



© rogerphoto – stock.adobe.com

# Das Anamnesegespräch

## Wie Sie unbemerkt die wirklich wichtigen Dinge erfahren

**Die Medizin und das erfolgreiche Behandeln von Menschen sind auf eine gute und zielorientierte Kommunikation angewiesen. Sprechen die Ärzte und Therapeuten umfangreich mit den Patienten, besteht eine deutlich größere Wahrscheinlichkeit, dass die richtige Therapie oder das passende Präparat gefunden werden. Dieses systemische Befragen von Patienten wird als Anamnese bezeichnet.**

Der Begriff stammt aus dem Griechischen und bedeutet übersetzt so viel wie „Erinnerung“. Mit gezielten Fragen zu Symptomen, Beschwerden, früheren Operationen, bereits überstandenen Krankheiten, Vorerkrankungen, Allergien sowie zur Einnahme von Medikamenten sind dabei wichtige Faktoren. Zu dieser „Eigenanamnese“ werden auch noch Familiäres, Soziales und andere Punkte, die die Gesundheit beeinflussen könnten, abgefragt. Eines ist dabei klar: Eine sorgfältige Anamnese ist entscheidend für die Diagnose.

Die Medizin hatte noch nie so viele Werkzeuge wie heute: Bildgebende Diagnostik mit hoch technisierten Verfahren und damit gewonnene tiefe Einblicke in den menschlichen Körper. Bei diesen vielen Werkzeugen ist der Mensch hinter dem Symptom etwas aus dem Fokus geraten. Das Anamnesegespräch ist seit Jahrzehnten keine Leistung der gesetzlichen Krankenkassen mehr und das Zuhören ist dabei der mangelnden Zeit zum Opfer gefallen – zum Leidwesen von Patienten und Ärzten gleichermaßen. Irgendwie unverständlich, wenn man heute weiß, dass dieses Anamnese-Gespräch 80 % der Diagnose ausmacht.

Das aktive Zuhören kommt bei vielen Ärzten und Therapeuten im stressigen Berufsalltag oft zu kurz. Die Patienten beklagen häufig, dass sie in ihren bisherigen Arztgesprächen so gut wie gar nicht zu Wort gekommen

wären. Dabei ist doch gerade bei der Anamnese das Zuhören ein wesentlicher Aspekt. Aktives Zuhören können ist auch eine Gabe, über die jeder Therapeut verfügen sollte. Denn wer seinem Gegenüber zuhört, der erfährt mehr von ihm und kann somit auch besser beurteilen, was ihn beschäftigt oder was die Beschwerden ursächlich auslöst. Dabei ist es zwingend erforderlich, dass der Patient als Gesprächspartner auf Augenhöhe wahrgenommen wird.

Zuhören ist eine Form der Zuwendung und diese Zuwendung sollte mit intensivem Blickkontakt und einer offenen Körpersprache verstärkt werden. Wird der Patient dann noch mehrfach mit seinem Namen angesprochen und per Kopfnicken bestätigt, dann besteht eine gute Chance auf Vertrauensbildung – was für beide Seiten wichtig ist.

### Das Zuhören hat viele positive Effekte

Jeder Mensch hat das Grundbedürfnis nach Anerkennung. Das heißt, das Zuhören hat nicht nur einen wichtigen Effekt für die Anamnese, sondern auch einen psychologischen Aspekt, weil es dem Erzähler guttut. Der Patient merkt und spürt, dass sich der Therapeut ernsthaft mit seinen Schwierigkeiten auseinandersetzt. Er fühlt sich wertgeschätzt und ernst genommen. Das ist sehr wichtig, da ein intensives Patienten-Arzt-



Der österreichische Therapeut, Bioenergetiker und Buchautor **Jürgen Lueger** ist Entwickler der „Symbioceuticals“ Nahrungsergänzungen und der Symbioceuticals-Biofeld-Methode (SBM) für ganzheitliche Gesundheit. Als Therapeut für Humanenergetik, Kinesiologie, Mentalcoach, zertifizierter Energietherapeut für Psychosomatische Energetik (PSE) und Holopath unterrichtet er an der Paracelsusschule in Freilassing. Seit 2009 praktiziert er in seinem Institut für Bioenergetik in Salzburg. Jürgen Lueger gründete 2014 die Symbioceuticals Harmonizer GmbH, bei der er als Geschäftsführer tätig ist.

Gespräch die beste Basis dafür ist, dass der Therapeut erfährt, was er für eine erfolgreiche Behandlung wissen muss.

## Welche Punkte werden bei der Anamnese abgefragt?

### Die Eigenanamnese

Hierbei geht es um die eigene, bisherige Krankengeschichte. Die ersten Fragen werden bezüglich der akuten Symptome gestellt. Welche Beschwerden liegen vor? Wie lange ist das schon so? Wie häufig oder wann treten die Beschwerden auf? Zusätzlich werden noch Fragen zu überstandenen Krankheiten, früheren Operationen, Vorerkrankungen oder Allergien sowie zur Einnahme von Medikamenten gestellt. Dadurch sind in den meisten Fällen die Ursachen der Symptome schneller zu finden. Zudem werden Themen angesprochen, die bei der Therapie eventuell von Relevanz sind und beachtet werden müssen.

### Die Familienanamnese

Es gibt Beschwerden und Krankheiten, die genetisch bedingt sein können. Deshalb befasst sich der Therapeut bei der Familienanamnese mit Erkrankungen der Angehörigen, der Eltern oder anderer Verwandter. Es ist wichtig zu wissen, ob es in der Familie beispielsweise bereits Fälle von Herz-Kreislauf- oder Krebserkrankungen gibt oder ob Rheuma, Asthma, Diabetes oder psychische Krankheiten bekannt sind.

### Die Sozialanamnese

In der Sozialanamnese steht die soziale, familiäre und berufliche Situation im Fokus. Hier wird das Lebensumfeld beleuchtet. Gibt es ein stabiles soziales Umfeld oder eventuell vorherrschende Konflikte in der Familie? Gibt es Probleme am Arbeitsplatz?

### Die vegetative Anamnese

Auch die vegetative Anamnese kann helfen, die richtige Diagnose zu stellen. Die vegetativen Körperfunktionen können wir nicht wissentlich beeinflussen, da sie automatisch im Körper ablaufen. Dazu zählen Herzschlag, Stoffwechsel, Atmung oder auch die Verdauung. Gibt es hierbei Störungen, können Körperfunktionen negativ beeinflusst werden: Schlaf, Appetit oder der Stuhlgang.

## Wichtig: Gute Arzt-Patienten-Beziehung

Eine gute Anamnese kann nur auf der Basis einer guten Arzt-Patienten-Beziehung gelin-

gen. Wie oben bereits erwähnt: Wenn sich der Patient wertgeschätzt und in dem Gespräch wohlfühlt, dann wird er auch offen und ehrlich über seine Beschwerden sprechen können. Ein zweiter wichtiger Punkt ist das Stellen der richtigen Fragen und das Herausfiltern der relevanten Informationen.

Zeitsparend für alle Beteiligten ist es, wenn sich Patienten auf dieses Gespräch entsprechend vorbereiten und die für den Behandler wichtigen Unterlagen wie Röntgenbilder, Allergieausweise oder Impfpässe gleich mitbringen. Zudem sollten sich die Patienten bereits im Vorfeld auftretende Fragen auf einen Zettel schreiben.

## Wie geht es nach der Anamnese weiter?

Nach dem Abschluss der Anamnese und den darauffolgenden Untersuchungen wird der Therapeut vorschlagen, wie es weitergehen soll. Wichtig ist dabei, dass der weitere Weg als gemeinsame Entscheidung festgelegt werden sollte. Oftmals gibt es nicht nur eine einzig richtige Behandlungsmethode. Zudem sollten dem Patienten Befunde und mögliche Therapiemaßnahmen genau erläutert werden. In manchen Fällen reicht ein Gespräch nicht aus. Dann ist es zu empfehlen, dass man weitere Fragen bei einem zusätzlichen Termin klärt oder sich im Zweifel auch eine zweite Meinung dazu einholt.

## Heilen beginnt mit Zuhören

„Um erfolgreich heilen zu können, muss der Arzt vor allen Dingen zum Zuhören erzogen werden“, sagte der bekannte amerikanische Kardiologe Dr. med. Bernard Lown [1]. Laut seiner Aussage führt allein das Aufnahmegespräch mit dem Patienten in etwa zwei Drittel aller Fälle bereits zur richtigen Krankheitsdiagnose. Wenn dem so ist, warum wird dann diese wichtige Informationsquelle vernachlässigt und ist nicht mehr abzurechnen? Oder wird dies einfach nicht mehr gelehrt?

Das Ergebnis im Umgang mit dem Patienten sieht dann oftmals so aus: Arztbrief von Klinik oder Facharzt, mehrere mögliche Diagnosen, viele Medikamente und kein Wort über den Menschen selbst. Verzichtet der Therapeut auf die persönliche Anamnese, verliert er die Chance, sich das Vertrauen des Menschen gegenüber zu erwerben. Bernard Lown hat dies vor längerer Zeit so formuliert: „Je älter ich werde, umso mehr Zeit lasse ich mir mit meinen Urteilen. Je weniger ich mich beeile, umso älter werden meine Patienten.“ [1]

Dr. Lown hat dazu vor vielen Jahren etwas sehr Interessantes gesagt [1]: „Ich kenne nur wenige Heilmittel, die mächtiger sind als ein sorgsam gewähltes Wort.“ Heilen ist nicht klar definiert und es gibt dafür sogar mehrere Definitionen. Zum einen heilt der Behandler tatsächlich, wenn er beispielsweise den Blinddarmdurchbruch operiert



Abb. 1: „Um erfolgreich heilen zu können, muss der Arzt vor allen Dingen zum Zuhören erzogen werden“, sagt Dr. med. Bernard Lown [1].  
© Yakobchuk Olena – stock.adobe.com

und damit das Leben des Menschen rettet. Zum anderen heilt ein aufgeschlagenes Knie von selbst, ohne dass ein Arzt oder Therapeut aktiv eingreifen muss. Mit seinem Buch „Die verlorene Kunst des Heilens: Eine Anleitung zum Umdenken“ hat sich Dr. Lown intensiv mit diesem Thema befasst und damit ein Standardwerk für alle Menschen geschaffen, die im medizinischen Bereich tätig sind oder sich dafür interessieren.

### **Den Mensch in den Fokus rücken**

Die wichtige Frage, die sich stellt: Wie viele Patienten benötigen überhaupt den kompletten Gesundheitsapparat mit der aufwendigen Medizintechnik? Das Problem dabei ist mittlerweile, dass medizinische Maschinerie einen deutlich größeren Stellenwert hat, als das Behandeln von kranken Menschen. Der Mensch spürt dies natürlich und es kommt zu einem Gefühl des Defizits und der Unsicherheit.

Es ist sicher so, dass in vielen Krankheitsfällen die Fachkompetenz eines Experten sinnvoll und wichtig ist. Doch das Ergebnis dieser Behandlung ist nur dann auch hilfreich, wenn es in den gesamten Therapieplan für den Patienten integriert werden kann. Vielfach führt das leider auch dazu, dass die Technologie vorrangig ist und der Patient nur mehr an zweiter Stelle kommt.

Man könnte auch sagen, dass die immer schneller fortschreitende Technifizierung zu vermehrter Entfremdung zwischen Therapeuten und Patienten führt. Die heutige Medizin ist ohne Technik nicht mehr denkbar. Apparativ-technische Eingriffe zu Beginn oder am Ende des Lebens oder natürlich auch in kritischen Lebenssituationen üben eine große Faszination aus und werden von der Mehrheit unterstützt und grundsätzlich nicht in Frage gestellt. Das liegt auch darin begründet, dass die Medizintechnik sich laufend weiterentwickelt und auch als dynamischer Prozess zu verstehen ist. Bildgebende Verfahren versprechen damit vordergründig eine Sicherheit, zu der der Patient – und womöglich auch der Arzt – Zuflucht nehmen kann.

Im Buch „Heilen – Energie – Geist“ schreiben die Verfasser über die Ökonomie des Heilens unter der Überschrift „Rationalisieren ohne Rationieren“: „Zu einer korrekten Diagnose sind nur in 5 % all die teuren Prozeduren nötig.“ [2]

Ich denke, alle Therapeuten täten gut daran, sich selbst zu hinterfragen, ob sie sich der

gleichen Prozedur unterziehen würden. Das wäre an vielerlei Stellen besser für die Menschen und würde dem Gesundheitssystem viel Geld sparen, was an anderer Stelle dringend gebraucht würde.

### **Fazit**

Als konkrete Handlungsempfehlung gilt: Wenn Sie mit einem gesundheitlichen Problem zu einem Therapeuten gehen, schreiben Sie sich vorab eine Liste mit Fragen, die Sie dazu beschäftigen. Legen Sie Wert darauf, dass all diese Fragen vollumfänglich beantwortet werden. Lassen Sie sich alle geplanten Untersuchungen sowie deren Sinnhaftigkeit und etwaige Konsequenzen für die Behandlung genau erklären.

**Keywords:** *Anamnese, Anamnesegespräch, Arzt-Patienten-Beziehung, Patientenkommunikation*

**Jürgen Lueger**

**BIOENERGETIC**

**Otto-Holzbauer-Straße 1–3**

**5020 Salzburg, Österreich**

**office@j-lueger.com**

**www.j-lueger.com**

### *Literatur:*

1. Lown B. *Die verlorene Kunst des Heilens: Anleitung zum Umdenken*. Berlin: Suhrkamp Taschenbuch Verlag, 2004.
2. Ritter WH, Wolf B. *Heilung – Energie – Geist: Heilung zwischen Wissenschaft, Religion und Geschäft*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2005.
3. Lange A. *Arzt-Patient-Beziehung: Gelungene Kommunikation fängt mit dem Zuhören an*. *Deutsches Ärzteblatt* 2007; 104(40): 107.