

Vernünftige Präventionsmaßnahmen

Machen Sie Ihre Praxis einzigartig!

Ayurveda, Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie und Komplementärmedizin sind für mich Möglichkeiten, Medical Wellness in der Arztpraxis unterzubringen. Das moderne Wellness-Konzept tut den tradierten Therapiemethoden der Ayurveda dabei keinen Abbruch.



Helmuth C. Roider

➔ Es mag überraschen, dass ich diese Methoden unter dem Begriff „Medical Wellness“ vorstelle. Richtig: Ayurveda zum Beispiel ist kein Medical-Wellness-Angebot, sondern – soweit ich das beurteilen kann – eine ernsthafte traditionelle Medizin. Wer Ayurveda-Medizin anbietet, kann allerdings nicht „nur“ heilen. Er kann seinen Patienten und Kunden auch Angebote zur Prävention machen oder ihnen Behandlungen anbieten, die das Wohlbefinden erhöhen. Und genau das verstehe ich unter Medical Wellness.

Ist das verwerflich? Darf ein Arzt seine Praxis überhaupt als Marketingsystem ansehen und ausrichten? Darf er Menschen für seine Praxis gewinnen, die – nach schulmedizinischen Grundsätzen betrachtet – gesund sind? Ich meine: ja! Wohlge-merkt: Nicht auf Chipkarte und auch nicht im Sinne einer medizinisch notwendigen Anwendung, sondern eben als Medical Wellness! Ob allerdings Ärzte oder Heilpraktiker, Kliniken oder Kapitalgesellschaften die Nutznießer sind, das vermag ich nicht zu sagen. Diese Entscheidung liegt auch bei Ihnen. Natürlich soll nicht aus jedem Hausarzt ein Ayurveda- oder TCM-Mediziner werden. Aber eine Frage sollten Sie sich doch stellen und beantworten:

Was ist das Besondere Ihrer Praxis?

Vielleicht haben Sie ein chronisch überfülltes Wartezimmer und möchten am liebsten gleich abwinken: Noch mehr Patienten, nur das nicht!? Ich bin sicher, dass eine Spezialisierung gerade in Ihrer Praxis Sinn ergibt! Oder können Sie folgende Fragen auf Anhieb beantworten?

- Wo soll Ihre Praxis in zehn Jahren stehen?
- Wie wollen Sie sinkende GKV-Einnahmen ausgleichen?
- Warum sollte die Bank Ihnen in ein paar Jahren einen neuen Kredit für die Renovierung der Praxis geben?
- Mit welchem Argument wollen Sie Ihre Praxis einem Nachfolger schmackhaft machen?

Die Besonderheit Ihrer Praxis können einzigartige medizinische Leistungen sein: Viele Hausarztpraxen haben sich auf ganzheitliche Therapien spezialisiert, von anthroposophischer über orthomolekulare bis hin zur Traditionellen Chinesischen Medizin. Andere haben Anti-Aging oder Reisemedizin zu

ihrem zweiten Standbein gemacht. Eines haben diese Spezialisierungen aber gemeinsam: Sie werden nur funktionieren, wenn Sie auch ein ehrliches Interesse an den medizinischen Schwerpunkten haben. Das ist jedoch keine Einschränkung, sondern eine Chance zur Selbstverwirklichung: Welche Art von Hausarztpraxis hätten Sie denn gerne? Wie sieht Ihre ganz persönliche Traumpraxis aus?

Das Spektrum der Möglichkeiten ist breit

Andere Ärzte bieten das „normale“ diagnostisch-therapeutische Spektrum an, haben aber trotzdem ihre ganz persönliche Nische gefunden, um sich von Kollegen abzuheben. Das kann eine ganz besondere Patientenorientierung sein, die sich in einem hochwertigen mündlichen und schriftlichen Beratungsangebot zeigt. Oder die Zusammenarbeit mit einem gut funktionierenden medizinischen Netzwerk, das manchen stationären Aufenthalt überflüssig macht. Ob Teilgemeinschaftspraxis oder „nur“ ein locker geknüpftes Netz: Welcher Patient freut sich nicht, wenn ihm der Hausarzt einen gut geeigneten Kollegen für sein Problem empfehlen kann, der zudem noch einen schnellen Termin zur Verfügung stellt? Auch eine perfekte EDV-gestützte Praxisorganisation ist immer noch so selten, dass Sie Ihre Praxis auf diese Weise einzigartig machen können: keine oder fast keine Wartezeiten, kein langes Suchen nach der richtigen Karteikarte, sofort fertige Rezepte, Bescheinigungen und Vordrucke – das freut den Patienten und entlastet das Personal. Auch die Vorsorgepraxis ist meiner Ansicht nach schwer im Kommen. In den letzten Monaten höre ich immer häufiger von Menschen, die Geld für vernünftige Präventionsmaßnahmen ausgeben: Beratung, Check-up, Labor- und andere Diagnostikmaßnahmen, aber auch Nordic-Walking-Kurse, Ernährungsberatung oder Entspannungstraining gehören dazu. Heilhypnose wird ebenfalls vermehrt nachgefragt, in erster Linie von gestressten Patienten, die unter Bluthochdruck, Schlafstörungen oder Rückenbeschwerden leiden. Das Gesundheitssystem befindet sich mitten in einer Umwälzung. Die Herausforderung besteht darin, nicht den Kopf einzuziehen, sondern sich frei zu schwimmen. Tun Sie es!

Ihr
Helmuth C. Roider

Ayurveda

So inspiriert Indien den Westen

Ayurveda-Medizin ist weit mehr als Entspannung bei Massagen und warmen Ölgüssen. Doch sollte eine solide ärztliche Ausbildung die Grundlage bilden, findet Dr. med. Ernst Schrott. Der Vorstand der Deutschen Gesellschaft für Ayurveda besitzt eine Praxis in Regensburg.

[von Ruth Auschra]



Deutsche Ärzte zu Besuch in einem Wildgarten bei Calicut, Kerala. Gemeinsam mit indischen Wissenschafflern werden Kräuter bestimmt.

DER KASSENARZT: Herr Dr. Schrott, Sie bilden deutsche Mediziner zu Ayurveda-Spezialisten aus.

Dr. Schrott: Ja, unsere Akademie reagiert auf den zunehmenden Bedarf an Ayurveda-Ärzten und bildet westliche Mediziner entsprechend aus. Zwei Aspekte sind uns dabei besonders wichtig: die Seriosität und die Praxisnähe. Um die Interessenten nicht mit Wissen zu überfrachten, haben wir eine praxisorientierte Stufenausbildung konzipiert. Sie beginnt mit der Grundstufe, die vier Wochenendkurse umfasst, anschließend bieten wir weitere Ausbildungsstufen an.

DER KASSENARZT: Und wie lange dauert es, bis die Ärzte ihr Wissen in die Praxis umsetzen können?

Dr. Schrott: Das geht schnell. Die Dozenten sind erfahren und haben ein gutes Gefühl dafür, was die Kollegen im Einzelfall wissen müssen. Schon zwischen den Wochenendseminaren werden die Ärzte angehalten, erste Praxiserfahrungen zu sammeln, zu dokumentieren und über Fortschritte oder Probleme zu berichten. Die Highlights der Ausbildung sind für viele Teilnehmer dann unsere jährlichen Studienreisen nach Indien. Wir besuchen beispielsweise ayurvedische Einrichtungen in Kerala und einen erstklassigen Heilkräutergarten in einer Kräuteroase der Wüste von Rajasthan – etwas ganz Einmaliges.

DER KASSENARZT: Lässt sich Ayurveda denn überhaupt in eine normale Hausarztpraxis integrieren?

Dr. Schrott: Ja, viele Aspekte lassen sich problemlos integrieren, auch in die kassenärztliche Praxis. Schon ganz zu Anfang bekommen unsere Teilnehmer viele einfache Praxistipps, die sich in der Beratung unkompliziert umsetzen lassen: individuelle krankheitsbezogene Ernährungsratschläge oder einfach durchzuführende, aber wirksame

Ausleitverfahren wie die Heißwassertrinkkur oder der heilende Einsatz bestimmter Gewürze und anderer Pflanzenrezepturen. Natürlich bietet Ayurveda eine Fülle von Ansätzen, die als IGeL, zum Beispiel auch in Form einer umfassenden Gesundheitsberatung außerhalb der üblichen Sprechstunde, abgerechnet werden können.

DER KASSENARZT: Gibt es eigentlich auch Studienergebnisse, die den Anspruch der Ayurveda-Medizin unterstreichen?

Dr. Schrott: Selbstverständlich! Nehmen Sie nur die Ergebnisse zum Weihrauch, der ja in den letzten Jahren eine Wiederentdeckung nicht nur in der Rheumatherapie feiert. Vielversprechende Studien gibt es auch zur Wirksamkeit der Amalaki-Früchte, lateinisch *Embllica officinalis*, die in Indien traditionell zur Behandlung von Senilität eingesetzt werden. Ein weiteres Beispiel ist *Mucuna pruriens*, eine Bohnensorte, die Levodopa enthält und sich in einer Doppelblindstudie mit Parkinson-Patienten hervortat ...

DER KASSENARZT: Aber häufiger taucht Ayurveda in der Fachpresse auf, wenn sich wieder jemand mit Ayurveda-Pillen vergiftet hat.

Dr. Schrott: Gut, dass Sie dieses Thema ansprechen! Solche Schwermetallvergiftungen kommen tatsächlich vor, und ich finde es extrem wichtig, die Kollegen über diese Gefahren aufzuklären. Es gibt in der Ayurveda-Medizin verschiedene Medikamentenklassen, eine heißt Bhasma. Hier geht es um eine besondere Verarbeitung von Schwermetallen: Sie werden mit Pflanzenteilen versetzt und zu Asche verglüht. Nach einer korrekten Oxidation wird so beispielsweise Quecksilber zu Quecksilbersulfid. Wenn dieser Vorgang jedoch unvollständig abläuft, resultiert ein toxischer Stoff. Der Import von Bhasma ist aus gutem Grund unzulässig, aber es gibt leider einen lebhaften Schwarzmarkt.

DER KASSENARZT: Was ist für Sie das Besondere der Ayurveda-Medizin?

Dr. Schrott: Ayurveda ist die älteste überlieferte Heilkunde der Menschheit. Für mich sind am wichtigsten die ganzheitliche Sichtweise und die Einfachheit dieser Medizin. Das ayurvedische Geist-Körper-Modell ist gut nachvollziehbar, einfach zu erklären und es ermöglicht mir gute Behandlungserfolge. ■

SERVICE

Weitere Informationen zur Ayurveda-Akademie unter www.ayurveda-gesellschaft.de/akademie.html
Mehr zu ganzheitlicher Diagnostik und Therapie im Handbuch Ayurveda,
Ernst Schrott, Wolfgang Schachinger,
350 Seiten, gebunden, 2005, 29,95 Euro