

»Menschen brauchen Berührung«

Berührungsmedizin: Fachgesellschaft in Würzburg stellt Wichtigkeit in den Fokus

In der Physiotherapie und insbesondere bei Massagen sind Therapeuten ganz nah am Patienten: Die Hände streichen über die Haut, die Finger ertasten Verhärtungen. Das erfuh auch Michaela Maria Arnold während ihrer ersten Berufsausbildung zur Masseurin. Später, als Ärztin, war das nicht mehr der Fall. Das irritierte die Würzburgerin so sehr, dass sie begann, sich für etwas einzusetzen, das bisher noch kaum bekannt ist: die sogenannte Berührungsmedizin.

Gemeinsam mit Mitstreitern rief Arnold 2022 die Deutsche Gesellschaft für Berührungsmedizin (DGfBM) ins Leben. Angesiedelt ist diese in Würzburg, wo die stellvertretende Vorsitzende lebt und praktiziert. Ärzte, Psychologen, Psycho-, Körper- und Physiotherapeuten, aber auch Pflegekräfte und Gesundheitswissenschaftler können der Fachgesellschaft beitreten. Rund 50 Mitglieder gehören ihr inzwischen an. Vorsitzender ist Bruno Müller-Oerlinghausen.

Der heute 88-Jährige gilt als Pionier der Berührungsforschung. Und das obwohl der ehemalige Vorstandsvorsitzende der Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft von Haus aus Pharmakologe ist. Er hat viel zur Psychopharmakologie publiziert. Mit der Zeit stand er seinem Berufsfeld immer kritischer gegenüber. Jahrzehntelang, erzählt er, habe er depressive und bipolare Patienten psychopharmakologisch betreut. Dabei sei ihm »die begrenzte Wirksamkeit von Psychopharmaka« immer deutlicher geworden. Berührung, entdeckte er, könne oft besser helfen.

Mit einer Publikation über die Effekte einer bestimmten Massageform auf depressive Patienten sorgte Müller-Oerlinghausen 2004 für Aufsehen.



Michaela Maria Arnold.

Fotos: Jonas Hahn

Dass die Berührungsmedizin nun etabliert sei, markiere für ihn »einen Paradigmenwechsel im Gesundheitswesen«. Dabei sei sie nicht auf ein Fachgebiet beschränkt. Von Schmerzmedizin über Anästhesie und Psychiatrie bis zur Geriatrie könnten viele Fachgebiete von der Integration berührungsbasierter Interventionen in der klinischen Praxis profitieren.

Ein Grundbedürfnis

Seit den 1950er Jahren sei die Medizin immer stärker technisiert und spezialisiert worden, heißt es auf dem Online-Auftritt der Fachgesellschaft. Dabei sei das Grundbedürfnis nach Berührung aus dem Fokus geraten: »Der lebendige Leib ist zugunsten des anatomisch definierten Körpers als Ziel unseres therapeutischen Handelns vielfach vergessen«, beklagt die DGfBM.

Wobei sich die Kritik nicht grundsätzlich gegen Technik oder Innovationen richtet. Natürlich möchte ein Patient, der sich einer Operation unterziehen muss, dass der Chirurg nach dem neuesten Stand der Technik operiert, etwa mithilfe von Sensoren. Auch pharmakologische Innovationen sind notwendig. Doch darüber dürfe das Fundamentale in der Heilkunde nicht in Vergessenheit geraten, betont Michaela Maria Arnold. Und dieses Fundamentale sei Berührung.

Hilfe bei Depressionen

Arnold, die sich schon in ihrer Doktorarbeit mit Berührungsmedizin beschäftigte, hat inzwischen eine Vielzahl wissenschaftlich belegter Effekte zusammengetragen. So profitierten etwa vor allem Patienten, die an Depressionen oder Schmerzen leiden, davon. Dies geht aus einer Ende 2023 veröffentlichten Publikation hervor, an der die Würzburger Ärztin neben Müller-Oerlinghausen und fünf weiteren Experten beteiligt war. Demnach können depressive Symptomaten durch eine sogenannte affektregulierende Massage gelindert werden. Diese sei sogar wirksamer als Entspannungsverfahren.

Der positive Effekt basiert auf den sogenannten C-taktilen Fasern der Haut. Diese leiten Berührungseize an mehrere



Durch psychoaktive Massagen können Depressionen gelindert werden.

Hirnregionen weiter. Durch die Aktivierung dieser Hirnregionen werden Botenstoffe wie das auch als »Bindungs-« oder »Kuschelhormon« bezeichnete Oxytocin freigesetzt. Das löst Angst und entspannt. Vor allem am Oxytocin liegt es, dass Massagen die Stimmung positiv beeinflussen. Umgekehrt ist seit langem bekannt, dass ein Mangel an Berührung und damit an Oxytocin in der Kindheit gravierende negative Folgen für die psychosoziale und körperliche Gesundheit hat.

»Den Patienten zu berühren, ist auch aus meiner Sicht sehr wichtig«, bestätigt Christina Kohlhauser-Vollmuth, Chefärztin der Missio-Kinderklinik in Würzburg. Als Pädiaterin erlebt sie immer wieder, wie wichtig Berührung gerade für Neugeborene ist.

Nachweisbare Effekte

Doch Berührungen bleiben auch im Erwachsenenalter wichtig: »Über keinen anderen Sinneskanal können Menschen untereinander so schnell und unmissverständlich positive emotionale Botschaften vermitteln wie durch Körperberührungen.« Kohlhauser-Voll-

muth bestätigt, dass sich sowohl das seelische als auch das körperliche Befinden durch Berührungen verändert: »Das ist nicht nur subjektiv wahrnehmbar, sondern kann durch Messverfahren nachgewiesen werden.«

Letztlich ist Menschsein ohne Berührung kaum vorstellbar. »Alle Menschen brauchen Berührung und die daraus entstehende positive Wirkung«, unterstreicht die Medizinerin. In einer Zeit der »pharmakologisch hochgerüsteten Medizinindustrie« sollte das basale Behandlungsinstrument »Berührung«, das keine schädigenden Nebenwirkungen kenne, mehr als bisher genutzt und weiter analysiert werden, appelliert sie.

Im Katalog aller Maßnahmen, die Ärzte quartalsweise abrechnen können, kommt Berührungsmedizin jedoch bis heute nicht vor. Es gibt hierzu keine Gebührenordnungsposition nach dem sogenannten Einheitlichen Bewertungsmaßstab, nach dem abgerechnet wird. Über 2000 Seiten umfasst das Dokument. Akribisch ist aufgelistet, wofür ein Arzt Geld erhalten kann. Das Wort »Berührung« kommt an

keiner Stelle vor. Die Art und Weise, was und wie finanziert wird, sorgt dafür, dass in der Medizin finanziell betrachtet derjenige die Nase vorn hat, der auf Technik setzt. »Wenn das bisherige System in Krankenhäusern möglichst viele Eingriffe belohnt, ist es aus wirtschaftlicher Sicht völlig nachvollziehbar, das zu tun«, erklärte der Gesundheitsökonom Simon Reif im August 2023 in einem Beitrag des ZDF. Im Zweifel sorgten ein paar mehr OPs für einen höheren Bonus. Genau das will die DGfBM ändern.

Alltag berührungsrmer

Derzeit bleibt jedoch noch die Krux für Patienten, dass Berührungsmedizin aus eigener Tasche bezahlt werden muss. Eine Stunde bei Michaela Maria Arnold kostet gut 100 Euro. Trotz Selbstzahlung sprechen die in der Würzburger Fachgesellschaft zusammengeschlossenen Berührungsmediziner von einer aktuell hohen Nachfrage. »Das ist so seit Corona«, sagt Arnold. Viele Menschen scheinen darunter zu leiden, dass der Alltag damals berührungsrmer wurde und sich Berührungen deutlich reduziert haben.

Das Informationszeitalter trägt auch dazu bei. Menschen tauschen sich über soziale Medien, per E-Mail oder SMS aus. Echte Begegnungen finden seltener statt – und damit Umarmungen zur Begrüßung oder zum Abschied. Parallel hält im ärztlichen Alltag Telemedizin Einzug, was Berührung ausschließt.

Dass Berührungsmedizin anerkannt wird, vor allem finanziell, wird sicherlich nicht allzu rasch geschehen. Jedenfalls geht das aus einer Antwort des Verbands der Ersatzkassen (vdek) auf eine Anfrage unseres Medienhauses hervor. »Der vdek hat keine Position zur Berührungsmedizin«, teilt Pressesprecher Tobias Mayer mit.

Berührungsmedizin ist als Thema also noch gar nicht angekommen. Wichtig war dem Verband in letzter Zeit unter anderem, eine digitale Landkarte für sogenannte Mindestmengen für ausgewählte Operationen für 2025 zu erstellen. Diese wurde auch vor kurzem ins Netz gestellt. **Pat Christ**