

Zur Homöopathie

Eine persönliche Stellungnahme

Jetzt betreibe ich also **seit 1987** eine Praxis, in der ich nahezu ausschließlich die Homöopathie als Therapie einsetze. Anfängliche Schwierigkeiten und Misserfolge konnten durch eine Verfeinerung der Methode so deutlich behoben werden, dass ich mit den Ergebnissen, die sich unter homöopathischer Behandlung zeigen, heute zufrieden bin.

Seit ein paar Jahren mehren sich **kritische Stimmen** zur Homöopathie. Die gab es schon immer, aber in letzter Zeit fällt auf, dass auch die Massenmedien nicht mehr unvoreingenommen berichten und auf Informationsplattformen, wie beispielsweise wikipedia¹, sogar eindeutig falsche Aussagen zur Homöopathie verbreitet werden, offenbar ohne die Möglichkeit, diese zu korrigieren.²

Nach meiner Einschätzung krankt die **Diskussion um die Homöopathie** vor allem daran, dass schon das, was unter "Homöopathie" verstanden wird, so verschieden ist. Das wiederum betrifft nicht nur Missverständnisse von Seiten der Kritiker, sondern zeigt sich auch in den Reihen der Homöopathen und ihrer Anhänger.

So ergibt sich die **mir persönlich** unangenehme Situation, dass die Kritik bei objektiver Betrachtung nicht in allen Teilen Unrecht hat und die Anhänger der Homöopathie mit zum Teil habenhüchlenen Argumenten *für* diese Heilmethode eintreten, wobei die guten Argumente, die die Homöopathen sehr wohl haben, unterzugehen drohen.

Wenn ich also **meinen Standpunkt** zum Thema darstelle, dann weiß ich sehr wohl, dass nicht alle meine Kolleginnen und Kollegen diesen teilen. Das hier nun Folgende ist mithin meine ganz persönliche Einschätzung.³ Nun, also:

Es ist **nicht** so, dass **jedem Kranken** homöopathisch geholfen werden kann. Man kann auch nicht für eine bestimmte Krankheit sagen, dass sie unter homöopathischer Behandlung sicher zu heilen ist. Wenn mich jemand fragt, ob ich denn Erfahrung habe mit der Behandlung von - sagen wir mal - Neurodermitis, dann kann ich das bejahen. Und wenn er dann fragt, ob man das denn auch heilen könne ... was soll man da sagen? Ich habe tatsächlich schon mehrfach gesehen, dass eine Neurodermitis komplett und dauerhaft unter alleiniger homöopathischer Behandlung ausgeheilt ist. Aber ich habe auch Patienten erlebt, bei denen keine Verbesserung zu erzielen war. Und es gibt Teilerfolge, die zwischen diesen beiden Polen liegen.

Es klingt oft so schön von den Vertretern der Homöopathie: man wählt das passende Arzneimittel aus (am besten das ominöse "Simillimum") und die Krankheit verschwindet einfach, kommt nicht wieder und hinterlässt nichts als pure Gesundheit, wenn nicht gar einen glücklicheren, reiferen, besseren Menschen.⁴

Das aber ist nicht die Wirklichkeit ... nach mehr als dreißig Jahren Praxis kann ich das mit Gewissheit sagen. In der **Realität** sieht es vielmehr so aus:

Wenn man entschieden hat, einen Krankheitsfall homöopathisch zu behandeln - ob ausschließlich oder begleitend zu einer anderen Therapiemethode - stellt sich dem Homöopathen im Rahmen der "Fallanalyse" die Aufgabe, sich für **eine Arznei** zu entscheiden, mit der die Behandlung begonnen werden soll.⁵

¹ <https://de.wikipedia.org/wiki/Hom%C3%B6opathie> (Abruf 12.07.2018)

² <https://www.homoeopathie-online.info/edit-wars-wikipedia-jesus-und-die-homoeopathie/>

³ Gleichwohl bin ich davon überzeugt, dass es auch Vorstellungen über die Homöopathie gibt, die falsch, irreführend und womöglich sogar gefährlich sind, weil sie der Homöopathie Fähigkeiten unterstellen, die sie nicht hat.

⁴ Von all den unglücklichen bis unheilvollen Verbindungen zur Impffrage, zu Ausleitungen, Miasmen, Eugenik und Esoterik will ich hier gar nicht erst sprechen.

⁵ In der "klassischen" oder "genuinen" (ursprünglichen) Homöopathie verabreicht man i.d.R. so genannte "Einzelmittel" und nicht mehrere Arzneien auf ein Mal oder zusammengemischt. Ein Grund ist, dass die einander ähnlichen Symptome der Arzneien (und das sind ja auch die der Krankheit) dazu führen, dass sich die

Das Ergebnis dieser Analyse ist im besten Fall tatsächlich eine einzige Arznei, die sich als die eindeutig passendste ergibt. Oft aber ist dies nicht sicher zu sagen, immer wieder landen wir bei unseren Analysen bei einer Handvoll Arzneimittel, die wir für den vorliegenden Zustand nicht weiter voneinander unterscheiden können.

Letzten Endes entscheiden dann eher "weiche Zeichen" die Wahl des zuerst verordneten Mittels, und da kann es passieren, dass man das falsche wählt. Mit etwas Glück und Geschick "trifft" man mit der nächsten oder übernächsten Arznei. Dieser Fall ist übrigens gar nicht so selten und jedes Mal ein schöner Hinweis darauf, dass man es dann eher nicht mit einer "Plazebowirkung" zu tun hat. Die gibt es natürlich auch in der Homöopathie, wenngleich wohl kaum häufiger, als in der herkömmlichen Medizin oder Naturheilkunde.⁶

Auch ein gut gewähltes, also deutliche Besserung erzielendes Arzneimittel muss übrigens nicht notwendigerweise zu einer vollständigen Heilung führen. Es gibt Erkrankungen, wie zum Beispiel Arthrosen der Gelenke, aber auch Schuppenflechte (Psoriasis), bei denen man (nach meiner Erfahrung jedenfalls) mit weitgehenden Besserungen absolut zufrieden sein muss - und kann.⁷

Breibt man nun diese "klassische" Homöopathie⁸ ein paar Jahre und mehrten sich die beschriebenen Beobachtungen, so gewinnt man an **Sicherheit**. Man tappt nicht mehr so schnell in die Falle, die eben beschriebenen Plazebowirkungen als echte Besserungen zu missdeuten und wird auch zurückhaltender, weil man die Krankheiten und Zustände erkennt, die keiner Hilfe (auch keiner Homöopathie) bedürfen, um "von selbst" auszuheilen. Man könnte hier zwar einwenden, dass Homöopathie nicht schade und man deshalb doch auch gefahrlos mal was Homöopathisches einnehmen könne. Andererseits gewöhnen sich vor allem Kinder schnell an den Mechanismus, gegen jedes Wehwehchen ein Medikament einzunehmen.⁹ Dieser Entwicklung sollte man keinesfalls Vorschub leisten, auch nicht mit "harmlosen" Arzneien. Nach meiner Erfahrung sind aber auch Erwachsene gut beraten, auf alle Arzneygaben zu verzichten, die nicht notwendig sind. Für meine Person kann ich sagen: je mehr Erfahrung ich in der Praxis bekam, desto seltener verordnete ich homöopathische Arzneimittel.

Und noch etwas lernt man mit der Zeit: man kann eine "homöopathische Praxis" als solche gar nicht betreiben. **Nie ist jemand "nur Homöopath"**. Das für die Auswahl einer Arznei nötige eingehende Anamnesegespräch, bei dem die Patienten zuweilen zum ersten Mal exakt nach ihren Beschwerden gefragt werden, bei dem sie sich mitunter ihren Ängsten und intimsten Nöten stellen und darüber berichten - dieses Gespräch hat therapeutische Wirkung! Nicht selten hört man von einem Patienten, dass er sich schon nach dem Erstgespräch (und vor der Einnahme der Arznei) besser gefühlt habe. Natürlich erschwert das die Beurteilung einer etwaigen arzneilichen Wirkung und in manchen Fällen ist es fast unmöglich, diese sicher festzustellen. Als Homöopath darf man solche Effekte nicht einfach leugnen! Mit der Zeit lernt man aber, sie zu erkennen und entsprechend therapeutisch zu nutzen, denn es ist ja hinsichtlich des Behandlungsziels nichts Verwerfliches, wenn es dem Patienten besser geht. Diese Besserung ist dann aber eben nicht der homöopathischen Arznei zuzuschreiben. Auch deshalb kann es in manchen Fällen hilfreich sein, von der Verordnung einer Arznei (vorerst) abzusehen und abzuwarten.

Nur der Vollständigkeit halber sei an dieser Stelle darauf hingewiesen, dass es immer wieder vorkommt, dass der Homöopath nicht nur kein homöopathisches Mittel verordnet, sondern Patienten auf eine effiziente andere, mitunter auch konventionelle, Therapie hinweist. Es geht selbstverständlich

Arzneien gegenseitig neutralisieren können - ganz im Sinne des Ähnlichkeitsprinzips. Außerdem ist es hilfreich zu wissen, von welcher Arznei eine Veränderung des Zustands des Patienten hervorgerufen wurde, weil das für den weiteren Behandlungsverlauf wichtige Schlüsse zulässt.

⁶ Für die meisten Patienten ist die Homöopathie (leider) nicht die erste therapeutische Intervention, sondern eine Alternative, nachdem sich die Hoffnung auf Hilfe mit anderen Methoden nicht erfüllte. So kann man bei vielen Patienten erkennen, dass ein etwaiger Plazeboeffekt sich bereits bei früheren Therapien "aufgebraucht" hat.

⁷ Ein oft übersehener Vorteil besteht darin, dass der Verbrauch an fakultativ nebenwirkungsreichen und zudem oft sehr kostspieligen Medikamenten sinken kann.

⁸ , die mit Einzelmitteln (statt Komplexen) und i.d.R. höheren Potenzen arbeitet,

⁹ Dass im Falle, dass sich ein Kind auf dem Spielplatz den Kopf anstößt, in der Regel irgendwer Arnica-Globuli zur Hand hat und die "Erstversorgung" anbietet, ist ganz sicher kein wünschenswerter Zustand.

in erster Linie immer um das **Patientenwohl**. Ideologische oder dogmatische Haltungen haben keinen Platz in der (homöopathischen) Praxis.

Noch etwas zum Thema "**Gesundheit**" als Ziel einer Behandlung. Die verbreitete Vorstellung, dass Gesundheit immer auch eine Persönlichkeits- oder spirituelle Entwicklung beinhaltet, ist mir gar nicht unsympathisch. Oft sind Krankheiten ja tatsächlich Resultate einer irgendwie nicht angemessenen Lebensweise und es ist *eine* Sache, diese zu ändern. Eine *andere* aber ist, diese Änderung, die zunächst oft nicht angenehm ist, auch wert zu schätzen und in die eigene Person zu integrieren. Solche Entwicklungen sind im Rahmen einer Therapie grundsätzlich wünschenswert. Aber sind sie auch Bestandteil der homöopathischen Behandlung (und somit der Arznei zuzuschreiben), oder nur mehr Folge eingetretener Genesung? Das ist sicher schwer zu beantworten, aber für die Homöopathie kann ich sagen, dass sie hier eigentlich kleine Brötchen backen sollte. Es geht tatsächlich um nicht mehr und nicht weniger als die "Beseitigung" der Krankheit (der Migräne, der rheumatischen Beschwerden, der Neurodermitis ...), selbstverständlich unter Berücksichtigung des "Milieus", das in manchen Fällen verändert werden muss, um die Genesung zu stabilisieren und Rückfälle zu vermeiden. Wenn sich im Zuge dessen oder im Nachhinein auch eine spirituelle Entwicklung des Menschen ergibt, ist das wunderbar, sie ist aber nicht Voraussetzung für das Eintreten der Genesung, schon gar nicht kann sie für die Wahl einer homöopathischen Arznei herangezogen werden. Ein Kollege drückte das einmal so aus: "Wir wollen aus einem kranken Esel kein Rennpferd machen, sondern einen gesunden Esel."

So sehe ich das mit der Homöopathie. Zu Beginn meiner Praxis war mir Vieles nicht klar. Ich hatte damals von Lehrern und Autoren gelernt, dass die Homöopathie auch für das eigentlich nicht Machbare, für Unheilbares, für Wunder also zuständig sei, dass sie aus dem Patienten einen besseren, glücklicheren Menschen machen könne, der zudem nach erfolgter Heilung auch vor künftiger Erkrankung geschützt sei. Die praktische Erfahrung, aber auch die Beschäftigung mit der so genannten "genuinen" (ursprünglichen) Homöopathie hat mich eines Besseren belehrt. Die Ziele wurden bescheidener - und damit realistisch und erreichbar.

Ganz sicher sind unter all den deutlichen Verbesserungen des Gesundheitszustandes und Heilungen von Krankheiten, die ich erleben durfte, einige dabei, die auch **ohne die Homöopathie** zustande gekommen wären (oder sind). Ich gehe davon aus, dass das in anderen Homöopathiepraxen nicht anders ist. Diese Erkenntnis schützt vor überzogenen Erwartungen an die Homöopathie und vor unrealistischen Einschätzungen hinsichtlich der therapeutischen Möglichkeiten.¹⁰

Ich will die Effizienz der Homöopathie gar nicht in Abrede stellen. Immer wieder (!) erlebt man Effekte, die nahezu unglaublich sind und für die auch ich keine andere Erklärung finde, als dass sie Reaktionen auf eine homöopathische Arznei darstellen. Mindestens genau so beeindruckend sind solche Erfahrungen aber als Beispiele dafür, welche Möglichkeiten im Bereich der Selbstregulation des Menschen liegen. Da passt ganz gut, was der Homöopath Georg H.G. Jahr schon 1854 schrieb: "was da heilt, das ist und bleibt nicht das Mittel, sondern die Natur."¹¹

Aber: Patienten mit akuten Infekten oder Blutergüssen oder ähnlichen, so genannten selbstlimitierenden Krankheiten, stellen nicht die größere Patientenzahl in einer homöopathischen Praxis dar. Es sind - im Gegenteil - überwiegend chronisch Kranke, die bis dato keine Tendenz zur Heilung verspürt, meist aber schon eine ganze Reihe "üblicher" Therapieversuche hinter sich gebracht haben. Signifikante und dauerhafte Besserungen ihrer Beschwerden oder gar deren Heilung sind bislang ausgeblieben, die Hoffnung auf Genesung ist bei Vielen merklich geschwunden. Zeigen sich nun bei dieser Patientengruppe häufig **unerwartete** Besserungen, dann erscheint es abenteuerlich, diese auf alle möglichen (oben erwähnte) Effekte zurückzuführen, gleichzeitig aber einen Zusammenhang mit der homöopathischen Arznei generell auszuschließen.

Den so genannten "**Skeptikern**" sind solche Erfahrungen und Beobachtungen egal.¹²

¹⁰ Diese Überlegung dürfte eigentlich für TherapeutInnen jeder Provenienz zutreffen.

¹¹ GHG Jahr, Leitfaden zur Ausübung der Homöopathie (1854), S.26

¹² Was diesen Leuten fehlt, ist Unvoreingenommenheit. Eigentlich handelt es sich um Fundamentalisten, die einen unverrückbaren Standpunkt dadurch zu verteidigen suchen, dass sie nur die Hinweise beachten, die diesen stützen und alle anderen ignorieren. Diesen Fehler machen Vertreter der Homöopathie jedoch mitunter auch.

Sie bestreiten diese, von uns beobachteten spezifischen Reaktionen auf homöopathische Arzneien. Hier scheint das Ende ihrer - insgesamt aber gar nicht mal schlechten - homöopathischen Expertise zu sein. Sie meinen nun, dass man solche Effekte im **Doppelblindversuch** oder RCT ("randomised controlled trial") nachweisen können müsste, so es sie denn gäbe. In der Tat wurden auch schon solche Versuche gemacht und bei einigen wurde sogar eine individuelle Arzneiwahl ermöglicht. Allerdings hatten die Behandler nicht etwa zwei, drei Versuche, um ein wirksames Medikament zu eruieren. Die aber sind bei einem chronisch kranken Patienten - wie oben beschrieben - nicht selten nötig. Außerdem dürfte die Erfolgsquote bei derartigen Versuchen nicht zuletzt von der angewandten Analysemethode abhängen. Eine geeignete Versuchsanordnung, um die Wirksamkeit potenziierter Arzneien nachzuweisen, ist also gar nicht so leicht zu erstellen.¹³ Der Vollständigkeit halber sei noch darauf hingewiesen, dass eine andere, sehr gängige Versuchsanordnung - die Versorgungs- oder Kohortenstudie - von den Skeptikern nicht akzeptiert wird. Wen wundert's, dass diese Untersuchungen vielfach die Wirksamkeit homöopathischer Behandlungen belegen?

Wenn aber die Effizienz der Homöopathie über den "Standard" der RCTs nicht nachgewiesen werden kann, bleibt die Anerkennung eben aus. Damit müssen wir leben, es sei denn, dass geänderte Parameter als Wirksamkeitsnachweis akzeptiert würden.

In gewisser Weise können wir den "Skeptikern" dankbar sein. Wenn wir uns die Argumente (nicht die Polemik!), die gegen die Homöopathie vorgebracht werden, vorurteilsfrei anschauen und überlegen, an welchen Punkten es auch sinnvoll sein könnte, sein Selbstverständnis in Frage zu stellen, wo vielleicht auch innerhalb der Homöopathie geirrt, wo der Boden empirischer Zuverlässigkeit verlassen und spekulativen Standpunkten allzu viel Raum gegeben wird, kommen wir am Ende gestärkt aus der Krise.

Mülheim an der Ruhr, im Oktober 2018



Stefan Reis

¹³ Wobei ich durchaus konkrete Vorstellungen hätte:
https://www.sunrise-versand.de/media/pdf/09/c1/7f/hk_01_2015_ed_stefanreis.pdf