

Matthias Horx

# Future Health: Das ganzheitliche Gesundheitssystem der Zukunft

Ist unser Gesundheitssystem krank? So hallt es wider in den Warnungen und Mahnungen, den besorgten Kommentaren und apokalyptischen Analysen: *Pflegenotstand, Ärztemangel, Kostenexplosion!* Wie alle zivilisatorischen und natürlichen Systeme derzeit steht das Gesundheitssystem unter dem Verdacht, nicht „nachhaltig“ zu sein, uns „demnächst um die Ohren zu fliegen“. Was ist dran an dieser düsteren Erwartung?

Zunächst steht das Gesundheitssystem für ungeheure Verdienste: Seit Rudolf Virchow, Paul Ehrlich und Robert Koch an der Charité in Berlin vor hundert Jahren die Grundlagen der modernen Medizin entwickelten, seit Einführung einer allgemeinen Krankenversicherung, hat sich das menschliche Leben auf breiter Front verbessert und verlängert. Zivilisation, so kann man es auf den Punkt bringen, beginnt mit der Existenz eines erreichbaren Krankenhauses, mit der Verfügbarkeit von Medikamenten, die Leben retten und verlängern.

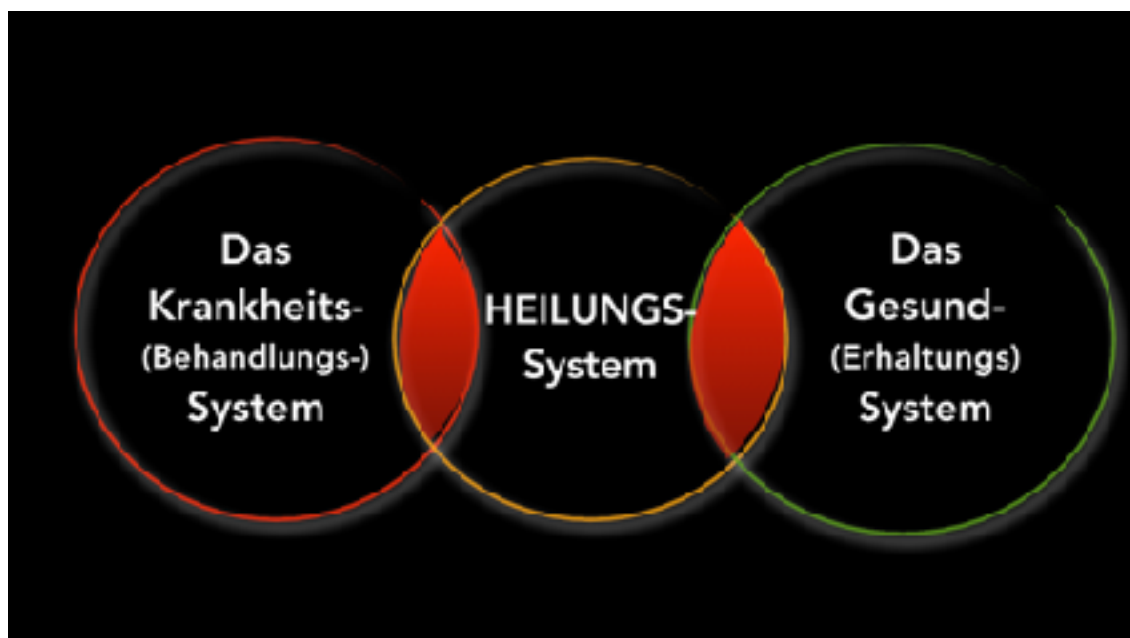
Allerdings steckt im Inneren des Systems ein Paradox, das sich schon im Namen ausdrückt: Das GESUNDHEITSystem ist in Wahrheit ein KRANKHEITSystem. Es sind die Krankheiten, die Schmerzen, die Mängel und Defekte des Körpers oder auch der Seele, die die Investitionsströme lenken. Der hippokratische Eid handelt vom Mindern des Leidens, nicht von der Verbesserung des (gesunden) Lebens. Deshalb richtet sich der Focus des medizinischen Bemühens immer auf BEKÄMPFUNG: der Infektion, der Verletzung, des Tumors, des Übels. Die moderne Medizin übt sich in einer Art Kriegsführung, die in ihrem Kern jedoch längst verloren ist. Denn der Mensch ist mehr als die Summe seine Funktionen.

Diese Reparatur-Logik des Krankheits-System erzeugt eine Dynamik der inneren Zerfaserung und Dissoziation. Immer mehr „Player“ auf dem Spielfeld konkurrieren um immer lukrativere Teil-Ressourcen. Die Pharmaindustrie mit immer neuen chemischen Substanzen, die irgendwann an die Grenzbereiche ihrer Wirkung kommen müssen. Neue Technologien, die einen immer tieferen Einblick in den menschlichen Körper ermöglichen - ohne das daraus immer Lebens-Vorteile entstehen. Medizinische Spezialisten, die jede Lücke menschlichen Leidens oder auch Unwohlseins erschließen und professionalisieren. Der schulische Zappelphilipp heißt heute ADHD-Patient und ist in hohem Grade behandlungsbedürftig. Der Mangel von Sex im Alter ist ein gigantisches Geschäft - aber ist er wirklich ein Mangel? Sind viele Zivilisations-Krankheiten womöglich sogar das RESULTAT über-funktionaler Logik, die das erst hervorrufen, was sie zu bekämpfen glauben (man denke an Allergien als Resultat von Über-Hygiene)? Das Resultat dieser „diametralen Eskalation“ kann man in den USA besichtigen, wo die höchsten Gesundheitsausgaben zu den

schlechtesten Ergebnissen führen. Amerika gibt inzwischen fast 20 Prozent des BSP für „Gesundheit“ aus - und die Lebenserwartung sinkt.

### **Gesundheit als dreidimensionales System**

Was ist eigentlich Heilung - und warum heißen Krankenhäuser nicht Heilungshäuser? Wer sich mit dieser Frage etwas näher beschäftigt, kommt irgendwann zum Kern des Problems. Ebenso wenig wie Gesundheit sich in der Funktionsfähigkeit des Menschen beschreiben lässt, wird Heilung durch Medikamente, Operationen oder den Arzt „ausgeübt“. Heilung ist ein komplexer seelisch-körperlicher Prozess, bei dem es vor allem um KONTEXTE und BEZIEHUNGEN geht. Traditionelle Medizinformen wie die TCM wissen dies schon seit Jahrtausenden - und erleben deshalb eine Renaissance im modernen Umfeld.



Wenn wir die „Zukunft der Gesundheit“ betrachten wollen, haben wir es eigentlich mit DREI Systemen zu tun:

- **Das „Reparatur“-System:** Hier steht in Zukunft eine evidenzbasierte Medizin im Vordergrund, die die einzelnen Funktionen des Gesundheitssystems besser vernetzt und koordiniert. Technologie, etwa die Künstliche Intelligenz, kann dabei helfen, aber nicht alle lösen. Wenn wir „intelligente“ Pflegeroboter in Pflegehäuser schicken oder Ärzte durch Bildschirme ersetzen, würde das auch ein gutes Stück das Ende der Menschlichkeit bedeuten. Gesünder würde dadurch niemand.

- **Das Gesundheitssystem:** Im Grunde ist das, was uns gesund hält, nichts andere als die Gesellschaft selbst - unsere unmittelbaren Lebensumstände, unsere Bindungen und Beziehungen, zur menschlichen wie zur natürlichen Welt. Das größte gesundheitliche Risiko ist heute die Einsamkeit, die seelische Isolation, die viele Menschen in einer industriellen und inzwischen medial übervernetzten Massengesellschaft erfahren. Die Ergebnisse der systemischen Gesundheitsforschung zeigen, dass das, was uns vital, resilient und eben „gesund“ hält, vor allem in der Vielfalt und Komplexität unserer authentischen Sozialbeziehungen liegt. Der Mensch ist ein tribales Familienwesen, das Naturbezug und positive Spiegelung durch Andere braucht. Unsere Umwelt, unsere Städte, unsere Arbeitswelt in diesem Sinne umzubauen, das ist das eigentliche „Gesundheitssystem“ der Zukunft.

- **Das Heilungs-System:** Heilung entsteht in Transitionen von Krankheits- zu neuen Vitalzuständen. Also dann, wenn Be-Handlung aufhört und der Patient aufhört, Patient zu sein. Wenn Krankheit „gelesen“ wurde. Denn Krankheiten sind oft auch ZEICHEN, Herausforderungen, die das Leben an uns stellt. Sie müssen nicht immer zu Verlusten führen. Wer wirklich eine Krankheit heilt, verändert sich selbst IN und MIT der Umwelt, erfährt

Wandlung, Veränderung, Transformation. Wer in eine krankmachende Umgebung zurückkehrt, heilt seine Krankheit nicht. Deshalb ist „Rehabilitation“ nicht einfach nur eine Rückkehr zum vorherigen Zustand - nur auf einem meist niedrigeren Niveau. Sondern Veränderung des Lebens in Richtung auf neue Integration. Heilung ist immer auch Ent-Scheidung. In Großbritannien gibt es heute schon Krebs-Rehabilitationseinrichtungen, die wie Designhotels aussehen und das Leben in neuer Kraft ermöglichen (Maggie´s Cancer Caring Centers).



Die ganzheitliche Medizin der Zukunft entsteht also in der SYNCHRONISATION - also der „Miteinander- in-Beziehung-Setzung“ dieser drei Sphären. Ist das alles nicht hoffnungslos utopisch, idealistisch gedacht? Nein, es ergibt sich aus der Komplexitätsentwicklung unserer Welt. Und wir stehen längst nicht am Punkt Null. In der Psychologie hat schon vor 20 Jahren ein Paradigmenwechsel begonnen, als der amerikanische Psychologe Martin Seligmann die „Positive Psychologie“ begründete und damit dem Paradigma

widersprach, dass Heilkunst sich nur auf das Defizit konzentrieren darf. Seitdem hat sich eine breite Gesundheitsforschung entwickelt, die den Menschen nicht nur als defizitäres Wesen, sondern in seinen POTENTIALEN betrachtet. Die Glücksforschung, die heute in manchen Ländern sogar die Politik steuert, die vielen systemischen Therapie-Angebote - all das sind hoffnungsvolle Anzeichen eines Paradigmenwechsels in unserem medizinischen Denken und Handeln.

Diese neue, ganzheitliche Gesundheit ist keine Gesundheit der Krankheits-Spezialisten mehr. Sie betrifft unser aller alltägliches Leben. Ernährung spielt eine wichtige Rolle. Unser Verhältnis zur Natur. Bewegung, Sport, Atmen und Schlaf. Die Liebe, der Lebens-Eros. Im Kern geht es um ein neues Menschenbild: Die kommende Wissensgesellschaft braucht mehr SELBSTKUNDE, mehr individuelle Körper-Seele-Kompetenz, mehr seelische Dynamik im Arzt-Patienten-Verhältnis. Vor allem brauchen wir eine Gesundheits-Ökonomie, die tatsächlich Steuerungseffekte in Richtung Heilung und Vermeidung hat. Das ist vielleicht das Schwierigste: den gierigen Drachen der medizinischen Ökonomie zu besänftigen. Nicht, indem man ihn erschlägt, sondern indem man ihn sanft zähmt durch die fundamentale Vision des gelungenen Lebens.