

„Bisschen Nackenschmerzen hat doch jeder... „

Nachdem ein Patient geschildert hat, welche Schmerzen er von mir behandelt haben will, frage ich immer, welche Beschwerden er auch noch evtl. hat, oder mit welchen anderen Beschwerden er vielleicht schon lange lebt. Dann kommt oft die Antwort: „naja, bisschen Nackenschmerzen habe ich natürlich seit vielen Jahren, aber das hat doch fast jeder“. Oder: „immer wieder Magenschmerzen nach dem Essen, und das seit Jahren, aber wer hat das nicht?“

Dazu antworte ich: dass sehr viele in der Bevölkerung ein gewisses Symptom haben heißt nicht, dass es bedeutungslos oder harmlos ist. Ein sehr großer Anteil unserer Bevölkerung hat Bluthochdruck, oder Schlafstörungen oder Reizdarm oder schmerzhaft Füße. Auch wenn viele mit diesen Beschwerden leben, wird nicht nur die eigene Lebensqualität dadurch gemindert. Sie können zu gravierenden anderen Erkrankungen werden und sogar die Lebens*quantität*, also die Anzahl Lebensjahre verkürzen.

Ich selbst bin kurzsichtig. Sollte ich deswegen sagen: kurzsichtig sind doch ganz viele?! Nein, man kann und man muss dagegen was tun. In diesem Fall: eine Brille bekommen.

Die gute Nachricht: Unser Körper bekommt tagtäglich Störungen, Krankheitserreger, oder muss mit unseren weniger gesundheitsbewussten Handlungen klar kommen. Selbst Krebszellen muss der Körper ständig abwehren. Und das klappt auch praktisch immer.

Wenn aber eine Beschwerde immer wieder oder sogar ununterbrochen Wochen, Monate oder Jahre besteht, dann schafft der Körper offensichtlich nicht dieses Problem zu lösen. Und dann kommt meine Warnung: Es ist recht wahrscheinlich, dass aus diesem noch nicht so schlimmen Leiden eine ernsthafte, mit der Zeit sogar lebensverkürzende Erkrankung entsteht.

Also: auch kleinere Beschwerden, die hartnäckig bleiben bitte nicht kleinreden, sondern das Problem lösen. Und das geht ja oft, solange die Beschwerden noch klein sind. Vielleicht in meiner Praxis!

P. S. Wenn jemand zu mir wegen z. B. akutem Tennisarm seit 4 Wochen kommt und nach meiner obligaten Zusatzfrage antwortet, dass er seit Jahren Verstopfung hat, „aber wer hat das nicht“, dann werde ich sowohl Arm als auch Bauch behandeln. Der Arm wird schneller gesund werden, der Bauch braucht meistens noch ein paar Sitzungen. Aber das Lösen des länger bestehenden Problems wird dem Patienten anhaltender und gründlicher helfen.