

mit Gerd Nagel sprach
Andrea Hilber Thelen

Gerd Nagel prägte den Begriff Patientenkompetenz. Der international bekannte Krebspezialist ist überzeugt, dass Patienten bessere Heilungschancen haben, wenn sie ihre eignen Ressourcen kennen und aktivieren können. Der Patient sei ein Co-Doktor, er wisse am besten, was für ihn gut sei. Zum ersten Mal in der Krebsgeschichte wird Nagel mit einer gross angelegten Studie beweisen, dass eine positive innere Haltung des Patienten massgeblich zur Genesung beitragen kann. Der Zürcher Professor für Onkologie wurde in der Vergangenheit immer wieder für seine Verdienste in der Medizin und der Krebsforschung mit Auszeichnungen geehrt unter anderem 2005 mit dem Bundesverdienstkreuz am Bande.

Herr Nagel, was versteht man unter Patientenkompetenz?

GERD NAGEL: Sie kennen vielleicht den Begriff Vitalkompetenz, also die Lebensfähigkeit. Die Patientenkompetenz ist nichts anderes, als die Fähigkeit unter der Bedingung einer neuen Situation, verursacht durch eine Krankheit, wieder normal leben zu können. Dabei definiert der Patient, was seine persönliche Normalität ist.

Woher stammt der Begriff?

Es ist ein Begriff, den Frauen mit Brustkrebs geprägt haben. Den Begriff habe ich erstmals im Jahr 2008 gehört. Da lag eine sehr junge Krebspatientin bei uns im Spital. An ihrer Tür hing ein Zettel mit der Aufschrift «Nicht stören». Ich dachte, das geht mich als Chefarzt nichts an und bin ins Zimmer getreten. Ich war allerdings nach wenigen Sekunden wieder draussen. Die junge Dame im Bett wies mich auf den Zettel an der Tür hin, sie hätte eben Physiotherapie gehabt und brauche jetzt ihre Ruhe. Sie sei eine kompetente Patientin und sie könne in ihrer eigenen Angelegenheit selber entscheiden, was ihr jetzt gut tue. Das war ein Schlüsselerlebnis. Ich nahm den Begriff auf und lancierte ihn.

Der Begriff und die Bedeutung der Patientenkompetenz stammt also von Ihnen und ist nicht etwa wie üblich eine Erfindung der Amerikaner?

Die Amerikaner sprechen eher von einem «Expert Patient», also einen Patienten der Experte in eigener Sache ist. Den Begriff Patientenkompetenz habe ich sehr stark mitgeprägt. Aber original stammt er nicht aus meinem Hirn, sondern eben von der besagten Patientin.

Die Patientenkompetenz wurde seither zu einer Art Bewegung?

Ja, das könnte man sagen. In der Forschung und in der Medizin kümmert man sich nicht mehr nur um die Krankheit, sondern vermehrt auch um die subjektive Einstellung des Patienten.

Wo liegt der Nutzen dabei?

Ich gebe Ihnen ein Beispiel: die Kariesprophylaxe bei Kindern. Kinder werden geschult, wie man die Zähne richtig putzt und wie man mit Süssigkeiten umgehen soll, damit man möglichst lange gesunde Zähne hat. Das ist die Einbindung des Patienten in die Mitverantwortung über seine Gesundheit oder Genesung. Dass man den Patienten zur Mitverantwortung bei der Krankheitsbewältigung bewegt, ist ein altes Prinzip. Aber in der Krebsmedizin spielt dieser Aspekt, zumindest bei den Spezialisten und in den Kliniken, kaum eine Rolle. Wenn ein Krebspatient den Doktor fragt, was er selber zur Gene-

Kreativ gegen Krebs: Gerd Nagel weiss, dass eine positive Lebenseinstellung zur Heilung beiträgt. Ein neues Ich hat sich die Amerikanerin Inga Duncan Thornell mit einem Brusttattoo verschafft, nachdem sie sich aus Angst vor Brustkrebs beide Brüste entfernen liess. Das Foto ihres um die Welt und löste unter betroffenen Frauen eine Welle der Begeisterung aus. Pressebild



«Jeder hat in sich Ressourcen zur Krisenbewältigung»

Der Zürcher Krebspezialist Gerd Nagel leistet Pionierarbeit in der Krebsforschung und der Medizin. Er ist überzeugt, dass der Patient selber sehr viel zu seiner Heilung beitragen kann, wenn er weiss wie.

sung beitragen könnte, dann ist die Standardantwort auch heute noch, «Sie können gar nichts machen, leben sie so weiter wie vorher.» Das ist meiner Meinung nach eine respektlose Haltung, weil sie sich über das Denken des Patienten hinwegsetzt. Normalerweise denkt der Patient, weil er so und so gelebt hat, wurde er krank. Wenn ihm jetzt der Arzt sagt, er solle so weiter leben wie vorher, denkt der Patient, aber wenn ich wieder so lebe wie vorher, muss doch die Krankheit wieder kommen. Es geht hier nicht darum, ob der Patient mit seinem Denken recht hat oder nicht – es geht um das Respektieren der Patientenautonomie.

Was braucht es, um ein kompetenter Patient zu sein?

Patientenkompetenz braucht die Überzeugung, neben der Medizin auch über eigene Ressourcen der Krankheitsbewältigung zu verfügen. Viele Menschen haben aber heute kein Ressourcenbewusstsein mehr, sie haben verlernt, mit Krisen umzugehen. Jeder Mensch kommt früher oder später in

die eine oder andere Lebenskrise – das ist völlig normal. Normal ist aber auch, dass jeder Mensch in sich die Ressourcen zur Krisenbewältigung hat. Er muss diese Ressourcen nur erkennen, stärken und richtig einsetzen lernen.

Kommt der Patient nicht in Konflikt mit dem Mediziner, wenn er plötzlich beginnt, Fragen zu stellen und hinterfragt?



«Heilung ist kein Zustand. Heilung ist ein Prozess.»

Gerd Nagel
Krebspezialist

Ich denke, dass die jüngere Ärztegeneration und der erfahrene Praktiker heute mit dem kompetenten Patienten weniger Mühe haben als Mediziner meiner Generation, die ihre Wurzeln noch im patriarchalischen Medizinsystem haben.

Wie wichtig ist die innere Haltung für einen Heilungsprozess?

In der Krebsmedizin ist diese Frage noch so gut wie gar nicht erforscht. Aber man weiss, dass eine negative Grundeinstellung auch Krankheitsverläufe negativ beeinflusst. Dies kann auch am Beispiel der Verträglichkeit der Chemotherapie gezeigt werden. Negativ programmierte Patienten neigen eher zu Komplikationen und nehmen Beschwerden, wie etwa Schmerzen, viel intensiver wahr, als Patienten, die kritische Ereignisse konstruktiv angehen.

Wer Krebs hat, darf sich also nicht aufgeben?

Eine Krebsdiagnose ist eine Aufforderung, sich in die eigenen Angelegenhei-

ten einzumischen und nicht zu resignieren. Diese Umpolung der inneren Haltung von einer negativ gesteuerten Haltung zu einer positiven ist ein entscheidender Schritt, den kompetente Patienten gehen. Diese Umpolung – im Englischen Reframing, also einen neuen Rahmen des Denkens geben – ist meines Erachtens etwas vom Wichtigsten in der Kompetenzberatung.

«Glaube und Vertrauen sind starke Ressourcen für einen positiven Krankheitsverlauf.»

Alles ist machbar, wenn ich nur richtig daran glaube?

Der Glaube ist sicherlich eine der stärksten Ressourcen überhaupt. Der Glaube und das Vertrauen in die eigenen Kompetenzen. Nach meiner Erfahrung haben Leute mit starker Gottbezogenheit ein Vertrauensfundament, was sich sicherlich wiederum positiv auf einen Krankheitsverlauf auswirkt.

Ist die Patientenkompetenz auch für Ärzte gedacht?

Ja natürlich. Ein guter Doktor informiert nicht nur über Medikamente und Therapien, sondern stellt auch Fragen wie und ob man selber noch etwas für sich tun möchte. Solche Gespräche gehören eigentlich dazu. Aber in der Praxis haben sie wenig Platz, weil ein solches Kompetenzgespräch viel Zeit braucht. Im Kompetenzgespräch sagt nicht der Arzt dem Patienten, was für ihn gut ist. Viel mehr leitet er den Patienten an, dies selbst herauszufinden. Das erfordert eine spezielle Gesprächstechnik, die Mediziner normalerweise nicht beherrschen. Das Gebiet der Patientenkompetenz-Beratung wird noch sehr stiefmütterlich behandelt, aber ich bin überzeugt, dass es ein Bereich mit grosser Zukunft ist.

Sie sagten einmal, dass unsere Gesellschaft sehr heilungsfixiert ist. Was meinen Sie damit?

Ärzte sagen oft solche Dinge wie, «Ihre statistische Heilungschancen liegen bei 60 Prozent.» Solche Aussagen sind obsolet. Statistiken gelten nicht für den Einzelfall. Da gibt es nur Heilung oder keine Heilung. Eine Frau kann auch nicht 60 Prozent schwanger sein. Entweder ist sie es oder eben nicht. Ein Patient kann viel besser mit dem Begriff Heilung umgehen, wenn man ihm erklärt, dass Heilung ein Prozess ist, in den er sich gestaltend mit einbringen kann.

Was versteht man eigentlich unter Heilung?

Heilung ist nicht nur die Herstellung eines Zustandes, in dem alles wieder so ist wie vor der Erkrankung. Nehmen wir das Beispiel Diabetes. Heute leben die meisten Diabetiker normal lang und normal gut, – aber geheilt sind sie nicht! Die Diabetes Patienten sind wie in einem andauernden Prozess der Heilung. Und solch eine Heilung als chronischer Prozess ist auch ein ganz wichtiges Ziel in der heutigen Krebsmedizin. Der Krebs muss nicht unbedingt eliminiert sein, vielmehr versuchen wir den Patienten in einen Prozess zu führen, der zu einem positiven Verlauf und wenn möglich zu einer Heilung der Krankheit beiträgt.

Mehr Informationen über die Patientenkompetenz und wer sie vermittelt unter: www.patientenkompetenz.ch