

BIGtalk: Fragen Sie weder Arzt noch Apotheker

Sie haben eine Arthrose im Knie? Dann wäre eine Arthroskopie etwas Feines. „Der Knorpel wird geglättet und danach haben Sie einen Knorpel wie ein Baby!“ Dr. Ragnhild Schweitzer und ihr Mann Jan – beide im Arztkittel mit Stethoskop – priesen am Donnerstag (22.02.) zum Einstieg in den 7. BIGtalk beliebte Behandlungsmethoden an. Auch die Magnetresonanztomographie (MRT) bei Rückenschmerzen oder der vaginale Ultraschall zur Erkennung von Eierstockkrebs gehörten dazu. Doch die Schweitzers führten die Besucher letztlich aufs Glatteis. „Keine der Maßnahmen haben einen eindeutig belegbaren Nutzen“, klärten sie die rund 230 Besuchern in der BIG direkt gesund auf. Der Abend war ein Appell für den mündigen Patienten, der nicht alles mit sich machen lässt, sondern kritisch nachhakt.

Die Schweitzers sind ausgebildete Mediziner und Autoren des Spiegel-Bestsellers „Fragen Sie weder Arzt noch Apotheker - Warum Abwarten oft die beste Medizin ist“. Die Eheleute, die heute als Wissenschaftsjournalisten bei der ZEIT arbeiten, appellierten an die Zuhörer, ihrem Körper Zeit zu geben, sich zu regenerieren. So verschwänden Rückenschmerzen bei bis zu 90 Prozent der Betroffenen innerhalb von sechs Wochen. „Weniger ist oft mehr in der Medizin. Unser Körper kann vieles selbst in den Griff bekommen“, so Dr. Ragnhild Schweitzer.

Bei Erkältung hilft meist kein Antibiotikum

Die beiden Referenten zeigten im Rollenspiel, wie ein Arzt-Patienten-Gespräch im schlechten und im besten Fall ablaufen kann. Die Patientin hat also eine Erkältung, der Hals schmerzt, der Kopf ebenfalls, Fieber hat sie nicht, dafür wichtige Termine. Der Arzt empfiehlt ihr ein Antibiotikum, „damit die Erkältung nicht schlimmer wird“. Die Patientin stimmt zu. Doch genau so sollte es nicht ablaufen. „Eine Erkältung wird meistens durch Viren hervorgerufen und dagegen hilft kein Antibiotikum. Davon haben Sie nichts außer der Nebenwirkungen“, so Jan Schweitzer. Daher empfahlen die Schweitzers gezielte Nachfragen beim Arzt: Brauche ich die Behandlung wirklich? Was sind die Risiken? Was sind die Nebenwirkungen? Was würden Sie an meiner Stelle tun? Im Fall der Erkältung hieße das: ins Bett legen, kein Antibiotikum, dafür ein Nasenspray, Aspirin oder Ibuprofen gegen die Kopfschmerzen und gegen Halsschmerzen Bonbons.

Patient fehlt die Fachkenntnis

Aus der Praxis eines Hausarztes berichtete Dr. Prosper Rodewyk, auch Bezirksstellenleiter der Kassenärztlichen Vereinigung Westfalen-Lippe für den Großraum Dortmund. Er stimmte zu, dass Abwarten oftmals tatsächlich die beste Medizin sein könnte. Aber eben nicht immer: Der Patient habe nicht die Fachkenntnis, wann doch eine Behandlung nötig sei, diese Fachkenntnis ließe sich auch nicht ergoogeln. Darum sei ein Besuch beim Hausarzt sinnvoll, denn der erkennt: „Das ist der Punkt, wo du was machen musst.“ Blut im Stuhl oder Urin, Lähmungserscheinungen, Hautveränderungen – das seien deutliche Warnsignale und der Weg zum Arzt Pflicht. Einig waren sich alle, dass die Darmspiegelung zur Darmkrebsfrüherkennung unbedingt empfehlenswert ist.

Im Zweifel Zweitmeinung einholen

Die Menschen in Deutschland seien tatsächlich eher übertversorgt, sagte Markus Bäumer, stellvertretender Vorstandsvorsitzender der BIG. So werde im europäischen Vergleich in Deutschland zu viel operiert. Bäumer empfahl Patienten die Möglichkeit, eine Zweitmeinung einzuholen. Die BIG übernimmt hierfür die Kosten.

Dr. Prosper Rodewyk entließ die Besucher mit einem Rat: „Suchen Sie den Hausarzt Ihres Vertrauens!“