



Salzburg, den 22. 2. 2005

Autor:

Martin Bazarow

Co-Autoren:

Klara Mörwald

David Kummer

Humor in der Klinik

Eine kritische Auseinandersetzung

„Mit Sinn für Humor ist es leichter, das Unpassende zu übersehen, das Unübliche zu verstehen, das Unangenehme zu tolerieren, mit dem Unerwarteten fertig zu werden und das Unerträgliche zu überstehen...“

William Franklin

Evangelist und Baptistenprediger, *1918, USA

Inhalte:

1. Einleitung
2. Definition
3. „Lachen ist gesund“
 - a. Allgemeine Fakten
 - b. Wirkungen des Lachens
 - c. Gelotologie
4. Der Vater der Humor-Medizin
5. Funktion von Humor
 - a. Für den Arzt
 - b. Für die Beziehung Arzt / Patient: Mikro Ebene
 - c. Für das Personal: Meso Ebene
 - d. Für den Kontext von Krankenhaus und Staat: Makro Ebene
6. Angemessenheit
7. Die Gefahren
8. Ärzte und Galgenhumor
9. SCRUBS
10. Fazit

1. Einleitung

Bei der Auseinandersetzung mit der Thematik des Faches "Medizinische Ethik", welche die Aufgabenstellung beinhaltet ein Essay über persönliche moralische Ansichten zu verfassen, eruieren wir die verschiedenen Aspekte von Humor im klinischen Alltag. Die Themenwahl trafen wir als Folge der Feststellung, dass Humor frei nach dem Motto „Lachen ist die beste Medizin“ eine sehr wichtige Rolle spielt, jedoch starke Kontroversen existieren. Diese Diskussion soll dazu dienen, abschließend zu untersuchen, ob ein humorvoller Arzt ein besserer Arzt ist.

2. Definition

Definition des Dudens von „Humor“:

1. Fähigkeit des Menschen, über bestimmte Dinge zu Lachen.
2. Sprachliche, künstlerische o.ä. Äußerung einer von Humor (1) bestimmten Geisteshaltung.

Wir halten also fest, dass Humor eine Charaktereigenschaft sowie Ausdrucksform ist.

3. „Lachen ist gesund“

a) Allgemeine Fakten:

Männer lachen mit mind. 280, Frauen sogar mit 500 Schwingungen/Sek. Die Atemluft wird dabei mit ca. 100 km/h und mehr ausgestoßen. Das Zwerchfell hüpfert, das Herz schlägt schneller, die Pupillen weiten sich, die Fingerkuppen werden feucht, die Beinmuskulatur erschlafft und manchmal auch die Blase. Zwerchfell und Solarplexus werden bei jeder Lachsalve intensiv massiert, was die Verdauung fördert. Die Atemtiefe nimmt zu, verspannte Muskeln lockern sich. Durch erhöhten Sauerstoffverbrauch werden die Verbrennungsvorgänge in den Zellen gefördert.

Lachen schafft also eine meditative Pause fürs Gehirn und erzeugt, indem es uns so von den Problemen des Alltags distanziert, ein Gefühl der Befreiung.

Wer lernt, über seine Missgeschicke zu lachen, anstatt sie in sich hineinzufressen, fördert seine Kreativität und erleichtert sich das Finden von Lösungen.

b) Wirkungen des Lachens:

- die Sauerstoffversorgung des Gehirns steigt, weil die Atmung stark angeregt wird
- Glückshormone (Endorphine) und schmerzstillende körpereigene Substanzen werden ausgeschüttet
- (endogene Opioide) werden freigesetzt, die Stresshormone Adrenalin und Kortisol werden abgebaut
- der Herzschlag wird anfangs beschleunigt und dann langsamer - infolgedessen sinkt der Blutdruck
- die Immunabwehr wird gestärkt: die Blutwerte von Gamma-Interferon (aktiviert und koordiniert die Produktion von körpereigenen Abwehrstoffen), Killer-Zellen und Antikörpern steigen
- die Verdauung wird angeregt
- die Skelettmuskulatur entspannt sich
- Lachen kann bei Allergien helfen

c) Gelotologie

„Gelotologie“ ist die Lehre vom Lachen¹. Die Wissenschaftler nennen sich Gelotologen, einem Begriff, der sich ableitet vom griechischen "gelos" = Gelächter. Gelotologen forschen in unterschiedlichen wissenschaftlichen Disziplinen, und bemühen sich um die genauere Erforschung des Lachens und die Entstehung des Humors beim Kleinkind. Weltweit arbeiten etwa 200 Psychologen, Immunologen, Neurologen, Stressforscher u. a. auf diesem Gebiet.

Das Forschungsgebiet hat seine Wurzeln in der 1953 in Palo Alto gegründeten Gruppe um Gregory Bateson. Die Arbeit der Palo Alto-Gruppe revolutionierte weite Bereiche der Psycho- und Hypnotherapie. Die Resultate der daraus entstandenen Analysen lieferten Paul Watzlawick den Grundstein für seine Lebens- und Therapiekonzepte. Wichtige Lachforscher der Gegenwart sind Michael Titze, Peter Hain, Madan Kataria, Christof Eschenröder und andere.

4. Der Vater der Humor-Medizin

Zweifelsohne erachten wir Humor als eine der angenehmsten und wichtigsten Eigenschaften eines jeden Menschen. Weswegen dies so ist, veranschaulicht das vorangehende Zitat des US-Amerikaners William Franklin. Sein Zitat regte uns zu einem Dialog an und führte nach Recherche zu der Erkenntnis, dass im medizinischen Anliegen des Humors bereits empirische Studien und statistische Fakten existieren. Während sich die Gelotologie mit der wissenschaftlichen Erforschung des Lachens allgemein befasst, ist es vor allem dem authentischen Dr. Hunter „Patch“ Adams zu verdanken, dessen Aktivitäten 1998 sehr erfolgreich mit Robin Williams verfilmt wurden („Patch Adams“; 1998 Universal Pictures; USA), dass sich die traditionellen Ansichten der Arzt – Patient Beziehung im Hinblick auf Humor geändert haben.

Der leibhaftige Patch Adams, als Vater der Humor-Medizin gefeiert und der Gründer des „Gesundheit! – Institute“², Arlington, USA, vertritt bereits als Student in den siebziger Jahren die Meinung, dass Lachen oft die beste Medizin sei. Mit erfrischenden Methoden und verrückten Überraschungen heitert er Patienten auf und treibt die Heilung voran.

In Arlington (Virginia) gründete er das "Gesundheit! - Institute", ein Krankenhaus, das keine Tabus im Umgang mit Tod und Krankheit kennt. Adams selbst tritt vor seinen Patienten als Clown auf - und wird von ihnen geliebt.



Dr. Hunter „Patch“ Adams

¹ Info: <http://www.lachinstitut-berlin.de/DATA/LACHINSTITUT/gelotologie.html>

² Web: <http://www.patchadams.org/>

Die These des Erfinders des ersten Gesundheitsinstitutes geht davon aus, dass der Körper und der Geist gesund sein müssen. Pillen und Arznei sind nur die eine Seite der Medaille, am liebsten „verschreibt Patch als wirksamste Heilmittel Hoffnung, Liebe, Entspannung und Freude am Leben“, wie Robin Williams in seinem Vorwort zum Kino-Film schreibt.

Nach Adams' Pionierarbeit begann man in den USA ab 1985 in Kinderkliniken mit Clowns zu arbeiten, Anfang der 1990er Jahre kam die Idee nach Europa. In Deutschland sind heute mehr als 150 Klinik-Clowns in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen tätig.

5. Funktion von Humor

Natürlich durchdringt Humor jegliche Sphären des gesellschaftlichen Lebens, findet sich in allen Berufsgruppen und ist eher von der Person eines Menschen abhängig als von der Profession, daran besteht kein Zweifel. Dennoch sind wir überzeugt von dem Gedanken, dass Humor gerade im Krankenwesen essentiell und deswegen häufiger anzutreffen ist als beispielsweise im Alltag eines Fachmanns für die Logistik der Abfallentsorgung. Diese These lässt sich rational argumentativ begründen.

Hierzu betrachten wir die verschiedenen Arten des Humors im direkten Krankenhausbezug und unterscheiden nach dem Sender/Empfänger-Prinzip. Soziale ärztliche Beziehungen gliedern wir zuvor im Kontext von Staat, Personal und Patient in drei soziale Ebenen:

- Mikro Ebene: Arzt – Patient
- Meso Ebene: Arzt – Personal/Verwaltung
- Makro Ebene: Klinik – Staat

Nun können wir dem Humor konkrete Funktionen zuweisen:

- a. Für den Arzt
- b. Für die Beziehung Arzt / Patient: Mikro Ebene
- c. Für das Personal: Meso Ebene
- d. Für den Kontext von Krankenhaus und Staat: Makro Ebene

Ausführung:

a. „Die Fähigkeit des Menschen, über bestimmte Dinge zu Lachen“ ist eine dem Arzt hilfreiche Charaktereigenschaft. Für den Arzt ist es von großer Bedeutung, seiner Arbeit mit nüchterner Objektivität zu begegnen. Dies impliziert, dass er sich nicht negativ vom ihn umgebenden Leid beeinflussen lassen darf. Er muss mit Distanz beobachten und sich sachlich, nicht aber persönlich involvieren lassen. Das Zitat von Franklin sehen wir im Kontext einer humorvollen und optimistischen Weltanschauung als besonders passend.

Beispiele:

- Ein schlecht gelaunter Patient beschimpft den Doktor auf übelste persönliche Art und Weise. Kontra zu geben ist aber freilich absolut falsch, hilft niemandem und berücksichtigt nicht die unangenehme oder gar tragische Situation des Patienten. Anstatt mit erhobener Stimme paternalistisch zu werden ist es besser, die Beleidigung mit einem Lächeln zu quittieren und den Patienten nach dem Grund für seine schlechte Laune zu fragen.

- Galgenhumor kombiniert mit Sachlichkeit sind oft eine gute Methode der Verarbeitung grenzwertiger Erfahrungen, beispielsweise nach einem tragischen Verkehrsunfall mit Toten.

b. Patch Adams zeigt uns, wie wichtig es ist, ein Lächeln zu spenden. Nach dem Motto „Lachen ist die beste Medizin“ ermöglicht Heiterkeit es dem Patienten, seine Krankheit für einen Moment zu vergessen und sich auf die angenehmen Dinge im Leben zu besinnen.

Aber auch im umgekehrten Sender/Empfänger-Verhältnis ist Humor oft eine große Hilfe:

- Ein Arzt kämpft um das Wohl eines schwerkranken Patienten und verzweifelt daran, dass keine Heilmethode Wirkung zeigt – bereits persönlich involviert ist er frustriert und dadurch evtl. nicht konzentriert oder entspannt genug um der Aufgabe gerecht zu werden. Der sich seiner schweren Lage bewusste Patient erkennt dies und gibt, kann er den nötigen Humor aufbringen, dem Arzt mit einer netten oder lustigen Bemerkung beispielsweise die Angst vor dem Versagen.
- In der Pädiatrie ist Humor essentiell – Kinder sind für ihn empfänglicher und es ist leichter etwa eine Spritze zu verabreichen, wenn die Kälte der Kliniksterilität menschlicher Wärme weicht und der junge Patient lacht.

c. Stimmung färbt ab. Deswegen ist es wichtig eine gute Atmosphäre unter dem Personal zu erhalten. Am besten erreicht man dies mit Humor, das wusste schon Platon. Nicht nur, dass Heiterkeit zu guter Laune und dies wiederum zu besserer Motivation führt, auch hat Humor eine wichtige Schutzschildfunktion, mit welcher sich das Personal von der Tragik des Alltags distanziert.

- Regt sich ein Mitarbeiter über einen böswilligen Patienten auf, reicht oft eine lustige Bemerkung, um die Wut zu dämpfen.
- Oft geht eine Vorstellung der klinischen Verwaltung nicht einher mit der fachlichen Meinung eines Arztes. In weniger wichtigen Fragen ist es dabei besser, keine kritische Diskussion heraufzubeschwören.

d. Es gibt viele Gründe, weswegen Ärzte sich über die Politik des Gesundheitswesens aufregen könnten. Unserer Meinung nach gibt es keine andere Möglichkeit als Humor um gewissen Ungerechtigkeiten zu begegnen, wenn man eine unliebsame Auseinandersetzung oder horrende Zeitverschwendung vermeiden möchte. Dieser Punkt ist jedoch sehr komplex und kritisch, umfangreich und schwer darzustellen, weswegen wir ihn nicht weiter behandeln werden.

6. Angemessenheit

Angemessenheit ist das goldene Maß für humoristische Bemerkungen. Voraussetzung sind Menschenkenntnis und Fingerspitzengefühl im intersozialen Dialog. Hierbei vernachlässigen wir die Meso und Makro Ebene und konzentrieren uns auf die Beziehung von klinischem Personal und Patienten.

Wie wir gelernt haben ist es nach Watzlawik auch notwendig zu bedenken, dass auch im Falle von Humor Kommunikation nicht das ist, was gesagt, sondern was verstanden wird. Es ist sehr wichtig nicht das Falsche zu sagen. In einem solchen Falle könnte mit wenigen Worten sämtliches Vertrauen und Ansehen des Patienten schwinden, was unbedingt vermieden werden muss.

Der Arzt muss wissen, wann Pietät geboten ist. Genauso wichtig ist es, einen Patienten nicht auf der falschen persönlichen Ebene humorvoll anzusprechen: Er könnte sich beleidigt fühlen. Witze über Politik oder andere Gesinnungsfragen sollten demnach unterlassen werden.

Zuerst ist es erforderlich, eine persönliche Beziehung zu dem Patienten aufzubauen, ihn kennen zu lernen und richtig abzuschätzen, wann und welcher Humor, ob dieser überhaupt, angebracht ist.

Dies alles abzuwägen kann sich als sehr kompliziert herausstellen und erfordert viel krankenhäusliche Erfahrung und Menschenkenntnis.

Amüsiert sich der Medicus über die bleiche Gesichtsfarbe eines Krebspatienten nach Chemotherapie, hat er wesentliche Aspekte der zwischenmenschlichen Kommunikation nicht verstanden.

7. Die Gefahren

Mit einer humorvollen Bemerkung ist es mindestens genauso leicht jemanden zu provozieren wie ihn aufzuheitern. Dabei geht es oft sehr schnell, dass man sich nicht nur unbeliebt macht sondern sein Ansehen und Vertrauen als Arzt diskreditiert. Dies gilt freilich nicht nur für die Mikro Ebene – auch mit Vorgesetzten und Mitarbeitern, wie im Gespräch mit allen anderen Menschen, kann man es sich im wahrsten Sinne des Wortes „verscherzen“.

Humor sollte also zur Aufheiterung dienen, aber nicht übertrieben werden. Dies könnte als abwertend, geringschätzig oder gar unseriös wahrgenommen werden. Pathetischer Humor kann den Eindruck erwecken, man versuche Unprofessionalität zu kaschieren.

Für eine humoristische Äußerung ist also Angemessenheit unabdingbar.

Eine weitere wichtige Gefahr sehen wir für den Arzt gegeben, wenn er zum notorischen Spaßvogel avanciert und beginnt seinen Beruf dermaßen humorvoll zu betrachten, dass der Ernst und das Verantwortungsbewusstsein schwinden. Bei dem hohen Maß an Verantwortung absolut inakzeptabel. Eine Haltung, welche die Person für diese Art von Arbeit disqualifiziert.

8. Ärzte und Galgenhumor

Galgenhumor. Neben Zynismus und Ironie eine der polarisierendsten Humorgruppen. Jedoch im Klinikalltag, in einer Arzt-Patientenbeziehung die auf gegenseitigem Vertrauen und Respekt basiert?

Dort sollten sie im Idealfall nichts zu suchen haben.

Oder doch?

Natürlich kann man nicht generalisieren, wo Humor angebracht ist und wo nicht, jedoch ist es doch meist so, dass gerade Zynismus beziehungsweise Ironie gegenüber der „falschen“ Person geäußert, abschätzig, gar beleidigend aufgefasst werden kann. Dennoch kann man sich als Arzt in Abhängigkeit vom Alter der Patienten beziehungsweise der Gravidität der Erkrankung ein gewisses Maß an Galgenhumor leisten.

AUSZUG AUS PATIENTENAKTE:

ANAMNESE: 22 JÄHRIGE PATIENTIN VERSPÜRTE NACH DEM TRAGEN SCHWERER TASCHEN SCHMERZEN IN DER LI. SCHULTER.

UNTERSUCHUNG: RÖNTGEN.....

DIAGNOSE: KEINE AUFFÄLLIGKEITEN

THERAPIE: PATIENTIN WIRD ANGEHALTEN KÜNFTIG DAS TRAGEN SCHWERER TASCHEN BZW. GROSSEINKÄUFE ZU VERMEIDEN – RÖNTGENKONTROLLE IN ZWEI WO.....

In solchen Fällen kann Galgenhumor ganz auflockernd wirken, jedoch sollten wir uns mit der Frage auseinandersetzen aus welchen Gründen gerade im Klinikbereich Zynismus gegenüber Patienten einen solch hohen Anteil beschreibt.

Natürlich bestimmt der Charakter eines Arztes/einer Ärztin was er/sie als „lustig“ empfindet. Aber oft ist zu bemerken, dass gerade Krankenhausbedienstete in Stresssituationen beziehungsweise beruflicher oder auch familiärer Unzufriedenheit eher zu schnippischen Bemerkungen, unangebrachten Galgenhumor und auch zu Unfreundlichkeit neigen.

An dieser Aufzählung lässt sich erkennen, dass gerade für den Adressaten bei diesen Begriffen die Grenzen verschwimmen könnten.

Man sollte ja annehmen, das man als Arzt die Verpflichtung hat jedem Patienten gleichsam mit „gesundem“ Respekt und Höflichkeit entgegenzutreten ohne sich persönliche Gefühle anmerken zu lassen.

Und eines bleibt unbestritten, egal ob Klinik oder Ordination. Die Art wie der Patient das Verhalten des Arztes auffasst, hat einen Effekt darauf, wie sich der Patient im weiteren Behandlungsverlauf verhält, was er dem Arzt, zum Beispiel über seine Symptome, mitteilt, was nun wiederum mit mehr oder minder großem Einfluss in der Qualität der Behandlung resultieren kann.

Es ist hinlänglich bekannt, dass der Beruf des Arztes, vor allem der des Klinikers, als solcher kein leichter ist. Physisch und psychisch.

Hieraus können nun zwei weitere Wurzeln übertriebenen Galgenhumors und unangebrachten Zynismus' resultieren.

Das „Abstumpfen“ und die „Überforderung“ des Arztes.

Es geschieht, dass sich im Klinikalltag eine gewisse Routine einstellt, welche ja, bezogen auf die ärztliche Fertigkeit, positiv und nötig ist.

Oftmals kann Routine auch jenen Effekt haben das der Arzt quasi zum „Zahnrad“ in der „Maschinerie“ Klinik wird, also seinen Beruf rein technisiert routiniert betrachtet. Der Patient wird nunmehr weniger als Individuum angesehen, sondern vielmehr als „Werkstück“.

In diesem Fall kann es geschehen, dass der Arzt die Grenzen der Pietät nicht mehr wahrnimmt, da er sich keine Gedanken darüber macht, was seinem Gegenüber widerfahren ist, rein das Symptom, die Krankheit vor Augen und gegenüber menschlichen Schicksalen abstumpft.

Wie schon erwähnt erfordert der Arztberuf einen hohen Grad an körperlicher aber vor allem geistiger Stabilität. Ist einem Arzt dieses Faktum vor Antritt seines Studiums nicht bewusst können sich für den Arzt Probleme ergeben.

Spätestens bei der Spezifizierung des späteren Fachgebiets muss eine Reflexion über eigene Fähigkeiten und Präferenzen erfolgen.

Was ist man persönlich in der Lage zu sehen. Was zu verarbeiten.

In Folge von Selbstüberschätzung kann sich nun folgendes Dilemma ergeben: Der Arzt ist dem, was er im Alltag erlebt, psychisch nicht gewachsen. Er nimmt sich die Schicksale seiner Patienten zu sehr zu Herzen, leidet mit ihnen, macht quasi die Probleme anderer zu seinen eigenen, sodass er droht, daran zugrunde zu gehen.

Als Kompensation der täglichen Eindrücke und um nicht daran zu scheitern, stumpft er scheinbar nach außen hin ab. Die wahren Emotionen brodeln jedoch nach wie vor unter der Oberfläche.

Eine übertriebene „Lässigkeit“ wird an den Tag gelegt, mit dem Ziel andere und auch sich selbst von einer unrealen eigenen mentalen Stärke zu überzeugen. Einer gespielten Stärke, welche sich sehr leicht durch Zynismus und einer gehörigen Portion Galgenhumor zum Ausdruck bringen lässt.

Wie man es nun auch betrachten mag, man kann dem Zyniker seinen Zynismus nicht streitig machen. Nur muss er wissen wo er angebracht ist, und wo nicht. Galgenhumor kann sehr erheiternd wirken, kann jedoch auch verstören und beleidigen.

Zu der großen Palette der Fähigkeiten eines Mediziners gehört nun auch jene, diesen schmalen Weg vorbildhaft zu beschreiten.

9. SCRUBS

Neben dem Film „Patch Adams“ bietet das aktuelle Fernsehformat „SCRUBS“ (Bill Lawrence, NBC, 2001) eine interessante und vor allem ungewöhnliche Möglichkeit, Klinik mit Witz kritisch zu hinterfragen.

SCRUBS behandelt dabei, anders als in „Patch Adams“, weniger die humoristischen Beziehungen eines Arztes. Im Gegensatz zu den meisten anderen Krankenhaus-Serien welche hohe Popularität verzeichnen, sind es auch keine tragischen Einzelschicksale und Blicke hinter die Kulissen einer Klinik, die die Materie auszeichnen.

Die Serie handelt von 3 jungen Ärzten frisch nach dem Studium und ihren ersten Erfahrung im klinischen Alltag. Im Zentrum stehen dabei zwischenmenschliche Themen, weniger Krankheit oder Tod.

Bill Lawrence bedient sich bei der Inszenierung der Schule des Gonzo-Journalismus, was bedeutet, dass die fiktive Handlung meist stark überbetont dargestellt wird, der Bezug zu realen Problemen aber erkennbar bleibt. Galgenhumor, Zynik und Komik werden grobschlächtig überzogen, stellen aber eine neue im Fernsehen bisher nicht gesehene Form der Behandlung klinisch-ethischer Probleme dar.

Eine sehr gelungene Verbindung von Frohsinn und ernster Thematik, die sowohl zur Entspannung und Unterhaltung als auch kritischen, ethischen Auseinandersetzung dienen kann.

Zudem bietet SCRUBS aufgrund hervorragend konstruierter Charaktere eine ideale Möglichkeit, verschiedene Typen von Ärzten, Patienten und klinikfremden Menschen kennenzulernen und zu studieren. Dazu verdeutlicht diese Serie unserer Meinung nach den wichtigen Zusammenhang zwischen Humor und Klinik, der kritisch behandelt oder persifliert wird.

10. Fazit

Abschließend erfolgt die Feststellung, dass es viele gute Gründe für Ärzte gibt, ihrer Berufung mit Humor zu begegnen. Der Alltag im Krankenhaus wird dadurch für den Patienten erträglicher, während der (Galgen-) Humor nicht nur der Arzt, sondern dem gesamten klinischen Personal hilft, sich von tragischen Einzelschicksalen nicht negativ beeinflussen zu lassen. Dabei muss man nicht als Clown auftreten – meist reicht auch ein Lächeln aus für eine gute Tat.

Insofern gelangen wir zu der Schlussfolgerung, dass man summa summarum einen humorvollen Arzt guten Gewissens einen besseren Arzt nennen kann.

Trotzdem bleibt es in erster Linie unabdingbar das richtige Arzt / Patient Verhältnis nicht zu zerstören und den Berufsstand des Mediziners damit womöglich zu diskreditieren.