

noch heute bei Paramedizinern beliebt. Obwohl schon Paracelsus seinerzeit festgestellt hatte: „Das seind alles ungewisse künsten“.

Altes Wissen

Wer nichts weiß, muss alles glauben.

Marie von Ebner-Eschenbach

Nichts kann irreführender sein als „altes Wissen“. Stecken doch hinter diesem Wissen überkommene Heilmethoden und Heilmittel aus alten Zeiten. Das sogenannte „alte Wissen“ umfasst viele Bereiche, auch die der alten Medizin, es entspricht jedoch nicht mehr dem aktuellen Wissen einer aufgeklärten Gesellschaft, das auf naturwissenschaftlichen Erkenntnissen beruht.

Beim „alten Wissen“ handelt sich nur allzu oft um ein längst überholtes und widerlegtes Dafürhalten. Es ist von unrichtigen Annahmen und magischen Vorstellungen durchsetzt. In Summe ist es nichts weiter als überlieferte Verhaltensweise. Die meisten Vorstellungen, die historischen medizinischen Bräuchen zugrunde lagen, sind nach heutigem Wissenstand schlichtweg falsch, also eigentlich Unwissen.

Aus einem Konglomerat von Aufzeichnungen, Überlieferungen, alten Bräuchen und Ähnlichem mehr sucht sich jeder selbsternannte, heilsichtige z. B. Kräuterexperte etwas irgendwie Passendes heraus und erklärt quasi das Mittel oder die Prozedur für wirksam, weil es sich um „altes Wissen“ handelt.

Ein Paradebeispiel in diesem Sinne war das Buch von Maria Treben „Gesundheit aus der Apotheke Gottes“ im Jahre 1980. Die „alten“ Anwendungen wurden mehr oder weniger eins zu eins übernommen. Die Ratschläge wurden nicht modernisiert. Die Bezeichnungen der Pflanzen und Krankheiten haben sich im Laufe der Zeit geändert. Trotz Kritik war das Buch ein Riesenerfolg. Es wurde in mehrere Sprachen übersetzt und millionenfach verkauft. Es wurde die Sehnsucht nach der „guten alten Zeit“ befriedigt, aber das Wissen, um die Wirkung und Anwendung von Heilkräutern wurde nicht erweitert. Bis heute gibt es Menschen, die unbeeindruckt Maria Treben und ihrem Buch vertrauen.

Stillschweigend werden die alten, unüberprüfbaren und oft widersprüchlichen Anschauungen den Ergebnissen und Erkenntnissen moderner Naturwissenschaft und Medizin gleichgesetzt. So wird täglich Reklame für veraltete Therapien und magische Mittel gemacht, deren Wirksamkeit in den Sternen zu suchen ist.

Bei jeder Diskussion über die Wirksamkeit alternativer, komplementärer und ganzheitlicher „Medizin“ fällt über kurz oder lang das Argument, dass es sich hier um „altes Wissen“ handelt. Aber „altes Wissen“ ist eben sehr selten Wissen im heutigen Sinn. Das ist eine Irreführung.

Nur Wenige denken bei „altem Wissen“ an den Satz des Thales von Milet, an Pythagoras oder Archimedes. Ihre Lehrsätze gelten bis heute und werden auch morgen noch gelten: „Alle Dreiecke in einem Halbkreis sind rechtwinklig“ oder „Die Summe der Quadrate über den Katheten ist gleich dem Quadrat über der Hypotenuse“. Der Auftrieb im Wasser ist gleich dem Gewicht der verdrängten Wassermenge.“

Sokrates musste einst den Schierlingsbecher leeren. Die Beschreibung seiner Vergiftung stimmt vollkommen mit unseren gesicherten Erkenntnissen über die Wirkung von *Conium maculatum* überein. Warum aber *Conium maculatum* bzw. das Coniin giftig sind, erklärt das „alte Wissen“ nicht. Heute verfügen wir über naturwissenschaftlich fundiertes Wissen. Dank der modernen Pharmakologie und Pharmakognosie können wir diese Vergiftung heute auch erklären.

Mit höchst selektiv ausgewählten „altem Wissen“ geht trotzdem noch heute eine ganze Gesundheitsindustrie hausieren. Da werden geschickt nostalgische und romantische Gefühle geschürt und bedient. Früher war angeblich alles natürlich und biologisch. Die natürlich lebenden Menschen kannten keine nennenswerten Erkrankungen, waren glücklich und zufrieden und wenn sie nicht gestorben sind, leben sie heute noch. Wir müssen nur natürlich leben und uns natürlich behandeln, dann wird es so sein, oder nicht? Belege für diese gute alte Zeit gibt es weder in der Medizin noch sonst nirgendwo.

Jedes Wissen kann und muss zu jeder Zeit überprüfbar sein. Nur so kann es zu einer Weiterentwicklung kommen. Das sogenannte Wissen aus der Erfahrung ist jedoch in höchstem Maße beschränkt, ist es doch abhängig davon, mit welchem Wissenstand und mit welcher Skepsis insgesamt und unter welchen Umständen diese Erfahrungen gewonnen wurden. Dies zeigt sich, wenn wir einige Beispiele für „Altes Wissen“ etwas genauer betrachten.

Der Aderlass, altbewährt und doch sehr schädlich

Ein weiteres immer noch geläufiges Beispiel für „altes Wissen“ ist der Aderlass. Die Geschichte des Aderlasses zeigt besonders eindrucksvoll, wie sehr die Wahrnehmung durch Zeitgeist, irrige Ansichten, mythologische Vorstellungen und dergleichen mehr verzerrt sein kann. Objektiv gesehen, ist dieses Verfahren bei nur wenigen Krankheiten sinnvoll, meist aber nutzlos, oft sogar schädlich.

Durch den Aderlass vermeinte man, Gifte auszuleiten bzw. nach Ansicht der Humoralpathologie die vier Körpersäfte wieder ins Gleichgewicht bringen zu können und dadurch die Krankheit zu überwinden.

Kranke wurden früher durch den hohen und vor allem wiederholten Blutverlust aber regelrecht ausgeblutet. Derart zu Tode therapiert, starben Tausende nicht an ihren Krankheiten, sondern am Aderlass. Trotzdem wurde diese Methode, was heute unerklärlich erscheint, durch gut zwei Jahrtausende hindurch angewendet und als erfolgreich angesehen.

Die seinerzeit auch schon beobachtete Schwächung der Patienten durch den Aderlass wurde als schwerer, aber heilungsnotwendiger Kampf mit der Erkrankung gewertet. Wurden die Patienten doch noch gesund, so glaubte man, dass sie durch den schweren Gesundheitskampf genesen seien. Überlebten die Patienten die Tortur nicht, wurde angenommen, dass nicht einmal der bewährte Aderlass mehr helfen konnte.

Die Homöopathen lehnten den Aderlass ab und hatten damit großen Erfolg: In ihren Krankenhäusern starben, weil sie keinen Aderlass durchführten und die Kranken zum Trinken anregten, viel weniger Choleraerkrankte. Allerdings wollen Homöopathen diese einleuchtende Erklärung bis heute nicht wahrhaben. Sie schreiben den damaligen Erfolg immer noch der einst neuen Homöopathie zu und nicht dem Verzicht auf den Aderlass.

Der letzte Prominente, der durch wiederholten Aderlass zu Tode kam, war der erste Präsident der USA, George Washington. Sein Tod im Jahr 1799 war Anlass zur Kritik an dieser Therapie durch Journalisten, die nicht mehr verstummte, und letztlich dem Aderlass das Ansehen als wirksame Methode kostete. Zur Stärkung der Immunabwehr und Ähnlichem wird Aderlass aber auch heute noch von Heilpraktikern und einigen Ärzten angeboten.

Mumie – vom anerkannten Heilmittel zur Volksmedizin

Ein typisches Beispiel für Aufstieg und Fall eines „bewährten“ Heilmittels ist die Verwendung von „Mumie“. Pulverisierte Mumie war rund zwei Jahrtausende lang als Heilmittel in Verwendung – bis ins 20. Jahrhundert hinein. „Mumie“ war ein offizinelles Heilmittel. Der Verkauf unterlag dem Apothekenvorbehalt. In vielen Apotheken finden sich heute noch Gefäße mit diesbezüglichen Etiketten.

Ursprünglich bedeutete das persische Wort „mumia“ Erdpech. Im alten Ägypten wurde Erdpech auch aus den Grabkammern gewonnen und so ging der Begriff „Mumia“ auf die damit konservierten Leichen über. Wurde primär das Erdpech (Bitumen) als Heilmittel verwendet, übertrug sich in der Folge die „Heilwirkung“ vom Erdpech auf die konservierten Leichen, und Mumie wurde zum anerkannten Heilmittel im Abendland.

Es muss in Ägypten ungeheure Mengen von Mumien gegeben haben, die eine wirtschaftliche Nutzung bis in unsere Zeit herausforderten. So wird erzählt, dass die erste Eisenbahn in Ägypten mit Mumien befeuert wurde. Wie weit das richtig ist, sei dahingestellt. Mark Twain hat darüber auch berichtet, aber er war, wie ja bekannt ist, ein großer Spötter. Es lassen sich auch Vermutungen finden, dass es sich dabei um ein urbanes Märchen handeln könnte, einem „urban hoax“.

Mumien waren jedenfalls als Heilmittel seit der Antike begehrt. Da diese nicht immer in genügender Anzahl verfügbar waren, bzw. die Araber ihre Vorfahren nicht von Christen verspeisen oder anderen profanen Zwecken zuführen lassen wollten, wurden Mumien von arabischen Händlern gefälscht. Man verarbeite x-beliebige Leichen zu Mumien. Und was in Morgenland möglich war, konnte man im Abendland natürlich auch machen. Und das tat man auch mehrere hundert Jahre lang.⁴

So propagierte Paracelsus seinerzeit die „Luft-Mumie“: „Das ist der Leib, der an dem Lufft oder im Lufft zu einem Mumia ist worden: Der Mensch der erhenckt, gespisst oder geradbrecht ist worden: Denn er stirbt am Lufft und im Lufft ist sein Grab und Verwesung.“⁵

4 Prof. Elfriede Grabner hat in ihrem Buch Grundzüge einer ostalpinen Volksmedizin (Verlag der Akademie der Wissenschaften, 1985) unter Kapitel V „Schutz- u. Heilmittel“, Ziffer 4 „menschliche Körperprodukte“ die Seiten 194 bis 208 praktisch vollständig diesem Heilmittel gewidmet.

5 Tractatus III, Philosophie, „Von dem Fleisch und Mumia“, in: Paracelsus, Schriften IX, h.

Es sind sogar detaillierte Herstellungsvorschriften für Mumie erhalten. Eine dieser Vorschriften bzw. Vorschläge wurden von Oswald Croll (1560–1609) genauer ausgeführt und von Johann Hartmann (1568–1631), fürstlich hessischer Leibarzt, mit Anmerkungen versehen.⁶

Mumie ist ein typisches Beispiel für „altes Wissen“ bzw. für ein Heilmittel, das einst in hohem Ansehen stand, von führenden Persönlichkeiten propagiert wurde und das dann, nachdem es nicht mehr befürwortet wurde, nicht vom Heilmittelmarkt verschwand, sondern nur langsam in Vergessenheit geriet. Dieser Ablauf scheint für die Volksmedizin typisch zu sein.

In Wellnesszeitungen und auf Gesundheitsseiten aller Zeitungen ist viel über die Verwendung von Kräutern zu lesen. Die hl. Hildegard von Bingen wird diesbezüglich oft angeführt. Ihre Aufzeichnungen dienen als Beleg für altes Wissen. Desgleichen wird auch Theophrastus Bombastus von Hohenheim (1493–1541) und sein berühmter Satz „Dosis sola facit venenum“ (Die Dosis macht das Gift) gerne zitiert. Nirgendwo aber ist nachzulesen, dass Hildegard von Bingen zermahlene Edelsteine und Paracelsus Mumie für wirkungsvolle Arzneimittel hielten. Verschiedene menschliche Körperteile waren also nicht nur Teil der mittelalterlichen „Drecksapotheke“, sondern hielten sich noch weitere drei Jahrhunderte in der Volksmedizin. Das „alte Wissen“ ist zäh.

6 Croll rät: „Man soll den todten Körper eines rothen, gantzen, frischen und un-mangelhafften vier und zwantzig Jährigen Menschen, so entweder am Galgen erstickt, oder mit dem Rad justifiziert, oder durch die Spiess gejagt worden, bey hellem Wetter, es sey bey Tag oder Nacht dazu erwählen. Dessen Mumiam von den beyden großen Lichtern (Sonne und Mond) einmal bescheinet und constelirt oder bestirnt, in Stücke zerschneiden, mit pulverisierter Mumia und ein wenig Aloe – dann sonst es zu bitter – bestrewen, nachmals etliche Tage in einem gebrannten Wein einweichen, aufhencken, wiederumb ein wenig ein-beitzen, endlich die Stück in der Luftt auffgehenckt lassen trocken werden, bis es Gestalt eines geräucherten Fleisches bekompt und allen Gestank verliert, und zeucht letztlichen die ganz rothe Tinctur durch einen gebranten Wein, oder Wacholder Geist nach Art der Kunst heraus.“ Oswald Croll, *Basilica chymica com notis Hartmani*, Frankfurt 1647, S. 348 ff.

Vitalismus

Im Lauf des 17. Jahrhunderts kamen zu den bisher genannten mittelalterlichen Vorstellungen vitalistische Theorien (Konzepte der „Lebenskraft“) hinzu. Man glaubte an eine „erhaltende, regenerierende, reizende Lebenskraft“ mit Sitz im Magen oder Blut, und dass „Schwächung der reizbaren Lebenskraft zu Krankheiten führe“. Im Vitalismus wurde die „Natur“ dualistisch als eine „Einheit“ von „Geist“ und „Materie“ gesehen. Nach der biblischen Schöpfungsgeschichte hauchte Gott Adam das Leben ein. Dieser göttliche „Hauch“ lebt in den „geistigen Kräften“ des Vitalismus weiter. Jedes „Ding“ bestand demnach in geheimnisvoller Weise aus „Materie“ und „Geist“. Auch in einem Stein war noch etwas „Geistiges“ enthalten. „Leben“, so dachte man, sei nur mit Hilfe der in dieser „Natur“ auch innewohnenden und verborgenen „geistigen Kräfte“ möglich. Krankheit wurde als Störung dieser „Vital- bzw. Lebenskräfte“ gesehen“ und heilen konnte man dementsprechend nur mit Hilfe „geistartiger Heilkräfte“.

Aus dem historischen Zusammenhang heraus betrachtet war es daher auch kein Wunder, dass der Begründer der Homöopathie Samuel Hahnemann – wie Paracelsus – auf die Idee kam, eine Therapie zu entwickeln, die Gegenkräfte des Körpers mobilisiert, um die „Lebenskraft wieder zu stärken. Vitalismus entwickelte sich im 19. Jahrhundert zum Kampfbegriff, und diese Idee wirkte noch Jahrzehnte später, zum Beispiel in Wilhelm Reichs „Orgon“, nach. Auf diese und auf ähnliche, fernöstliche Vorstellungen wie „Prana“ oder „Qi“ hat die Mode der Esoterik zurückgegriffen. Diese Vorstellung hat weite Verbreitung in neuen alternativen Heilverfahren gefunden.

Entschlackung

Der Aberglaube, dass sich schädliche Fäkalmaterialien auf der Darmschleimhaut ansammeln, entbehrt jeder wissenschaftlichen Grundlage. Der Begriff Schlacke suggeriert fälschlicherweise, dass etwas im Körper gebildet wird, sich dort anreichert und den Organismus schädigt. Doch in einem gesunden Körper gibt es keine Anhäufung von Schlacken. Alle nichtverwertbaren Stoffe werden vom Dünndarm in die Leber geschleust, dort unschädlich gemacht und letztlich über die Niere und Blase ausgeschieden. Unverdauliche Ballaststoffe werden über den Dickdarm, teilweise durch entstehende Gase über die Atemwege und die Haut entsorgt.

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts wurden durch den Gynäkologen Bernhard Aschner die alten ableitenden Verfahren wiederbelebt, um „Zivilisationsschäden“ zu beseitigen. In den 1930er-Jahren behauptete der Arzt Otto Buchinger, dass der Körper – und besonders der Darm – von Zeit zu Zeit, ähnlich wie ein Ofenrohr, das nicht mehr richtig zieht, gereinigt werden müsste. Diese Vorstellung wurde in den letzten Jahren von diversen Alternativmedizinern wieder aufgegriffen und salonfähig gemacht.

Fastenkuren aller Art werden oft mit Vorstellungen wie „Entgiften“, oder „Entschlacken“ präsentiert und um teures Geld durchgeführt. Die Anbieter von Entschlackungsprozeduren stellen den menschlichen Körper als eine Art Müllhalde für alle Abfallprodukte und Umweltgifte der Wohlstandsgesellschaft dar und argumentieren so, als ob mit der vollständigen körperlichen Reinigung durch ihre Produkte gleichzeitig auch eine Art seelische Reinigung stattfinde. Angeboten und offensichtlich gut verkauft werden zahlreiche „Entgiftungsprodukte“ wie etwa „Detox“ – als Tee, Pulver, Fußbad oder Pflaster – und diverse angeblich „reinigende“ Pflanzenextrakte, die oftmals Artischocken, Algen oder Spargel beinhalten. Seit einigen Jahren erleben wir einen regelrechten Detox-Boom. Der unklar definierte Begriff stammt aus dem Englischen („Detoxification“) und bedeutet Entgiften. Unter diesem Begriff werden verschiedene Nahrungsmittelergänzungsprodukte, Tees, Diäten, Shampoos, Pulver und Tabletten vermarktet, die den Körper entgiften sollen. Die Hersteller solcher Produkte behaupten, dass mit Hilfe von Detox im Körper angereicherte Schadstoffe, wie etwa Schwermetalle (Blei, Quecksilber), Pestizide, Nikotin, Dioxin, Chemotherapeutika und anderes mehr ausgeleitet werden können. Wissenschaftliche Belege für all diese Versprechen gibt es keine. Was aber sicher ist: mit derartigen Produkten lässt sich viel Geld verdienen. Auch Einläufe und die Kolon-Hydrotherapie – eine Wasserspülung, eventuell mit Zusatzmitteln wie Kaffee – werden zur Darmreinigung angeboten.

Nicht umsonst warnt die *Deutsche Gesellschaft für Ernährung* (DGE) vor möglichen Folgen solcher Einläufe, sowohl bei Gesunden als auch bei Kranken. Entschlackungskuren entschlacken in der Tat, aber nur den Geldbeutel der Opfer dieser meist völlig unseriösen Praktiken.

Harmlose, mehr oder weniger gesunde Kurzdiäten können in Eigenregie durchgeführt werden, doch stets im Bewusstsein, dass es keine Wunderdiäten gibt und dass eine langfristige Gewichtsreduktion nur bei Umstellung falscher Ess- und Lebensgewohnheiten und durch ausreichende Bewegung möglich ist.