

Natalie Grams



# Homöopathie neu gedacht

Was Patienten wirklich hilft

SACHBUCH



Springer Spektrum

Homöopathie neu gedacht



**Natalie Grams** Die Ärztin Dr. med. Natalie Grams, Jahrgang 1978, führte eine erfolgreiche homöopathische Privatpraxis in Heidelberg. Im Laufe ihrer Tätigkeit kamen ihr als Naturwissenschaftlerin jedoch Zweifel darüber, wie die Homöopathie auch heute noch guten Gewissens angewendet werden kann. Ihr Medizinstudium hat Grams in München begonnen und in Heidelberg beendet, wo sie seither mit ihrem Mann und drei Kindern lebt.

Foto: Gudrun-Holde Ortner

Natalie Grams

# Homöopathie neu gedacht

Was Patienten wirklich hilft

 **Springer** Spektrum

Natalie Grams  
Heidelberg  
Deutschland

ISBN 978-3-662-45336-0

ISBN 978-3-662-45337-7 (eBook)

DOI 10.1007/978-3-662-45337-7

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen.

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Springer Spektrum

© Springer-Verlag Berlin Heidelberg 2015

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Planung: Frank Wigger

Titelbild: fotolia.de

Covergestaltung: deblik Berlin

Gedruckt auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier

Springer Spektrum ist eine Marke von Springer DE. Springer DE ist Teil der Fachverlagsgruppe Springer Science+Business Media  
[www.springer-spektrum.de](http://www.springer-spektrum.de)

Das höchste Ideal der Heilung ist schnelle, sanfte, dauerhafte Wiederherstellung der Gesundheit, oder Hebung und Vernichtung der Krankheit in ihrem ganzen Umfange auf dem kürzesten, zuverlässigsten, unnachtheiligsten Wege, nach deutlich einzusehenden Gründen.

Hahnemann, *Organon der Heilkunst*,  
Paragraph 2

Die gemeinsten Meinungen und was jeder für ausgemacht hält, verdient oft am meisten untersucht zu werden.

Georg Christoph Lichtenberg

# Vorwort

Als ich mit der Arbeit an diesem Buch begann, wollte ich ein flammendes Plädoyer für die Homöopathie schreiben. Ich wollte als überzeugte Homöopathin allen Zweiflern aufzeigen, was die Homöopathie möchte und kann. Nun halten Sie ein Buch in Händen, das sich sehr kritisch mit der Homöopathie auseinandersetzt. Vor einiger Zeit war ich mir noch sicher, dass in den homöopathischen Arzneimitteln eine besondere Energie enthalten wäre, die den Körper zur Selbstheilung anregen kann. Inzwischen zweifle ich nicht nur daran, sondern bin davon überzeugt (worden), dass dieser Teil der Homöopathie nicht stimmt. Der Kritik mancher Skeptiker, die mir kürzlich noch wie ein Affront oder ein böser Scherz vorkam, muss ich nun in vieler Hinsicht zustimmen. Was ist geschehen?

Ich beschäftigte mich mit den Grundlagen der Homöopathie und führte mir vor Augen, in welcher Zeit sie von Hahnemann erdacht wurde und wie sich Medizin und Wissenschaft seither weiterentwickelt haben. Das veränderte meinen Blickwinkel entscheidend.

Dieses Buch richtet sich an Homöopathen und Patienten, die (wie ich) an der Homöopathie hängen und sich dennoch nicht scheuen, sich mit skeptischen und kritischen

Gedanken auseinanderzusetzen. (Wo immer ich in diesem Buch von Patienten, Ärzten, Homöopathen, Heilpraktikern oder Therapeuten spreche, sind damit selbstverständlich immer auch Patientinnen, Ärztinnen, Homöopathinnen, Heilpraktikerinnen und Therapeutinnen gemeint.)

Fühlen Sie sich eingeladen, diesen Weg kritischen Prüfens und Abwägens mit mir gemeinsam zu gehen. Die Auseinandersetzung wird nicht leicht werden und für Sie wie für mich viele Abschiede bedeuten. Aber sie wird uns klare Entscheidungen darüber ermöglichen, was wir auch in der heutigen Zeit noch guten Gewissens von der Homöopathie gebrauchen können.

Wir alle hängen an lieb gewordenen Vorstellungen und Gewohnheiten. Dabei zählen nicht unbedingt Fakten; ausschlaggebend ist vielmehr ein gutes Gefühl. Ich unternehme in diesem Buch den Versuch, beides einmal näher zu betrachten: die Fakten der Homöopathie und das, was sich irgendwie gut anfühlt an ihr, um dann zu entscheiden, wie wir fortan damit umgehen können.

Heidelberg, im Oktober 2014

Natalie Grams



# Inhalt

<b>1</b>	<b>Wie und auf welcher Grundlage behandelt die Homöopathie?</b> . . . . .	<b>1</b>
	Literatur . . . . .	12
<b>2</b>	<b>Wovon ist die Rede, wenn wir von Homöopathie sprechen?</b> . . . . .	<b>13</b>
	Gibt es <i>die</i> Homöopathie? . . . . .	13
	Samuel Hahnemann, Begründer der Homöopathie . . . .	16
	In welcher Zeit entstand die Homöopathie? . . . . .	19
	Die homöopathische Methode – was ist anders? . . . . .	23
	Die homöopathischen Repertorien und die Materia medica . . . . .	28
	Die homöopathische Anamnese . . . . .	32
	Die homöopathischen Medikamente (Potenzierung) . . .	35
	Die homöopathische Diagnose, das Prinzip der Ähnlichkeit und die homöopathische Arzneimittelprüfung . . . . .	41
	Die Empfindungsmethode in der Homöopathie . . . . .	46
	Literatur . . . . .	50
<b>3</b>	<b>Ist die Homöopathie Teil der heutigen Medizin?</b> . . . . .	<b>53</b>
	Wozu brauchen wir die Wissenschaft überhaupt? . . . . .	53
	Zur persönlichen Situation: Im Konflikt mit der Naturwissenschaft . . . . .	57
	Geistartige Energie und fehlender Wirkstoff – das Problem der potenzierten Medikamente in der Homöopathie . . .	62
	Der problematische Begriff Lebenskraft. . . . .	72
	Die homöopathische Arzneimittelprüfung. . . . .	77

	Ist die Homöopathie Medizin? .....	81
	Literatur .....	83
<b>4</b>	<b>Warum wenden sich Patienten der Homöopathie zu?...</b>	<b>85</b>
	Das therapeutische Setting der Homöopathie .....	88
	Keine Nebenwirkungen .....	96
	Inniges Arzt-Patient-Verhältnis .....	99
	Ganzheitliches Vorgehen .....	102
	Das homöopathische Krankheitsbild .....	106
	Die Ebenen einer Krankheit .....	108
	Ebenen einer Krankheit – Zusammenfassung .....	121
	Die Begriffe „Geist“ und „geistig“ .....	125
	Homöopathische Medikamente und der Placebo-Effekt. . .	130
	Was kann die Homöopathie, was die Medizin nicht kann? .....	138
	Literatur .....	154
<b>5</b>	<b>Was bleibt übrig von der Homöopathie im 21. Jahrhundert? .....</b>	<b>159</b>
	Welche Bereiche der Homöopathie sind zu verwerfen?...	160
	Welche Bereiche der Homöopathie sind zu überdenken? .....	161
	Warum sollten wir über diese Punkte noch einmal nachdenken? .....	166
	... Und wie können wir mit der Naturwissenschaft Stellung dazu beziehen? .....	168
	Die Homöopathie als Patient – ein Beispiel zum Schluss...	186
	Was nun? Ein Fazit .....	190
	Ein Nachwort für Patienten und Homöopathen .....	194
	Literatur .....	199
	<b>Glossar .....</b>	<b>203</b>
	<b>Index .....</b>	<b>223</b>

# 1

## Wie und auf welcher Grundlage behandelt die Homöopathie?

Ja, ich habe unter homöopathischer Therapie schwere Angstzustände und Depressionen verschwinden, bösartige Krebsgeschwüre zurückgehen und akute eitrige Mandelentzündungen heilen sehen.

Und ja, mir ist vollkommen bewusst, dass in den homöopathischen Arzneimitteln (Globuli) nichts enthalten ist, das man für diese Wirkung verantwortlich machen kann – lässt man nicht alle gängigen Gesetze der Naturwissenschaft außer Acht.

Ich bin Ärztin, habe also Medizin studiert. Und ich war lange Zeit überzeugte Homöopathin. Allerdings bin ich als Ärztin Naturwissenschaftlerin. Und so konnte ich mit einer Homöopathie, deren Grundsätze sich zwar irgendwie gut *anfühlen*, deren Prinzipien jedoch wissenschaftlichem Denken teilweise komplett widersprechen, nicht länger gut leben. Auch meinen Patienten gegenüber hielt ich das für kaum verantwortbar. Mir fehlten schlüssige Erklärungen über den Wirkmechanismus und Wirksamkeitsnachweise der Homöopathie. Diese Lücke möchte ich mit diesem Buch genauer ausloten und zu einem neuen Dialog anregen.

Ich habe dieses Buch als eine Art Denkschrift verfasst, um deutlich zu machen, dass es sich bei einigen Punkten

um meine Gedanken und Schlüsse handelt, die noch zu diskutieren sind. Es handelt sich also nicht um eine rein wissenschaftliche Abhandlung, auch wenn die Wissenschaft wesentlich häufiger zu Wort kommen wird, als das in der Homöopathie bisher geschehen ist. Der Weg war schwierig, denn er bedeutete für mich die Auseinandersetzung mit meiner eigenen beruflichen, aber auch weltanschaulichen Basis, und vielleicht wird es Ihnen beim Lesen ähnlich gehen.

Ausgangslage ist: Täglich kommen Patienten zu mir in die Praxis und berichten gerührt und erleichtert, dass sich ihre Beschwerden seit Beginn der Behandlung gebessert haben. Und es handelt sich dabei nicht immer bloß um einen kleinen Schnupfen. Nein, ich behandle Patienten mit schweren Suchtproblemen, Angst- und Depressionszuständen, die teilweise seit Wochen nicht mehr am normalen Leben teilnehmen. Ich behandle Patienten, die sich seit Jahren in anderer Therapie befinden – sei es psychologischer, sei es klassisch medizinischer Behandlung: Patienten mit Krebs und anderen als chronisch geltenden Krankheiten wie zum Beispiel Asthma, Neurodermitis, chronisch entzündlichen Darmerkrankungen, Allergien, Schlafstörungen, Schmerzen et cetera. Wie kann es sein, dass ihnen eine Methode hilft, die nachweislich nichts verschreibt? Diese Frage hat mich in meinem beruflichen Alltag beschäftigt, ja regelrecht gequält, und ich habe versucht, ihr als naturwissenschaftlich ausgebildete Ärztin und offener Mensch nachzugehen. Es war ein großer Schritt für mich als bekennende Homöopathin, zunächst einmal einzusehen, dass es trotz der genannten Erfolge und der großen Nachfrage kaum

vernünftige Argumente *für* die Homöopathie zu geben scheint.

Fakt ist: Die Befürworter der Methode glauben wider alle vernünftigen Argumente an die Wirkung der weißen Kügelchen voll Nichts und sehen sich allein durch ihre Behandlungserfolge ausreichend bestätigt. Nachfragen, wie sich denn die Wirkung erklärt, weichen sie entweder aus, oder sie stellen bei ihrer Argumentation sämtliche Prinzipien der Logik und der Wissenschaft auf den Kopf. Vielleicht ist der Widerstand der Homöopathen gegen einen wissenschaftlichen Nachweis der Wirksamkeit deshalb so groß, weil sie ganz einfach festzustellen meinen: Die Homöopathie wirkt. Die Kritiker und Gegner der Homöopathie hingegen halten diese angegebenen Behandlungserfolge für einen (Irr-)Glauben, für etwas, dem kein Ursache-Wirkungs-Prinzip zugrunde liegt und das sich allenfalls durch den guten alten Placebo-Effekt erklären lässt. Daran haben manche auch gar nicht unbedingt etwas auszusetzen, solange es nicht verhindert, dass die richtigen medizinischen Maßnahmen ergriffen werden, wenn Gefahr im Verzug ist. Sie fordern die Homöopathen auf, endlich einen sicheren Nachweis dieser anekdotenhaften Wirksamkeit zu liefern und die Wirkweise zu erklären.

Fakt ist aber auch, dass sich viele Patienten einer homöopathischen Behandlung zuwenden und versichern, diese helfe ihnen. Ich kann jedoch genauso bestätigen, dass es eine ganze Reihe von Fällen gibt, in denen die homöopathische Behandlung rein gar nichts bewirkt hat. Dass sie sogar einen Placebo-Effekt schuldig geblieben ist. Einer meiner Lehrer der Homöopathie, der sehr berühmt für seine Behandlungserfolge ist, sagte einmal in einem Semi-

nar: „Wenn die Wirkung der Homöopathie allein auf dem Placebo-Effekt beruhen würde, dann müsste meine Erfolgsquote 100 % sein – denn die Patienten reisen mit großen Erwartungen, letzten Hoffnungen und großem Leidensdruck von weit her zu mir, warten lange auf einen Termin, und dann widme ich mich ihnen mit all meiner Zeit und meinem Können in exklusiven, intensiven Stunden. Doch ich erreiche lediglich 50 % – es muss also an etwas anderem liegen.“

Die Frage, *woran* es liegen könnte und wie er sich die Wirkung sonst erklärt, beantwortete er leider nicht (mal abgesehen von dem Denkfehler, dass ein Placebo-Effekt in 100 % der behandelten Fälle auftreten müsse). Für mich blieb das unbefriedigend, und ich fragte mich: Wenn klar ist, dass kein Wirkstoff und vor allem keine „Energie“ in den homöopathischen Medikamenten enthalten sind, denen man eine Wirkung zuschreiben kann, warum profitieren so viele Menschen trotzdem von einer Behandlung mit einer solchen (unsinnigen) Methode? Was ist dran an Hahnemanns Theorien, dass sie sich bis heute so hartnäckig und wider alle Vernunft halten? Zu welcher Zeit entwickelte er die Homöopathie, und wie hat sich die Medizin seither weiterentwickelt? Welche Teile seines Gedankengebäudes sind im 21. Jahrhundert noch haltbar? Warum wenden sich Patienten nach wie vor in so großer Zahl der Homöopathie zu? Wo ist die Homöopathie angreifbar, und wo können wir etwas von ihr lernen? Wo ist die Homöopathie tatsächlich Unsinn? Und wo ist unsere normale Medizin ein Unsinn anderer Art?

Laut dem Nobelpreisträger Daniel Kahneman gibt es zwei Arten des Denkens: das intuitive, automatische,

schnelle Denken und das bewusste, rationale, logische, mühsame und langsame Denken (Kahneman 2012). Intuitiv und schnell gedacht finden viele Menschen die Homöopathie einfach gut. Doch was sind die konkreten Punkte, die zu diesem guten Gefühl führen? Und wie können wir mit dem viel langsameren wissenschaftlichen Denken ein solches Gefühl in Zahlen, Daten und Fakten fassen, so dass beidem Genüge getan wird – dem guten Gefühl so vieler Patienten, die sich der Homöopathie zuwenden, und auch der Wissenschaft, welche die Basis unserer heutigen modernen Medizin ist?

An den Anfang sei ein Beispiel für den Verlauf einer homöopathischen Behandlung gestellt: Frau M. berichtet mir seit einer halben Stunde von ihren anhaltenden Rückenschmerzen. Ich beschränke mich auf das Zuhören, mache mir Notizen, beobachte die Patientin. Stockt sie, ermuntere ich sie durch ein einfaches „Erzählen Sie mehr“. Mir fällt nach einiger Zeit des Zuhörens und Beobachtens auf, dass sich bestimmte Themen wiederholen. Sie berichtet mehrmals von einem Gefühl des Zusammengeschnürtseins und der Starre im Rücken, wenn es sehr schmerzt. Sie fühle sich gefangen oder gepackt, am schlimmsten sei es in Ruhe, nachts, oder wenn sie sich nicht bewegen könne. Im weiteren Verlauf berichtet sie, sie habe sich in ihrer als schmerzlich empfundenen Ehe wie gefangen gefühlt, es habe sie viel Zeit gekostet, sich daraus zu befreien. Irgendwie bringe sie die Schmerzen auch damit in Verbindung. Ja, jetzt, wo sie darüber nachdenke, sei ihr ganzes Leben bestimmt von einem bisher unbewussten Gefühl des *Eingezwängt- und Beengtseins*, des *Sich-nicht-bewegen-Könnens*. Besser gegangen sei es ihr immer dann, wenn sie habe nach draußen

gehen und sich an der frischen Luft bewegen können. Das helfe gegen schlechte Gemütszustände ebenso wie gegen die Rückenschmerzen. Jetzt gerade in diesem Moment habe sie das Gefühl, die Schmerzen ließen nach, da sie das erkannt habe, dass es irgendwie immer um diese Themen gegangen sei in ihrem Leben. Das stresse sie eigentlich die ganze Zeit. Auch in ihrer Kindheit sei sie ein Wildfang gewesen, der sich gerne und viel bewegte. Da sie dies nun nicht mehr könne, fühle sie sich eingeschränkt und mutlos – und ganz erstarrt.

An diesem Punkt ist etwa eine Stunde vergangen, und ich habe weder Befunde erhoben noch Untersuchungen durchgeführt. Dies hatten ja bereits die Orthopädie-Kollegen übernommen, leider ohne eine klare Ursache der Beschwerden finden zu können. Als Homöopathin versuche ich nur in den geäußerten Beschwerden eine Art individuelle Leitidee, ein individuelles Grundthema, einen roten Faden oder besonders ungewöhnliche Äußerungen zu finden und das Symptom in einen individuellen Zusammenhang mit dem jeweiligen Patienten zu bringen.

Hier muss ich betonen, dass ich klassische Homöopathin bin. In der klassischen Homöopathie, die auf den deutschen Arzt Dr. Samuel Hahnemann zurückgeht, geht es darum, *eine* Ursache für die komplette Symptomatik des jeweiligen Patienten zu finden – und für diese möglichst *ein* Medikament nach den Kriterien der homöopathischen Methode zu verordnen. Dabei geht es weniger um allgemeine Symptome, sondern vielmehr um auffällige Besonderheiten, die eben die Symptome des einen Patienten (Rückenschmerz) von denen des nächsten Patienten unterscheiden.



Im Fall von Frau M. scheint es mir auffällig zu sein, dass sie vom Symptom Rückenschmerz („steif, zusammengeschnürt, schlechter am Anfang einer Bewegung, dann besser, schlechter in Ruhe, Wärme bessert“) zu einem für sie anscheinend allgemeingültigen Themenbereich kommt: „starr, steif, gepackt, eingezwängt, beengt, schmerzhaft“ und im Kontrast dazu „frei, bewegt, schmerzlos“. Dieses Herausarbeiten bedarf einer geschulten homöopathischen Anamnesetechnik, auf die ich in späteren Kapiteln näher eingehe.

Ich verschreibe ein homöopathisches Medikament aus der Familie der Anacardiaceae (*Rhus toxicodendron*, Giftsumach), das nach den Denkmodellen dieser Methode passend ist (Sankaran 2003, 2005). Ich gebe es Frau M. direkt in einer Hochpotenz (C200) als Globuli und gebe ihr weitere Globuli für zu Hause mit.

Vier Wochen später sehe ich Frau M. wieder und frage nach dem Verlauf. Sie berichtet, sie habe sich gleich nach dem letzten Gespräch wesentlich besser gefühlt, die Schmerzen seien akzeptabel gewesen, vor einer Woche seien sie wieder stärker geworden, und sie habe dann die Globuli, die ich ihr mitgegeben hatte, eingenommen. Daraufhin sei wieder eine Besserung eingetreten. Sie sei mit der Behandlung sehr zufrieden, da sie sich auch insgesamt befreiter, lebendiger und kraftvoller fühle. Die Schmerzen spielten kaum mehr eine Rolle in ihrem Leben, und sie habe begonnen, sich mehr gegen die als Einschränkung empfundenen Umstände ihres Lebens zu wehren. Dies empfinde sie als den eigentlichen Gewinn der Therapie, weil dadurch der Stress in ihrem Leben insgesamt geringer geworden sei und sie sich neuen Dingen zuwenden könne.

Was ist geschehen? Als Homöopathin würde ich sagen, ich habe erfolgreich ein homöopathisches Medikament verschrieben, und damit sei das Problem gelöst. Aber stimmt das? Wie soll eine Pflanze der Anacardiaceae-Familie mit dieser Veränderung zusammenhängen, und wie soll hier eine Heilung geschehen sein? Medizinisch oder auch phytotherapeutisch ist der Giftsumach nicht als Schmerzmittel bekannt. Im biologischen Lehrbuch wird allenfalls beschrieben, dass diese Pflanzen bekannt dafür sind, dass sich die Haut nach dem Berühren steif, enger und schmerzhaft anfühlen kann. Sie verursachen also eine lokale Empfindung. Aber wie soll sich das meiner Patientin vermittelt haben, zumal doch von der Ursprungspflanze nichts mehr in der verschriebenen Potenz enthalten war?

Die gängige Erklärung der Homöopathie dafür besagt vereinfacht, dass alles mit allem „geistartig verbunden“ sei, und auf diese Weise übertrage sich per „Energie“ die nötige Heilinformation bzw. Empfindung vom Giftsumach auf Frau M. Die Heilinformation sei bei der Arzneimittelherstellung durch die Potenzierung aus dem Giftsumach „herausgeschüttelt“ worden und stünde nun zur Heilung zur Verfügung nach dem Prinzip „Ähnliches heilt Ähnliches“ (kurz gesagt etwa: „steife Empfindung bei Berühren der Pflanze“ und „steifes Gefühl bei Rückenschmerzen“). Bei aller Freude über das Ergebnis – mir ist bewusst, dass meine Methode in vielen Punkten den gültigen physikalischen, chemischen, biologischen und medizinischen Prinzipien widerspricht. Ließe man den Gedanken einer übertragbaren „Energie“ so stehen, würden Grundsätze der Vernunft und Wissenschaft verletzt. Und es bliebe immer noch ungeklärt, wie auf diese Weise eine Heilung geschehen soll.

Was also ist geschehen? Frau M. bekam zunächst einmal Zeit, sich mit ihren ganzen Sorgen und ihrem individuellen Empfinden zu öffnen. Ich habe mir die Zeit genommen, sie ausreden zu lassen, bis wir auf ein für sie selbst als stimmig und sinnvoll wirkendes Prinzip kamen: „Immer fühle ich mich so steif und eingesperrt und möchte doch frei sein und mich bewegen können.“ Dieser Zusammenhang schien ihr etwas über sich selbst zu erklären, das ihr bis dahin nicht bewusst war. Sie schien dadurch eine unmittelbare Erleichterung zu verspüren. Allem Anschein nach hatten meine Zeit, meine Offenheit und nicht zuletzt mein gezieltes Nachfragen an bestimmten Punkten, entsprechend der homöopathischen Methode, sie emotional erreicht.

Damit war es Frau M. gelungen, etwas über sich selbst herauszufinden. Weit weg von dem reinen Symptom Rückenschmerz gewann sie eine Selbsterkenntnis, die ihre Vorstellungswelt betraf. Diese Selbsterkenntnis erlebte sie als unmittelbare Entspannung auch im körperlichen Bereich. Die Patientin führte die körperliche Besserung automatisch auf die Globuli zurück. Dies schien sich auch bei erneuter Einnahme wiederholen zu lassen. Sie konnte etwas tun und war ihren Schmerzen nicht länger „ausgeliefert“. Auch schien die Erkenntnis, die sie im Gespräch mit mir gehabt hatte, sie zu befähigen, eine situationsgerechte Lebensveränderung einzuleiten, wodurch sie ihren Gesamtstresslevel als vermindert empfand.

Während der normalmedizinische Zugang hier wohl die Verschreibung eines Schmerz-Medikamentes gewesen wäre, bemüht sich die Homöopathie um einen weitergreifenden Zugang:

- Zeit für den Patienten
- Offenheit und Verständnis (selbst für Ungewöhnliches und „Eigenheitliches“)
- Die Möglichkeit, körperliche, emotionale und geistige Dinge auszudrücken und sie in einen Zusammenhang zu bringen (ganzheitlich)
- Individuelles Herangehen (nicht irgendwelche Schmerzen, sondern *meine* Schmerzen)
- Selbstwahrnehmung und Selbsterkenntnis verbessern und situationsgerechte Lebensveränderungen einleiten
- Medikamente mit einem hohen Placebo-Effekt (der offenbar umso größer ist, je auffälliger die Form und je größer die Anzahl der zu nehmenden Medikamente ist (Buckalew u. Coffield 1982)).

Es fragt sich natürlich, ob man für alle diese Faktoren nun gerade die Homöopathie braucht. Tut es nicht ein einfühlsames und ruhiges Gespräch mit einem normalen Arzt auch? Mit etwas gesundem Menschenverstand? Sicher! Nur leider lässt die moderne Medizinstruktur kaum einem Arzt eine solche Möglichkeit. Und gerade viele Männer tun sich sehr schwer, sich wegen vorwiegend körperlicher Symptome zu einem „Psycho-Doc“ zu begeben, um dort über größere, individuellere Zusammenhänge zu sprechen. Die Homöopathie ermöglicht also im besten Fall das, wonach sich viele Patienten sehnen: eine individuelle, empathische Beratung mit dem Ziel, den Patienten als ganzen Menschen zu sehen, ohne diesem einen „Psycho-Stempel“ aufzudrücken oder ihm ein unnötiges Medikament zu geben, nur um etwas getan zu haben.

Vielleicht war das die große Leistung Hahnemanns, der mit der Homöopathie begann. Denn auch zu seiner Zeit war es durchaus nicht üblich, solcherlei Medizin zu betreiben. Bedenken Sie, dass die ersten Patienten, mit denen Hahnemann seine Theorie bestätigt glaubte, über Wochen bis Monate hinweg täglich lange Gespräche mit ihm führten. Und er ließ die damals üblichen Behandlungsmethoden wie Aderlass weg. Wer weiß, ob nicht das Gespräch und das Vermeiden einer Schwächung ausreichten, um den Patienten gesund zu machen. Eine „Energie“ in den gegebenen Globuli wäre dann gar nicht nötig – damals wie heute. Somit könnte man sagen, dass die Homöopathie eine Methode ist, mit der man in Ruhe Gespräche führt, die es dem Patienten und seinem Körper ermöglichen, etwas für sich selbst zu tun. Die Globuli sehe ich dabei als Placebos, aber auch als Träger einer individuellen Autosuggestion, die ich ausführlich erklären werde.

Wie tut die Homöopathie das nun aber genau? Gibt es Unterschiede zu einem normalen Gespräch und zur Psychotherapie – und zu einem normalen Placebo-Effekt? Warum und unter welchen Umständen könnte die homöopathische Medizin wirkungsvoll sein, auch wenn ihre Medikamente wirkstofffrei und energielos sind? Und wie passen solche Überlegungen in die Medizin, deren Grundlage die Naturwissenschaft ist und nicht etwa übersinnliche Betrachtungen?

## Literatur

- Buckalew L, Coffield KE (1982) An investigation of drug expectancy as a function of capsule color and size and preparation form. *Journal of Clinical Psychopharmacology*, 1982, 245–248
- Hahnemann S (2005) *Organon der Heilkunst*. 6. Aufl. Marix, Wiesbaden (faksimilierte Erstausgabe von 1810 online unter [http://www.deutschestextarchiv.de/book/view/hahnemann\\_organon\\_1810?p=1](http://www.deutschestextarchiv.de/book/view/hahnemann_organon_1810?p=1). Zugegriffen: 6. Oktober 2014)
- Kahneman D (2012) *Schnelles Denken, langsames Denken*. Siedler, München
- Sankaran R (2005) *Die Empfindung. Verfeinerung der Methode*. Homoeopathic Medical Publishers, Indien, Mumbai
- Sankaran R (2003) *Einblicke ins Pflanzenreich*, Bd. 1 (Anacardiaceae). Homoeopathic Medical Publishers, Indien, Mumbai

# 2

## Wovon ist die Rede, wenn wir von Homöopathie sprechen?

### Gibt es *die* Homöopathie?

Diese Frage lässt sich leicht beantworten: Nein, *die* Homöopathie gibt es nicht.

Erwähnt man den Begriff Homöopathie, so geht man davon aus, dass jeder weiß, wovon man spricht und was damit gemeint ist. Ein großer Irrtum. Die Homöopathie ist mitnichten ein geschlossenes System oder eine einheitliche Methode, und sie wird darüber hinaus oft mit anderen Methoden der sogenannten alternativen Medizin vermischt oder verwechselt. Deswegen möchte ich in diesem Kapitel zunächst klären, wovon die Rede ist, wenn ich über die Homöopathie spreche.

Von Dr. Samuel Hahnemann etwa im Jahr 1796 begründet, hat sich diese spezielle Heilmethode von Anfang an in verschiedene Richtungen entwickelt. Heute gibt es unter der großen, übergreifenden Bezeichnung Homöopathie in Deutschland und in der Welt viele verschiedene Schulen, Methoden und Teilmethoden sowie viele Trittbrettvarianten und Modeströmungen. Die sogenannte klassische

Homöopathie geht direkt auf Hahnemann zurück, wobei es auch hier verschiedene Varianten gibt; die genuine Homöopathie bezieht sich streng auf Hahnemanns Texte. Andere Formen sind zum Beispiel die Komplexmittel-Homöopathie, die quantenlogische Homöopathie und die psychologische Homöopathie. Daneben gibt es einige der Homöopathie verwandte Heilmethoden, die zumindest ähnlich hergestellte Arzneimittel verwenden (z. B. die anthroposophische Medizin, Schüssler-Salze, Bach-Blüten). Darüber hinaus wird die Homöopathie oft mit anderen alternativen Heilmethoden gemischt: sei es mit tibetischer Massage, Elektroakupunktur, Farb- und Aromatherapie oder Klangschalenthherapie, um nur einige zu nennen.

Noch einmal möchte ich ganz ausdrücklich betonen, dass es *die* Homöopathie nicht gibt. Das macht es so schwer, die Homöopathie zu beurteilen und sich ein klares Bild von ihr zu verschaffen. Es gibt viele verschiedene „Homöopathien“, denen nur wenige Grundsätze gemeinsam sind. Hinzu kommt: Ebenso, wie es nicht *die* Homöopathie gibt, gibt es auch nicht *den* Homöopathen oder *den* Homöopathie-Befürworter. Vom absoluten Hardliner über den zarten Zweifler bis hin zum Skeptiker sind viele Varianten möglich – und auch dadurch unterscheidet sich die Art und Weise, wie Homöopathie gesehen und praktiziert wird. Auch dies wiederum trägt dazu bei, dass es schwer bis unmöglich ist, die Homöopathie umfassend zu beurteilen.

Nach außen wirkt die Homöopathie geschlossener und einheitlicher, als sie es tatsächlich ist. Innerhalb der Homöopathie gibt es große Unterschiede und teilweise sogar gegensätzliche Auffassungen – ob es nun um die Durchfüh-