

Wie Betroffene aktiv zu ihrer Heilung beitragen können

VON MAGDALENA MEERGRAF

Interview. Facharzt Raimund Jakesz über einen ganzheitlichen Therapieansatz und welche Information in einer Krankheit steckt.

Raimund Jakesz gilt als anerkannter Experte in der Behandlung von Brustkrebs: Er hat rund 9000 Frauen operiert und mehr als 300 wissenschaftliche Arbeiten in Peer Review Journals (fachlich geprüfte Zeitschriften) publiziert. Sein Zugang ist ein ungewöhnlicher, jedoch wirksam und vielfach gefragt. Jakesz begreift eine Krebserkrankung nicht als rein körperliches Geschehen, sondern stellt auch die Frage nach der Bedeutung für das eigene Leben und die Entwicklung. „Es gibt viele verschiedene Faktoren, die mit einer solchen Erkrankung verbunden sind. Sie sind auch auf der Ebene des Herzens zu finden, auf der emotionalen Ebene“, sagt der Chirurg. Die Schulmedizin alleine – so wichtig und gut sie ist – könne deshalb oft keine vollständige Heilung erreichen. Wichtig sei die Frage, so Jakesz: Was hat einen Menschen zu dem gemacht, was er heute ist?

Sie setzen sich mit jedem Menschen sehr individuell auseinander. Warum ist Ihnen das so wichtig?

Raimund Jakesz: Weil ich erreichen möchte, dass die Patientinnen an der Bewältigung ihrer Krankheit mitarbeiten. Auch sie selbst wollen aus der passiven Rolle ausbrechen, in der sie nur vom Doktor gesagt bekommen, was gut für sie ist. Je aktiver eine Person ist, umso besser wird sie sich mit alledem, was sie im Zuge dieser Krankheit erlebt, auseinandersetzen können. Sie aktiviert ihre Lebenskraft. Das ist so ein wichtiges Thema, kommt in der Schulmedizin aber nicht vor.

Was nimmt Lebenskraft?

All die ungelösten Probleme im Leben. Mangelnde Selbstliebe und Selbstachtung kosten immens viel Kraft. Wenn man etwas vorgibt zu sein, was man gar nicht ist. Auch Enttäuschung, Trauer, Angst, Sorge. Diese Faktoren muss man im Gespräch herausbekommen. Ich glaube, es ist wichtig, dass die Patientin auch die Sinnhaftigkeit der Krankheit erkennt. Und dass sie ihre Selbstheilung aktiviert, ohne sich aber selbst Schuld zuzuweisen.

Wie lässt sich Selbstheilung aktivieren?

Zum Beispiel, indem man sich selbst während der Chemotherapie meditativ begleitet. Das bedeutet, dass man nicht nur dort sitzt und die Therapie hineinrinnen lässt, sondern sich mit dem Prozess auseinandersetzt, sich auf sich selbst konzentriert und daran glaubt, dass die Behandlung wirkt. Denn: Wo ich meine Aufmerksamkeit hinlenke, dort ist meine Energie. Wenn ich die Aufmerksamkeit immer auf andere lenke, immer nur funktioniere, hart zu mir bin, nie mild oder gütig, dann ist das schwierig. Am Ende ist es aber sehr individuell, man sollte das nicht pauschalisieren.

Sie sprechen von Sinnhaftigkeit. Welcher Sinn kann denn hinter einer Erkrankung wie Brustkrebs stehen?

Krankheit kann Information sein. Es gibt verschiedene Dinge, die eine Person in der Auseinandersetzung mit dem Brustkrebs lernen kann. Es geht darum, sich bewusst

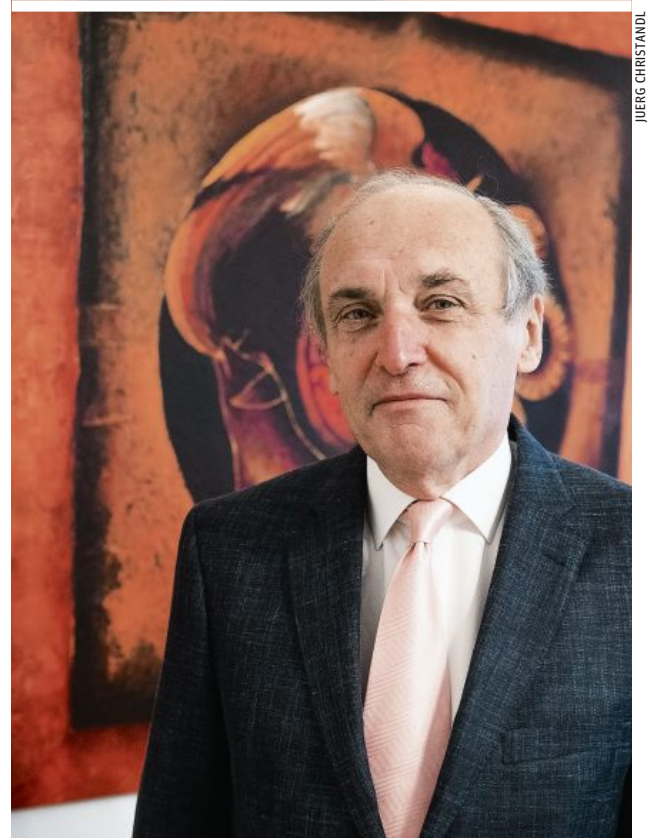
zu machen, dass irgendetwas in der Vergangenheit die Lebenskraft und den Selbstwert genommen hat. Ein nicht geliebtes Kind spürt diese Nichtliebe zum Beispiel sein ganzes Leben. Es kann sein, dass die Erkrankung mit diesem Schmerz im Herzen verbunden ist. Die Erkrankung findet dann Sinn, wenn man solche Themen heilt. Dazu braucht es eine auf die jeweilige Patientin abgestimmte Gesprächsführung und Begleitung. Unter Umständen ist eine Psychotherapie hilfreich. Das ist von Fall zu Fall verschieden.

Es ist durchaus belegt, dass psychische auf organische Prozesse einwirken können. Das zeigt ja auch die Psychosomatik. Gibt es auch im Zusam-

menhang mit Krebs wissenschaftliche Ergebnisse?

Ich habe selbst viele Studien gemacht und mir war das Messbare immer sehr wichtig – aber eben dort, wo es Messbares gibt. Eine Maßnahme für Würde, Liebe, Freude oder Demut existiert leider nicht. Ich habe aber über die Jahre beobachtet, dass die spirituelle Auseinandersetzung mit dem eigenen Selbst die Lebensqualität steigert und zu einer deutlichen Verbesserung der psychischen Situation führen kann. Dennoch sollen keine falschen Hoffnungen geweckt werden. Es ist ein Angebot für Menschen, die offen sind und etwas für sich tun möchten, um den Sinn in ihrem Leben zu erkennen oder eben den Sinn dessen, was ihnen widerfährt.

Univ.-Prof. Dr. Raimund Jakesz leitete die Abteilung für Allgemeinchirurgie am AKH Wien, dort ist er seit 2016 pensioniert. Heute betreibt er eine Privatordination, veranstaltet Seminare und schreibt Bücher



JÜRGEN CHRISTANDL

GOOD HEALTH FOR ME



Die Kapsel gegen die Finsternis

Vitamin D trägt zur Erhaltung der normalen Immun-, Muskel- und Knochenfunktion bei. Die hohe Dosierung und die Kombination mit Leinöl und Lutein verbessern die Vitamin-D-Aufnahme. So kann eine verminderte Vitamin-D-Eigensynthese bei mangelnder Sonneneexposition ausgeglichen werden.

Reinsubstanzen – made in Austria

- nur Wirkstoffe
- keine Hilfsstoffe
- keine Farbstoffe
- keine Konservierungsstoffe
- keine technologischen Zusätze, wie Binde- oder Trennmittel
- frei von Lactose
- frei von Gluten



BIOGENA
GOOD HEALTH FOR ME

Biogena-Mikronährstoff-Präparate erhalten Sie

- bei über 9.000 Ärzten und Therapeuten in Österreich, Deutschland, der Schweiz und Südtirol
- im Webshop unter www.biogena.com/webshop
- in den Biogena-Stores, mehr unter www.biogena.com/stores