leidenschaftlich praktizierender Arzt, Lehrstuhlinhaber für Radiologie und Mikrotherapie und obendrein mehrfacher Bestseller-Autor (u.a. „Mein Rückenbuch“ und „Der kleine Medicus“). Kaum eine der renommierten TV-Talkshows und Gesundheitsformate kamen und kommen ohne ihn als Gast aus. Der Bruder von Sänger Herbert Grönemeyer lebt mit seiner Familie im Ruhrgebiet, in Sprockhövel nahe Bochum. Am 06.11. kommt er anlässlich einer Lesung in die Eifel und eine Woche später erscheint sein neues Buch „Grönemeyers neues Hausbuch der Gesundheit“. Zwei willkommene Anlässe für das „EM“, sich mit dem Mediziner ausführlich über sein neues Buch und die Probleme im Gesundheitssystem zu unterhalten.

**Interview: Alexander Kuffner**

**Foto: Norbert Enker, Hergen Schimpf**

# „Mit dem Hausarzt auf Augenhöhe sprechen“ **Prof. Dietrich Grönemeyer**



**H**err Grönemeyer, in zwei Wochen erscheint mit „Grönemeyers neues Hausbuch der Gesundheit“ Ihr neues Buch – Ein Gesundheitsratgeber für jedermann, der modernes medizinisches Wissen leicht verständlich und menschlich vermitteln will. Soll es auch dazu dienen, sich vor dem Arztbesuch über seine Beschwerden oder die zu erwartende Behandlung informieren zu können?

Mir geht es grundsätzlich um den mündigen Patienten, was ja schon lange mein Anliegen ist. Mit dem „Kleinen Medicus“ habe ich das bereits für Kinder formuliert, mein neues Buch richtet sich an Erwachsene. Ich bin der Meinung, dass jeder mehr über die Anatomie, die Funktionsweise der Organe, Hausmittel, schulmedizinische Therapien und Naturheilverfahren wissen sollte. Das „Neue Hausbuch“ bietet Informationen über den Körper und die allgemeinen Volkskrankheiten, so dass man mit dem Hausarzt immer mehr auf Augenhöhe sprechen kann. Und es soll als Nachschlagewerk dienen, wenn man die Praxis wieder verlassen hat. Denn man kann darin auch nachlesen, was einen mit der verordneten Therapie, den Medikamenten oder den Behandlungen erwartet. So kann es durchaus auch die Angst vor den medizinischen Maßnahmen nehmen, die innerhalb einer Behandlung noch auf einen Patienten zukommen können. Das würde ich mir jedenfalls wünschen.

Nur gibt es da leider ein generelles Problem bei vielen Ihrer Kollegen: Wenn man einem Arzt mit Fachbegriffen kommt oder angibt, sich bereits im Internet oder in Büchern etwas schlau gemacht zu haben, reagieren viele leicht pikiert und sind eher nicht erfreut darüber, dass der Patient nicht ausschließlich auf des Doktors Meinung wartet.

Ich habe mit vielen ärztlichen Kolleginnen und Kollegen diesbezüglich gesprochen und weiß daher, dass sie es gut finden, wenn der Patient Hintergrundwissen mitbringt, sie ihm also nicht alles erklären müssen, sondern gleich in die Tiefe des Problems vordringen können. Richtig ist aber, dass Ärzte nicht begeistert sind, wenn der Patient sie zu belehren versucht, wenn er sagt „dieses und jenes muss jetzt mit mir gemacht werden“. Es ist im Grunde genommen wie in der Autowerkstatt. Da ist der Meister auch nicht eben erfreut, wenn man ihm voller Überzeugung eine feste Meinung präsentiert wie „Das ist bestimmt ein Problem am Vergaser“, obwohl er noch nicht einmal die Motorhaube geöffnet hat.

**Sie selbst proklamieren als Arzt also auch mehr Eigenverantwortung des Patienten und begrüßen es, wenn er sich selbst beobachtet oder informiert und nicht nur blind auf den „Halbgott in Weiß“ vertraut?**

Wenn ein Patient zum Beispiel den Unterschied zwischen Bandscheibe

und kleinen Wirbelgelenken kennt oder prinzipiell weiß, dass die psychische Befindlichkeit auf den Rücken schlagen kann, dann ist das doch nur gut für mich. So kann ich auf dieser Ebene mit ihm reden und ihn auf der einen Seite anders oder vielleicht noch eindeutiger motivieren z.B. seine Haltung zu ändern, während er andererseits viel besser versteht, warum ich bestimmte Behandlungsmethoden für nötig halte.

**Einige Ärzte stempeln Patienten auch schnell als Hypochonder ab, wenn sie etwa im Internet über ihre Symptome recherchiert haben und den Arzt dann mit den Ergebnissen ihrer Suche konfrontieren ...**

Das Problem mit dem Internet ist, dass es eine Unmenge an Infos birgt, die nicht geprüft oder qualifiziert sind und der Patient dann im Grunde genommen wenig damit anfangen kann. Deswegen ist das Medium Buch in meinen Augen nach wie vor eine wesentliche Grundlage für seriös zusammengefasste Informationen und wird es auch in der Zukunft bleiben. Von daher kann ich auch Kollegen verstehen, die etwas misstrauisch reagieren, wenn Patienten regelmäßig auftauchen und schon in der Tür erklären, dass sie im Internet gelesen hätten, von diesem und jenem Leid geplagt zu sein.

**Immer weniger Zeit für den einzelnen Patienten in den Praxen, immer längere Krankenhausaufenthalte, ohne dass etwas mit**

**dem Patienten passiert – Haben die Ärzte keine Zeit mehr, keine Lust mehr, oder worin sehen Sie da die Ursachen?**

Es gibt verschiedene Gründe für solche Defizite. Der Druck in unserem Gesundheitssystem ist enorm. Ärzte, Krankenschwestern und andere müssen heutzutage wesentlich mehr und länger arbeiten. Das Verhältnis Patient-Arzt driftet immer weiter ab vom persönlichen Gespräch hin zur reinen technischen Untersuchung. Leider wird die Gesprächszeit des Arztes unzureichend honoriert, was ein klares Manko in unserem System darstellt. Dementsprechend sind einige Kollegen leider eher wortkarg. Dabei ist die Kommunikation zwischen Arzt und Patient von ganz großer Bedeutung. Viele Patientenprobleme liegen auch in der Psyche begründet, und der psychosomatische Zusammenhang lässt sich eben am besten durch ein ausführliches Gespräch erkennen und behandeln. Wie gesagt, hier ist wieder die Mitarbeit des Patienten gefragt – je mehr er weiß und je besser er sich über seine Symptome bzw. seine Krankheit informiert hat, umso weniger Grundlegendes muss der Arzt ihm erklären und es bleibt gerade dann mehr Zeit für die tieferliegenden Fragen und Antworten.

**Oft wird auch behandelt, wo keine Notwendigkeit besteht. Hier wird etwas ohne Grund weg- oder aufgeschnitten, dort ohne umfassende Diagnose nutzlose Medikamente verordnet oder man lässt**

**den Patienten fünf Mal zur Wundversorgung antanzen und klebt ihm dann nur ein neues Pflaster. Ist Profitgier ein grundlegendes Problem der deutschen Ärzteschaft?**

Nein, ich denke eher, dass diese fatale Situation wiederum ein Problem der Kommunikation ist – in diesem Fall zwischen den einzelnen Fachrichtungen. Jeder niedergelassene Facharzt macht seine eigene Arbeit, stellt seine eigene Diagnose und muss natürlich auch seine eigene Praxis mit den Mitarbeitern optimal führen. Würden Fachärzte und andere medizinische Disziplinen besser zusammenarbeiten, etwa in einem Team oder in einer Gemeinschaftspraxis, wäre ihnen und dem Patienten an sich viel mehr geholfen. Ein Beispiel: Wenn ein Osteopath weiterhelfen könnte, wird statt zu ihm wieder zu verschiedenen Fachkollegen überwiesen, da Osteopathen in unserem System ja nicht abrechnen dürfen. Wir brauchen mehr Ausbildung, mehr Wissen des Patienten und ein besseres Honorarsystem, in dem auch die sprechende und hörende Medizin anders bewertet wird. Wir bewegen uns auf die Einheitskasse zu, und leider orientiert sich das Gesundheitssystem vor allem am Finanziellen. Jeder Patient ist aber ein Einzelfall mit einer eigenen Krankheitsgeschichte – und braucht auch individuelle Betreuung und Behandlung.

**Inwiefern kann hier die Politik helfen?**

Die Politik kann den Rahmen vorgeben, mehr aber nicht. Dabei sollte sie Sorge tragen, dass sich eine interdisziplinäre und integrative Medizin entwickeln kann. Alle sollten

gleichgestellt werden, egal ob Osteopath, Ernährungsberater oder Psychologe. Sehen Sie, wenn ich heute einen Patienten mit Rückenproblemen habe, brauche ich mitunter viele Kollegen, um ihm helfen zu können. Da wäre der Masseur oder der Krankengymnast, vielleicht auch der Ernährungsberater, falls die Probleme des Patienten auf Übergewicht zurückzuführen sind, oder der Psychologe, falls ich die Ursachen der Rückenschmerzen in der Psyche vermute.

**Immer mehr Menschen, nicht nur Hartz IV-Empfänger, gehen bei kleineren Problemen zuerst in die Apotheke, bevor sie eventuell einen Hausarzt aufsuchen. Wie stehen Sie zu dieser Entwicklung?**

Wenn es sich um einen einfachen Schnupfen oder eine leichte Grippe handelt, finde ich das in Ordnung. Bei Erwachsenen wohl gemerkt! Wenn aber ein Kind Beschwerden wie etwa Kopfschmerzen hat, würde ich nie eine einfache Beratung in der Apotheke empfehlen, wo man womöglich noch ein Medikament bekommt, dass für Kinder unter 16 Unverträglichkeiten auslösen kann. Als Erwachsener beobachtet man sich ja selbst und kann normalerweise zwischen einer kleinen Erkältung und einem ernstem Problem mit nicht einzuordnenden Symptomen unterscheiden. Wenn etwas unklar ist oder schlimmer wird, sollte immer ein Arzt hinzugezogen werden. Und

dass Menschen mit wenig Einkommen oder Hartz IV-Empfänger die Praxisgebühr einsparen und daher lieber nicht zum Arzt gehen wollen, heiße ich zwar nicht gut, kann ich aber durchaus verstehen. Diese Gebühr ist aus meiner Sicht nicht sinnvoll, und es wäre relativ einfach, dieses System wieder abzuändern. Es kann doch nicht sein, dass ich als Versicherter, der regelmäßig seine Beiträge bezahlt, zusätzlich in der Praxis erst einmal den Geldbeutel zücken muss, um überhaupt zum Arzt vorgelassen zu werden. Viele Menschen denken ja immer noch, dass die 10,- EUR dem Arzt zugute kommen, obwohl dieser jeden Cent mit viel Verwaltungsaufwand an die Krankenkassen weiterleiten muss.

**Sind Sie persönlich eigentlich mit Ihrem Hausarzt zufrieden oder behandeln Sie sich ausschließlich selbst?**

Natürlich habe ich auch einen Hausarzt und einen Zahnarzt meines Vertrauens und bin auch sehr zufrieden. Vertrauen in den Menschen, der einen behandelt, ist das Wichtigste.

**Der Winter kommt - Was empfehlen Sie jedem Menschen an täglicher Vorsorge, um gesund zu bleiben?**

Im Grunde genommen die Klassiker,

die immer wieder – aus gutem Grund – seit Jahrhunderten empfohlen werden. Das sind drei Elemente. Erstens: Bewegung ist wichtig. Eine halbe Stunde pro Tag an der frischen Luft locker laufen oder einfach spazieren. Zweitens die Ernährung – Obst und Gemüse jeden Tag sollte sein. Ein Apfel, eine Banane oder gerade im Winter eine Orange. Dazu sollte viel getrunken werden. Und drittens ist ausreichend Schlaf wichtig, sieben bis acht Stunden pro Nacht. Es ist eben Eigenverantwortung gefragt. Und auch der Arzt sollte in Zukunft dem Patienten wieder mehr zur Mithilfe bei der eigenen Gesundheit motivieren. Man darf sich nicht einfach nur bequem darauf verlassen, dass man in einer Praxis nur um ein wenig Antibiotikum bitten braucht, falls die Grippe einmal zuschlägt – und ansonsten selbst nichts tun muss. Die Devise sollte lauten, mit einfachsten Mitteln selber vorzubeugen. In dem neuen Buch gebe ich auch hierzu Tipps. Vor allem aber möchte ich darstellen, dass es doch gar kein Zwang und Stress ist, sondern dass es auch Spaß machen kann, sich um seine eigene Gesundheit zu kümmern – und darüber auch ein anderes Lebensgefühl und Selbstbewusstsein zu entwickeln.

**Am 06.11.2008 liest Prof. Dietrich Grönemeyer im Rahmen des Eifel-Literatur-Festivals im Kloster Steinfeld bei Kall u.a. aus seinem „Neuen Hausbuch der Gesundheit“. Beginn ist um 20 Uhr. Die Lesung findet in der Aula des Gymnasiums statt, Hermann-Josef-Straße 4 in Kall-Steinfeld. Im VVK beträgt der Eintritt 13,- EUR und an der Abendkasse 15,- EUR. Infos & Karten: [www.eifel-literaturfestival.de](http://www.eifel-literaturfestival.de) oder (06551) 2489.**



**Autogas-Centrum Schleiden-Gemünd  
oder kaufen Sie Ihre Wurst beim Bäcker!  
02444-915 844 oder [www.iwexim.de](http://www.iwexim.de)**