



Keine Personaldebatte

Angesichts der Corona-Pandemie fordert Kärntens LH Peter Kaiser ein Ende der SPÖ-Führungsdebatte. Seite 24

Foto: APA

Samstag, 11. April 2020 Nummer 101

23

„Wir sind keine seelenlosen Maschinen“

Der Mediziner Christian Schubert erforscht die Zusammenhänge zwischen Psyche und Immunsystem. Er wirft in Zeiten von Corona einen kritischen Blick auf Ausgangsbeschränkungen und Maschinenmedizin.

Sie arbeiten und beschäftigen sich seit Jahren mit den Einflüssen der Psyche auf das Immunsystem. Augenblicklich ist die Gesellschaft im Bannstrahl der Corona-Pandemie. Welche Auswirkungen befürchten Sie durch die Pandemie auf die Psyche und damit auch auf das Immunsystem?

Christian Schubert: Das neuartige Coronavirus macht den meisten Menschen Angst. Angst ist zunächst einmal nicht schlimm. Kurzfristig ist Angst überlebensnotwendig. Sie signalisiert uns, dass Gefahr im Verzug ist, sie statet uns mit der nötigen Energie für eine Anpassungsreaktion aus und sie lässt uns Schutzmaßnahmen ergreifen, beispielsweise auf Distanz zu anderen Menschen zu gehen. Auch das Immunsystem steigert seine antivirale Aktivität angesichts der empfundenen Gefahr, sich zu infizieren. Das ist alles gut.

Doch Angst essen Seele auf.
Schubert: Genau. Gefährlich wird Angst dann, wenn sie länger andauert und zur chronischen Belastung wird. Dann beginnt genau der Teil des Immunsystems seine Aktivität herunterzufahren, der uns vor einer Ansteckung schützt. Die Psychoneuroimmunologie hat dies in unzähligen Studien zeigen können. Die Chronifizierung von Angst und Stress angesichts der Covid-19-Krise bereiten mir Sorgen. Denn die Gefahr ist längst nicht mehr nur auf das Virus selbst beschränkt, also auf seine – wenn man so sagen will – stofflich-biologische Natur, also auf seine

„Die Biomedizin hält an der fixen Idee einer Trennung von Körper und Seele fest.“

Univ.-Prof. Christian Schubert
(Arzt und Psychologe)

Virushülle und sein Kapsid, in welchem sich die Nukleinsäure zu seiner Vervielfältigung befindet. Das Virus ist schon zu mehr geworden. Die schrecklichen Bilder, die uns die Medien tagtäglich gezeigt haben, und nicht zuletzt die staatlichen Repressalien. Das alles gehört auch zum Coronavirus, es ist somit nicht mehr nur biologisch, sondern auch psychisch und sozial. Es ist zum Symbol geworden. Ich fürchte, dass diese symbolhafte Seite des Virus den Menschen noch viel mehr einschüchtern als die rein biologische Seite und, damit unmittelbar verbunden, immunsuppressiv wirkt und die Infektionsgefahr erhöht.

Wir wissen wenig über die Auswirkungen von Corona, aber haben wir eine Vorstellung, welche Konsequenzen Shutdown und Lockdown



Der Shutdown kann bei vielen Menschen zu einem gefährlichen Gemisch aus Angst, Depression, Ohnmacht und Aggression werden.

Foto: APA/Gindl

auf die Psychoimmunologie des Einzelnen haben?

Schubert: Sie sprechen die Maßnahmen an, die von politischer Seite ergriffen wurden, um die Pandemie einzudämmen. Leider hat man auch hier vor allem die biologische Seite des Menschen im Blick, seine psychische und soziale Seite wird fast völlig vernachlässigt. Der Mensch ist keine seelenlose Maschine, die man nach Belieben an- und abstellen kann. Die Folgen, die der Shutdown für die Gesundheit des Menschen langfristig hat, sind derzeit noch nicht absehbar. Der Mensch ist ein soziales Wesen, das soziale Miteinander ist sein Lebenselixier. Die Forschung der Psychoneuroimmunologie zeigt klar, dass mangelnde soziale Unterstützung, Einsamkeit und geringe soziale Integration fundamentalen Einfluss auf unser Immunsystem und auf die Anfälligkeit bei Atemwegsinfektionen haben. Aber damit nicht genug. Hinter den verschlossenen Türen einiger Wohnungen und Häuser dürften sich dramatische Szenen abspielen. Sowieso schon isolierte Menschen vereinsamen jetzt erst recht. Mehrpersonenhaushalte, insbesondere mit Kindern, können auf engem Raum enorm unter Druck geraten. Besonders dann, wenn zum Lockdown noch existenzielle Bedrohungen aufgrund von Kurzarbeit, Arbeitslosigkeit oder Konkurs kommen. Ein gefährliches Gemisch aus Angst, Depression, Ohnmacht und Aggression. Und ich möchte betonen: Das schwächt genau jene Mechanismen des Immunsystems, die uns vor Atemwegsinfek-

tionen, wie etwa dem Coronavirus, schützen! Darüber hinaus haben psychisch traumatisierte ein hohes Risiko, Jahre später Entzündungserkrankungen zum Beispiel des Herz-Kreislauf-Systems zu entwickeln und daran zu versterben.

Momentan haben die Virologen das Sagen. Wie beurteilen Sie als Mediziner diesen Sachverhalt?

Schubert: Da muss ich jetzt schmunzeln, denn Virologen sind ja auch Mediziner, auch wenn man besonders in diesen Tagen geneigt ist, das zu vergessen. Dass Virologen in der Covid-19-Krise das Sagen haben, ja gar zu Staatslenkern mutieren, ist für mich ein zentrales Problem und spiegelt das Dilemma der gesamten Schul- bzw. Biomedizin wider. Denn auch dort gerät durch die starke Spezialisierung auf einzelne Fächer der Mensch in seiner Ganzheit aus dem Blick. Überhaupt erkenne ich in der Krise viele Problembereiche, die auch die Biomedizin kennzeichnen. In der Biomedizin wird nach wie vor an einer Trennung von Körper und Seele und an der fixen Idee festgehalten, dass durch die Erforschung kleinster Körperteile menschliches Leben verstanden werden kann, ähnlich wie bei einer Maschine, die repariert werden muss. Dualismus, Reduktionismus, Mechanizismus und wie sie alle heißen sind erkenntnistheoretische Irrtümer der Reparaturmedizin. Sie mögen in der Intensivmedizin oder in der Chirurgie beste Dienste erweisen, wenn es aber um den ganzen Menschen in seiner biopsychosozialen Lebenswelt geht, greifen sie zu kurz.

Dies kommt jetzt in der Corona-Krise zum Vorschein?

Schubert: Und zwar dann, wenn es um die Frage geht, wie gefährlich das Coronavirus für den einzelnen Menschen ist oder eben nicht. Denn in der öffentlichen Diskussion wird oft vergessen, dass es vor allem um den ganzheitlichen Gesundheitsstatus eines Menschen geht, der bestimmt, ob er sich überhaupt ansteckt und wie stark die Symptome im Falle einer Infektion ausfallen. Das zeigen die Forschungsergebnisse der

„Dass Virologen das Sagen haben und zu Staatslenkern mutieren, ist für mich ein zentrales Problem.“

Univ.-Prof. Christian Schubert
(Arzt und Psychologe)

Psychoneuroimmunologie seit Jahrzehnten glasklar auf. Auch gesundheitspolitisch relevante Faktoren wie Personalstand, Ausstattung und Hygienebedingungen der Kliniken, in die Corona-Kranke eingeliefert werden, und Umweltfaktoren wie Luftverschmutzung müssen bei der Einschätzung der Gefahr, die vom Coronavirus ausgeht, miteinbezogen werden. Diese Faktoren mehr zu berücksichtigen, würde möglicherweise auch die Notwendigkeit so manch einseitiger und mechanistischer Maßnahmen relativieren. Es ist mir an dieser Stelle ein großes Anliegen zu betonen, dass die Universitätsklinik für Medizinische Psychologie Innsbruck als eine Art Leuchtturmklinik den biopsychosozialen Gedanken als Alleinstellungsmerkmal

besitzt und unbedingt als eigenständige Institution in Klinik, Forschung und Lehre erhalten bleiben muss, um einen Paradigmenwechsel in der Medizin weiter vorantreiben zu können.

Von Hermann Hesse gibt es das Zitat „Als Körper ist jeder Mensch eins, als Seele nie“. Ist dieses Zitat auf den Umgang mit der Pandemie anzuwenden?

Schubert: Dieses Zitat erinnert uns an die hohe Komplexität des Psychischen und Sozialen. Im Biologischen mögen wir in vieler Hinsicht ähnlich ticken, durchaus maschinell, im Psychischen aber eben nicht. Nun hängen aber Psyche und Körper untrennbar zusammen und so versuche ich die Covid-19-Krise möglichst ganzheitlich zu verstehen und daraus Handlungsempfehlungen abzuleiten. Nehmen wir das Beispiel des britischen Premierministers Boris Johnson, bei dem das Coronavirus nachgewiesen wurde und der eine Woche später auf die Intensivstation kam. Boris Johnson ist 55 Jahre alt und hat außer Gewichtsproblemen keine Vorerkrankungen aufzuweisen. Somit darf man annehmen, dass er auch nicht zur Risikogruppe gehört. Warum dann dieser schwere Verlauf? Ich gehe davon aus, dass Boris Johnson zu einer enorm wichtigen weiteren Risikogruppe gehört, nämlich den chronisch gestressten und psychisch belasteten Menschen, die aufgrund des vorherrschenden Medizinparadigmas statistisch durch den Rost fallen. Psychoneuroimmunologisch gesehen vermute ich bei Johnson,

der psychisch sehr belastende Brexit-Monate hinter sich hat, eine hohe Wahrscheinlichkeit, aufgrund von chronischem Stress ein geschwächtes Immunsystem aufzuweisen, was ihn anfälliger für Atemwegsinfekte macht. Er dürfte auch nicht auf die bei einer Infektion so dringend nötige Ruhe geachtet haben – er ging nach der Diagnose in Quarantäne seinen Regierungsgeschäften weiter nach – ein Umstand, der ihn für einen ungünstigen Infektionsverlauf prädestiniert.

Wie beurteilen Sie abschließend die staatlich verordneten Maßnahmen zur Bekämpfung des Virus?

Schubert: Aus der Sicht der Maschinenmedizin mögen die Maßnahmen passend sein. Biopsychosozial gesehen halte ich sie für fehlerhaft, weil sie am Menschen vorbeigedacht sind und enorme Gefahren für die Gesundheit jedes Einzelnen und für die Gesellschaft aufweisen. Tirol hat sich hier leider ganz schlecht dargestellt. Was auch immer die Landesregierung zu den massiven Einschränkungen der letzten Wochen verleitet: Nicht nur, dass man die Bevölkerung mit überharten Regelungen drangsaliert, nein, man zwingt sie auch noch, als bewegungsliebendes Bergvolk in ihren Wohnungen zu bleiben – unter Androhung hoher Strafen. Ich bin überzeugt davon, würde man sich Mühe geben, die medizinische Komplexität der Krise zu verstehen, dann könnten nachhaltigere und verträglichere Maßnahmen zur Eindämmung des Virus entwickelt werden. Dafür ist es nie zu spät. Die Herausforderung, aus der Krise eine Chance für eine bessere Welt zu machen, ist groß, sie zu meistern etwas, für das Generationen von Menschen dankbar sein werden.

Das Gespräch führte
Michael Sprenger



Zur Person

Univ.-Prof. Christian Schubert ist Arzt, Psychologe und Ärztlicher Psychotherapeut. Christian Schubert leitet das Labor für Psychoneuroimmunologie der Universitätsklinik für Medizinische Psychologie an der Medizinischen Universität Innsbruck und ist Vorstandsmitglied der Thure-von-Uexküll-Akademie für Integrierte Medizin.