

## 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 München erschienen und jetzt im Buchhandel erhältlich

Es ist die überarbeitete Version meines 2010 publizierten Buches â??<u>Weg mit den Pillen</u>â??, dessen Titel damals allerdings etwas missverständlich 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 benĶtigen für den Umgang mit unserer Gesundheit neue Denkformen. Die herkĶmmlich in der Medizin gĤngige Maschinenmetapher für den Organismus ist sehr nützlich, wenn es um die Behandlung akuter StĶrungen geht. Sie ist weniger hilfreich, wenn es um die Behandlung chronischer Krankheiten geht und sie ist praktisch sinnlos, wenn es um Eigeninitiative, Eigenverantwortung und PrĤvention, 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 verfügbar.

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 unterst $\tilde{A}^{1}$ /4tzt zu werden. Aus dieser Perspektive heraus diskutiere ich verschiedene therapeutische Optionen, den Placebo-Effekt, die M $\tilde{A}^{1}$ glichkeit,  $\tilde{A}^{1}$ /4ber Meditation und Kultur des Bewusstseins, sowie  $\tilde{A}^{1}$ /4ber die Ern $\tilde{A}^{1}$ mhrung Verantwortung f $\tilde{A}^{1}$ /4r seine eigene Gesundheit zu  $\tilde{A}^{1}$ /4bernehmen.

Wichtig hierbei: Verantwortung hei $\tilde{A}$ ?t nicht Schuld. Man kann Verantwortung f $\tilde{A}$ <sup>1</sup>/4r sich und seine Gesundheit  $\tilde{A}$ <sup>1</sup>/4bernehmen, auch wenn man an seiner Krankheit, seinen Genen, seinem Gewordensein keine  $\tilde{a}$ ??Schuld $\tilde{a}$ ?? hat. Und wer Verantwortung  $\tilde{A}$ <sup>1</sup>/4bernimmt, 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. M $\tilde{A}$ ¶glicherweise brauchen wir eine neue Art von Gesundheitsspezialisten, irgendetwas zwischen Psychologen und  $\tilde{A}$ ?rzten. Leute, die sich ausreichend gut mit Physiologie und Krankheit auskennen aber mehr von Psychologie verstehen als durchschnittliche  $\tilde{A}$ ?rzte und die daher sowohl chronisch kranke Menschen, als auch solche, die es nicht werden wollen, mit kompetenten Ratschl $\tilde{A}$  $^{\mu}$ gen durchs Leben begleiten. Fr $\tilde{A}$  $^{\mu}$ her hat das der Hausarzt gemacht. Heute, in Zeiten von DRGs und anderen Zw $\tilde{A}$  $^{\mu}$ ngen gibt es daf $\tilde{A}$  $^{\mu}$ r kaum mehr Raum und Zeit. Vielleicht brauchen wir daher eine neue Vision f $\tilde{A}$  $^{\mu}$ r unser Gesundheitssystem? Ich habe eine solche skizziert.

Ich freue mich ù/4ber Rezensionen und Weiterleiten. Danke fù/4rs Weitersagen.

**Date Created** 

09.11.2018