

Diagnose Burn-out

Was steckt wirklich dahinter?



Nach ihrer Ausbildung zur MTA absolvierte **Astrid Huthmacher** nebenberuflich das Studium der Betriebswirtschaft. Danach war sie als Produktmarketingleiterin für einen Arztkomputerhersteller sowie als selbstständige Unternehmensberaterin für pharmazeutische Unternehmen und Ärzte tätig. Es folgten die Ausbildung zur Heilpraktikerin und die Gründung des ambulanten Therapiezentrums RECREA.

Wenn aus kreativen Ideengebern lustlose Mitarbeiter werden, die häufig über körperliche Beschwerden klagen, sprechen Mediziner und Psychologen von chronischer Müdigkeit oder dem so genannten Burn-out-Syndrom. In diesem Zusammenhang fallen aufgrund ihrer ähnlichen Symptomatik häufig die Begriffe CFS (Chronisches Erschöpfungssyndrom) und MCS (organische Hypersensibilität auf äußere Umwelteinflüsse). MfM sprach mit der Heilpraktikerin **Astrid Huthmacher** aus **Hattersheim** darüber, was hinter diesen Begriffen steckt und welche Diagnose- und Therapieansätze in der Naturheilkunde angewendet werden.

MfM: Frau Huthmacher, was ist aus Ihrer Sicht unter den Begriffen Burn-out, CFS und MCS zu verstehen und was sind deren Symptome?

Huthmacher: Meines Erachtens haben diese drei Begriffe eines auf jeden Fall gemeinsam: Die Patienten haben ungeheuren Leidensdruck, der vielfach nicht ernst genommen wird.

Das Burn-out-Syndrom beginnt meist in einer Situation, in welcher der Patient keinen Ausweg mehr sieht. Er befindet sich in einer Art seelischem Ausnahmezustand – ohne sich dessen bewusst zu sein. Das hat auf Dauer dramatische Auswirkungen sowohl auf den Körper als auch auf den Geist und die Seele. Die körperlichen Symptome des Burn-out-Syndroms sind jedoch ähnlich wie die vielfältigen Symptome von CFS und MCS. Das können anfangs grippeähnliche Symptome sein. Im Laufe der Zeit können Muskel- und Gelenkschmerzen, Schwindel und Missempfindungen im gesamten Körper sowie Schlafstörungen, Sehstörungen, Magen-Darmprobleme und Übelkeit auftreten. Und das bei einer andauernden lähmenden Erschöpfung. Man kann anhand der vielfältigen organischen Symptome erkennen, wie

schwierig sich die Diagnostik darstellt. Das ist häufig der Grund, weshalb Patienten jahrelang von einem Facharzt zum anderen gehen, immer wieder untersucht werden und schließlich sehr oft den Satz zu hören bekommen: „Nach Ihren Werten sind Sie topfit – es müsste Ihnen richtig gut gehen...“

MfM: Vielfach wird behauptet, Burn-out, CFS und MCS seien bisher nicht wissenschaftlich definiert. Besteht daher für den Betroffenen nicht die Gefahr, dass eine körperliche Erkrankung nicht diagnostiziert und alternativ auf eine psychiatrische Diagnose ausgewichen wird?

Huthmacher: Es gibt mittlerweile einige wissenschaftliche Definitionen, allerdings mehr als Beschreibung des Ist-Zustandes. Die Schulmedizin tut sich sehr schwer, gerade bei diesen Krankheits- bzw. Beschwerdebildern einen konkreten Auslöser zu finden. Dieser Nachweis ist ihnen, soweit ich weiß, bisher nicht gelungen.

Für den Betroffenen besteht daher tatsächlich die Gefahr, dass kein konkret greifbares Diagnoseergebnis gefunden wird. Die Beschwerden sind aber nach wie



© Silvia Bukovac, www.shutterstock.com

vor da oder sie verschlimmern sich noch. In diesem Fall ist häufig der Weg in die psychiatrische Diagnosewelt geebnet.

MfM: Welche Art der Diagnostik führen Sie bei Auftreten dieser Symptome durch, um Fehlinterpretationen und deren eventuell fatale Folgen zu vermeiden? Greift hier die Synthese zwischen Schulmedizin und Naturheilkunde als ganzheitliches Medizinkonzept?

Huthmacher: Zunächst führen wir ein ausführliches Gespräch über Art, Beginn sowie Verlauf der Beschwerden und erörtern auch die berufliche, soziale und familiäre Situation. Meist liegen bereits ausführliche schulmedizinische Befunde vor, die bei der Diagnostik natürlich mit einbezogen werden. Denn hinter den Begriffen Burn-out, CFS und MCS können sich ebenso schwerwiegende organische Erkrankungen verbergen, die ausgeschlossen werden müssen. Sollte eine

rein schulmedizinisch notwendige Untersuchung fehlen, so wird diese natürlich von uns veranlasst. Genau hier sehen wir die Synthese zur Schulmedizin. Wir nutzen die modernen schulmedizinischen Diagnosemöglichkeiten, um für und mit unseren Patienten ein optimales Ergebnis zu erreichen. Aber auch aus dem Spektrum der modernen Naturmedizin stehen uns unzählige spezielle laborchemische Untersuchungsverfahren zur Verfügung, die wir bei Bedarf natürlich auch einsetzen.

MfM: Welche Therapieformen bieten Sie hierfür an und wie Erfolg versprechend sind diese?

Huthmacher: So multifaktoriell wie das Beschwerdebild ist auch die Therapie. Wir bei RECREA haben uns die Individualität des Menschen auf die Fahne geschrieben. So wird nach den jeweiligen Diagnostikergebnissen der Therapieplan zusammengestellt. Beispielsweise steht

bei vielen Patienten an erster Stelle die Regulierung ihres Säure-Basen-Haushaltes mit allen sich bisher daraus negativ ergebenden Konsequenzen, wie etwa ein Defizit in der Mikronährstoffversorgung (Vitamine/Mineralien/Spurenelemente), die Beeinträchtigung hormoneller Systeme oder ein extrem hochreguliertes vegetatives Nervensystem. Ebenso kann die Behandlung von Schmerzen mittels chiropraktischer, sport-, physio-, oder auch psychotherapeutischer Maßnahmen erforderlich sein. Uns stehen sehr viele Möglichkeiten zur Verfügung. Ich denke, dass macht auch einen großen Teil des Erfolges unserer Therapien aus. Denn eines dürfen wir nicht vergessen: Der Mensch ist die Summe seiner Einzelteile und so kann ich nicht ein einzelnes Teil therapieren und die Gesamtheit außer Acht lassen.

Wir danken Frau Astrid Huthmacher für dieses interessante Gespräch. ■

