

## Eine gewisse Schlitzohrigkeit

VON Friedhelm Mühleib | 22. März 1985 - 07:00 Uhr

### Die Züricher Bircher-Benner-Klinik zwischen Müsli und Moderne

Von Friedhelm Mühleib

Bircher-Benner? War das nicht der mit dem Müsli? Richtig. Aber Doktor Max Otto Bircher-Benner (1867 bis 1939) war sehr viel mehr als nur der erste Müsli-Mann. Er war Vorreiter einer ganzheitlichen, psychosomatischen Medizin. „Ich verstand: es gibt keine Krankheit, die nur den Körper, nur die Seele erfaßte, und wenn der Schein noch so trügt. Stets sind Körper und Seele gemeinsam erkrankt, stets bedarf es der Wiederherstellung sowohl des Körpers als der Seele“, sagt Bircher in seinem Buch „Vom Werden des neuen Arztes“.

Bircher fühlte sich in der Tradition jener Ärzte von Hippokrates bis Hufeland, für die „Arzt-Sein“ mehr war als die Verschreibung von Pillen nach dem Diagnose-Rezept-Modell. Eine gesunde, vegetarische Ernährung war für ihn dabei nicht mehr und nicht weniger als der Nährboden jeder Therapie. „Eine Heilkunde, die den ganzen Menschen umfaßt, kann nur betreiben, wer bereit ist, jederzeit als Mensch ganz zur Verfügung zu stehen. Das tat Bircher, und in dieser Hinsicht sehe ich mich in seiner direkten Nachfolge“, sinniert Silvio Jenny. Er lebt selbst vegetarisch – aus Überzeugung, ohne Dogma.

Jenny leitet heute die von Bircher gegründete Klinik mit ihren 70 Betten. Sie liegt keine fünf Autominuten von der Stadtmitte Zürichs entfernt und liegt trotzdem schon in einer Naturidylle mit Blick über den See. Wir sitzen vor einem tadellos gedeckten Tisch in einem Gründerzeit-Schlößchen am Hang des Zürichbergs. Die Menükarte verspricht: Früchte/Nüßli und Blumenkohl, grüner Salat/Pilzomeletten, mit Rübli garniert. Das frugale Mahl, die Blumen auf den Tischen, ein erstklassiger Service und die plaudernden Leute um uns herum lassen mich fast vergessen: Ich bin hier nicht in einem Nobelrestaurant, sondern in einem Hospital, und die anderen Gäste sind Patienten, schwerkrank zum Teil.

„Viele von den Patienten kommen erst zu uns, wenn alle anderen Therapieversuche gescheitert sind“, meint Schwester Mary beim Essen. Die Amerikanerin kam für „einige Monate“ als Aushilfe in die Klinik. Inzwischen sind neun Jahre daraus geworden. Und sie denkt nicht ans Weggehen. Normalerweise sitzt sie – wie die anderen Schwestern – mit den Patienten beim Essen. „Wer nicht gerade am Tropf hängt oder nicht mehr laufen kann, den bitten wir in den Speisesaal. Unsere Gäste sollen nicht immer an ihre Krankheit denken oder davon reden. Wir versuchen da schon mal, die Gespräche etwas zu lenken. Außerdem sollen sie sehen, daß ihr Essen auch unsere alltägliche Kost ist. Da geht vielen von denen ein Licht auf.“

Der Körper sei ein Blumenbeet, in dem die Organe wie Blumen wachsen. Bei falscher Ernährung verlören die Zellen und Organe ihre lebendige Kraft. Sie verkümmerten, welkten, erkrankten. Der Mensch verlöre seine Gesundheit – so beschrieb es Bircher-Benner. Dem jungen Arzt im Arbeiterviertel von Zürich schien die Ernährungsfrage zunächst gelöst. Die Wissenschaft kannte Eiweiß, Kohlenhydrate und Fette und glaubte, je mehr Eiweiß, desto besser sei das für den Körper.

Eine Patientin mit chronischer Magenerweiterung brachte Bircher ans Ende seines Lateins. Ungläubig versuchte er im letzten Anlauf auf den Rat eines Vegetarier-Freundes hin eine Rohkostdiät. Die Patientin wurde gesund. Über Jahre des Nachdenkens und Anwenden, in denen er zahllosen Patienten mit Magen-Darm-Erkrankungen, Rheuma, Arthritis, Herz-Kreislauf-Beschwerden und vielen anderen Leiden half, wuchs seine Erkenntnis, daß die pflanzliche Rohkost aus Früchten, Gemüsen, Nüssen und Getreide die beste Grundlage für das Gedeihen des „Blumenbeetes“ ist. Das Original-Bircher Müsli war schließlich nichts anderes als eine Apfelrohkost, die durch Zutaten verfeinert würde.

Bircher verstand Krankheit nicht als Folge einer einzelnen Ursache, sondern als Folge einer insgesamt gestörten Lebensform: „Krankheit ist Unordnung Und dieser Unordnung setzte er eine ganzheitliche Antwort entgegen: die Ordnungstherapie – gedacht als Kombination von gesunder Ernährung, Bewegungsheilkunde und Gymnastik, Atem- und Wassertherapie, Massage, Meditation und Psychotherapie. „Bei jeder Krankheit sollte zunächst dieser Heilweg beschritten werden, alles andere käme nur als Zusatz in Frage: Chirurgie, Homöopathie und vor allem die Allopathie, niemals diese für sich allein, wie das heute so oft geschieht. In diesen Worten liegt keine Mißachtung dieser sekundären Therapien; Ich kämpfe nur für den Grundstein, den die Bauleute verworfen haben.“

## **Rausschmiß des Abweichlers**

Die Allopathie ist ein Heilverfahren, das Krankheiten mit entgegengesetzt wirkenden Mitteln zu behandeln sucht; der Begriff wurde von dem Homöopathie-Begründer Samuel Hahnemann, 1755 bis 1843, als die der Homöopathie entgegengesetzte Heilmethode geprägt und umfaßt heute die eigentliche Schulmedizin.

Auf den Einsatz allopathischer Medikamente verzichtete Bircher schließlich ganz: „Medikamente haben im allgemeinen wenig oder keine Beziehung zu den Krankheitsursachen. Sie wirken wie Peitschenhiebe oder lähmen die Abwehrbemühungen des kranken Organismus.“ Solche Gedanken, allem voran seine Nährwertlehre, waren natürlich auch zu Birchers Lebzeiten Frontalangriffe gegen die gängige Medizinpraxis. Mit den Worten „Herr Bircher hat die Grenzen der Wissenschaft verlassen!“ leitete der Präsident der Züricher Ärztesgesellschaft im Jahre 1900 den Rausschmiß des Abweichlers ein.

Trotzdem: Bircher war nie ein Dogmatiker, genausowenig wie sein heutiger Nachfolger. Jenny: „Bevor ich einem Herzpatienten Saluretika verschreibe, versuche ich natürlich,

denselben Effekt mit einer salzarmen Rohkost zu erreichen. Insgesamt sind es vielleicht fünf bis zehn Prozent aller Krankheiten, die sich mit Medikamenten ursächlich behandeln lassen. Ansonsten tragen ‚ordnungstherapeutische‘ Verfahren viel mehr zu einer kausalen Behandlung bei.“ Dazu gehören heute neben den genannten Methoden auch Akupunktur, Akupressur, Chiropraxis und andere „alternative“ Therapien. Damit – jeweils abgestimmt auf das Krankheitsbild – erzielen die Bircher-Leute bei Diabetikern, Bluthochdruckkranken, Rheumatikern, Polyarthritikern und vielen anderen Kranken erstaunliche Erfolge. Jede Phase einer Krankheit braucht eine andere Therapie. Natürlich werde ich dem Schmerzpatienten mit einem terminalen Krebs auch Cortisone geben“, erläutert Jenny. „Denn wir können ja keine Wunder vollbringen.“ Dagegen könne die Behandlung der Krebse mit Naturheilmitteln, beispielsweise Mistelextrakten, zu einem frühen Zeitpunkt zu Erfolgen führen, wie Jenny meint – Erfolge, die den Ergebnissen der Strahlen- und Chemotherapie in nichts nachstünden.

Schwester Mary bemerkt meine Erkältung: „Da hab’ ich doch was für Sie.“ Ich warte hämisch auf irgendwelche Pillen. Aber sie bringt mir eine Tüte mit Kräutern für eine Inhalation und Pflanzensaft. Das und etwas Schwitzen sollte mich schon wieder „in Ordnung“ bringen.

Ordnung – das hat für Jenny nichts Statisches. „Dahinter steht für mich die Aufgabe, einen Rhythmus ins ganze Leben zu bringen, einen liturgischen Wechsel von Spannung und Entspannung, der mir persönlich oft so schwerfällt. Heilung heißt für uns auch, dem Kranken zu helfen, mit seiner Krankheit und darüber hinaus mit sich selbst zurechtzukommen. Heilung ist auch Annahme des Krankseins als Teil des Lebens.“

Natürlich verweist Jenny auf die besonders erfolgreichen Fälle seiner Klinik.

Frieda Heywang zum Beispiel kam 1937 nach einem akuten Schub ihrer multiplen Sklerose zum erstenmal in die Bircher-Klinik – im Rollstuhl. Vier Monate später verließ sie die Klinik – zu Fuß. Seitdem hat die Lehrerin noch mehr als dreißig Jahre in ihrem Beruf gearbeitet, Ernährung und Lebensrhythmus umgestellt und jedes Jahr ein paar Wochen in der Klinik aufgetankt. Trotz Lähmungen im Bein und den Fingern ist sie mit ihren 80 Jahren ein Bündel voller Lebensenergie. „Ist diese Frau krank oder gesund?“ fragt Jenny. „Die meisten Kollegen würden sie natürlich krank erklären, aber sie fühlt sich gesund.“

Jenny, jahrelang Chefarzt einer Polyklinik, kam aus Zweifeln an der üblichen ärztlichen Praxis zur Bircher-Klinik: „Wenn wir damals einen in der Chirurgie zur Amputation daliegen hatten, behandelten wir ihn mit einer inneren Distanz, die schützt. Aber mir wurde klar, daß an dieser Einstellung etwas falsch sein mußte. Der Patient braucht unsere ordnende Zuwendung. Das ist das Wichtigste, was wir ihm zu geben haben. Im Falle eines unheilbaren Patienten bedeutet diese Teilnahme natürlich auch Mitleiden und Ertragen der eigenen Hilflosigkeit. Die Bereitschaft von uns allen, sich dieser Aufgabe zu stellen, ist das innere Konzept der Klinik.“

Und wie wird der teilnahmevolle Arzt fertig mit seiner Angst, wie schützt er sich vor den Gefühlen und Erwartungen, die da vom Patienten auf ihn zukommen? Jenny ist erstaunlich offen: „Ein guter Arzt hat für mich immer auch etwas von einem guten Schauspieler, besser: von einem Schamanen. Der braucht auch eine gewisse Schlitzohrigkeit.“

Der Klinikalltag ist der Prüfstein für diese Absicht. Jeder Patient hat seinen Arzt und seine Schwester. Fünf Ärzte und zwölf Schwestern für siebzig Patienten – da bleibt Zeit für den Patienten, da lässt sich Vertrauen schaffen. Der Kranke soll während der durchschnittlich siebzehn Tage, die er hier verbringt, in ein Beziehungssystem eingebunden werden, in dem er sich aufgehoben

Dazu sollen auch die äußeren Bedingungen stimmen. Die Dielen und Türen im Altbau knarren wie im Spukschloß, aber der geplante Neubau am Hang wird da endlich Abhilfe schaffen. Der größte Teil der Betten befindet sich heute schon in den vier Häusern, die unterhalb des Hauptbaus im prächtigen Park liegen (eines davon ist übrigens die alte Villa der Birchers). Die drei anderen, von außen eher an alte Bauernhäuser erinnernd, wurden in den letzten beiden Jahren nach baubiologischen Gesichtspunkten umgebaut. Innen sieht es nach erstklassiger Ferienwohnung aus. Bis hin zum typischen Krankenhausgeruch fehlt jede klinische Sterilität.

### **„... als wäre das mein Krebs“**

Die fehlt auch dem Umgangston in der Klinik. Viermal *pro* Woche treffen sich Ärzte und Schwestern zum gemeinsamen *Rapport*, *einmal pro Woche* nimmt die Küchenchefin daran teil. Dann wird über jeden Patienten *gesprachen*. In der Gruppe holen sich die Bircher-Klinik-Mitarbeiter Rat für Problemfälle, tauschen Erfahrungen aus und finden manchmal sogar noch Zeit für die Diskussion grundsätzlicher Fragen – zu wenig, wie einige meinen. Aus der alten Riege der Bircher-Benner-Familie wird die Kritik laut, das Wissen der jungen Ärzte über die Ernährungstherapie und Birchers therapeutische Vorstellungen lasse zu wünschen übrig. „Neue Konzepte brauchen Zeit“, meint Jenny. Nachdem in den siebziger Jahren ein Chefarzt dem anderen die Hand gab und schließlich der finanzielle Ruin bevorstand, wurde die Klinik 1978 in eine Aktiengesellschaft umgewandelt, deren größten Kapitalanteil der Kanton Zürich hält. Jenny kam damals als neuer Chefarzt. Seitdem konsolidiert sich die Lage der Klinik.

Die Ärzte, die Jenny eingestellt hat, brachten außer einem speziellen Interesse an der ganzheitlichen Medizin und Kenntnissen in dem einen oder anderen Spezialverfahren nur die übliche Medizinerfahrung mit – und die läßt gerade in Ernährungsfragen oft zu wünschen übrig.

Die Ernährung ist immer noch ein Grundpfeiler der Therapie. Vom vegetarischen Vollkostmenü bis zur strengen Rohkost werden täglich bis zu zehn verschiedene Kostformen serviert. Nach Möglichkeit verwendet die Klinikküche nur biologisch gezogene, naturbelassene Nahrungsmittel. Um sicherzugehen, inspiziert Ruth

Lustenberger, gelernte Lebensmitteltechnologin und Küchenchefin, schon mal die Betriebe der Lieferanten. Im Sommer deckt der riesige Klinikgarten den größten Teil des Gemüsebedarfs. Dann wird auch das Vollkornbrot im kleinen Backhaus im Park zusammen mit den Patienten selbst gebacken.

Die Küchenleute haben wohl verstanden, daß kreatives Tätigsein zu den wichtigsten Prinzipien der Ordnungstherapie gehört. Bircher schickte die Patienten noch zur Arbeitstherapie. Er ließ sie im Garten Unkraut jäten. Heute konzentrieren sich die angebotenen Aktivitäten auf weniger Profanes: Zwischen Morgenspaziergang und meditativem Einschwingen in die Nacht können die Patienten durch Gruppengymnastik, Atemtherapie, Entspannungstechniken oder einem Kurs in Selbstmassage ihr Körperbewußtsein schulen. Mal- und Zeichenkurse, Vorträge und ab und an ein Konzert bringen geistig-künstlerische Anregung.

Schade nur, daß so wenige junge Kranke den Weg in die Klinik finden. Die Therapie kommt derzeit vor allem den vielen vornehmen alten Damen zugute, die aus ganz Europa hierherkommen, um ihre Altersleiden zu kurieren.

Ein Aufenthalt in der Klinik muß keine Frage des Geldbeutels sein. Für Schweizer übernehmen – nach speziellem Antrag – die Kassen die Kosten. Für Ausländer (manchmal übernimmt auch ihre Kasse die Kosten) werden pro Tag und Krankenzimmer, je nach Ausstattung, zwischen 180 und 340 Schweizer Franken berechnet. Arzthonorare, Medikamente und spezielle Untersuchungen müssen zusätzlich bezahlt werden.

Als ich mich von Jenny verabschiedete, hat er gerade seinen Urlaub abgeblasen: „Da sind die Befunde einer neuen Patientin. Ihr Krebs hat schon Metastasen. Die denkt jetzt noch: ‚Die Ärzte werdend schon richten und mir helfen.‘ Seit ich den Befund habe, fühle ich mich, als wäre das mein Krebs, und er ist es solange, wie ich mir nicht die Zeit nehme, der Patientin bei der Annahme ihrer Realität zu helfen. Könnten Sie mit so einem Problem einfach zum Skilaufen gehn?“

**COPYRIGHT:** ZEIT ONLINE

**ADRESSE:** <http://www.zeit.de/1985/13/eine-gewisse-schlitzohrigkeit>