



Heilung kommt von Innen â?? Mein neues Buch ist da

Description

[Mein neues Buch â??Heilung kommt von Innenâ?? ist soeben im Verlag Droemer-Knaur in MÃ¼nchen erschienen und jetzt im Buchhandel erhÃ¤ltlich](#)

Es ist die Ã¼berarbeitete Version meines 2010 publizierten Buches â??Weg mit den Pillenâ??, dessen Titel damals allerdings etwas missverstÃ¤ndlich war. Dies, und einige andere Dinge, habe ich korrigiert und verbessert, einiges aktualisiert und Elemente wieder eingebaut, die damals keinen Platz hatten.

Eine erste Besprechung findet sich im Kolibri-Magazin hier: <http://kolibri-mag.de/heilung-von-innen/>

Das wesentliche Argument des Buches: Wir benÃ¶tigen fÃ¼r den Umgang mit unserer Gesundheit neue Denkformen. Die herkömmlich in der Medizin gÃ¤ngige Maschinenmetapher fÃ¼r den Organismus ist sehr nÃ¼tzlich, wenn es um die Behandlung akuter StÃ¶rungen geht. Sie ist weniger hilfreich, wenn es um die Behandlung chronischer Krankheiten geht und sie ist praktisch sinnlos, wenn es um Eigeninitiative, Eigenverantwortung und PrÃ¤vention, oder besser gesagt um ein gutes Leben ohne Medikalisierung geht. Eine wissenschaftliche Argumentation zu diesem Thema habe ich vor Kurzem zusammen mit dem englischen Philosophen Michael Loughlin in â??Philosophy, Ethics, and Humanities in Medicineâ?? publiziert; [sie ist online verfÃ¼gbar](#).

Wir tun uns einen Gefallen, wenn wir den Organismus nicht als Maschine, sondern als ein intelligentes, sich selbst organisierendes System sehen, das alle Bedingungen zu seinem Wachsen und Gedeihen selbst erzeugt und daher auch eigentlich nichts anderes braucht, als darin unterstÃ¼tzt zu werden. Aus dieser Perspektive heraus diskutiere ich verschiedene therapeutische Optionen, den Placebo-Effekt, die MÃ¶glichkeit, Ã¼ber Meditation und Kultur des Bewusstseins, sowie Ã¼ber die ErnÃ¶hrung Verantwortung fÃ¼r seine eigene Gesundheit zu Ã¼bernehmen.

Wichtig hierbei: Verantwortung heiÃ?t nicht Schuld. Man kann Verantwortung fÃ¼r sich und seine Gesundheit Ã¼bernehmen, auch wenn man an seiner Krankheit, seinen Genen, seinem Gewordensein keine â??Schuldâ?? hat. Und wer Verantwortung Ã¼bernimmt, sagt damit nicht, er oder sie sei selber schuld am Malheur.

Ausserdem skizziere ich am Ende einen neuartigen Zweig des Gesundheitswesens, einen vierten Sektor sozusagen, in dem es weniger um Behandlung, als um Lebensbegleitung und Gesundbleiben geht. Möglicherweise brauchen wir eine neue Art von Gesundheitsspezialisten, irgendetwas zwischen Psychologen und Ärzten. Leute, die sich ausreichend gut mit Physiologie und Krankheit auskennen aber mehr von Psychologie verstehen als durchschnittliche Ärzte und die daher sowohl chronisch kranke Menschen, als auch solche, die es nicht werden wollen, mit kompetenten Ratschlägen durchs Leben begleiten. Früher hat das der Hausarzt gemacht. Heute, in Zeiten von DRGs und anderen Zwängen gibt es dafür kaum mehr Raum und Zeit. Vielleicht brauchen wir daher eine neue Vision für unser Gesundheitssystem? Ich habe eine solche skizziert.

Ich freue mich über Rezensionen und Weiterleiten. Danke fürs Weitersagen.

Date Created

09.11.2018