

Klima und Gesundheit – Beitrag der integrativ tätigen Ärzteschaft

Die Klimaentwicklung führt uns eindringlich vor Augen, wie sehr die Gesundheit von Menschen mit der Tierwelt und der Umwelt verbunden ist. Vor diesem Hintergrund kommt dem „One Health“-Ansatz auf der politischen Agenda eine zentrale Bedeutung zu.

Ziel dieses weltweiten Ansatzes ist es, das Wohlergehen von Menschen, Tieren und belebter sowie unbelebter Umwelt – unter Berücksichtigung aller Wechselwirkungen - zu sichern.

Für den Bereich der öffentlichen Gesundheit bedeutet dies konkret:

- Gesundheitsrisiken durch schädliche Umwelteinflüsse (Luftverschmutzung, industrielle Landwirtschaft, etc.) zu minimieren,
- einen gesunden Lebensstil durch gesunde Ernährung, regelmäßige Bewegung, Entspannungstechniken usw. in der Bevölkerung zu fördern und
- die Auswirkungen des Klimawandels auf die Gesundheit zu begrenzen.

Grundsätzlich ist die Integrative Medizin mit dem „One Health“-Ansatz konzeptionell eng verbunden und kann daher zu dessen Umsetzung Entscheidendes beitragen. Da die Integrative Medizin Gesundheit als dynamischen Prozess in Interaktion mit der Umwelt und somit immer auch als Ergebnis guter Lebensbedingungen versteht, verbindet sie die medizinische Perspektive mit den verschiedenen gesellschaftlichen Lebensfeldern zu einem Gesamtkonzept. So sind beispielsweise unsere Therapieansätze per se nachhaltig, da regulativ.

Die Integrative Medizin stellt zudem Prävention und Gesundheitsförderung in den Mittelpunkt ihres Handelns und legt damit den Grundstein für eine global angelegte, holistische Gesundheitsstrategie. Ihre integrativen und multidisziplinären Therapiekonzepte leisten einen wesentlichen Beitrag, (chronische) Krankheiten zu vermeiden bzw. zu reduzieren. Damit tragen sie zur Kostensenkung in sämtlichen Gesundheitssystemen bei.

Eine der globalen gesundheitspolitischen Herausforderungen ist die Zunahme multiresistenter Erreger. Die Integrative Medizin hat den Anspruch, den Einsatz von Antibiotika auf ein nicht vermeidbares Maß zu begrenzen und bei Ärzt*innen und Patient*innen ein Bewusstsein für den bedarfsgerechten und zielgerichteten Einsatz zu schaffen. Die Integrative Medizin bietet zahlreiche therapeutische und arzneiliche Alternativen zur Antibiotika-Vermeidung an.

Hinweise zu einer vollwertigen Ernährung kann neue Impulse für Konzepte in der Tierhaltung setzen und so den Antibiotikaeinsatz dort zu verringern.

Im ambulanten Bereich sehen wir die folgenden Aufgaben und Maßnahmen:

1. im Sinne einer allgemeinmedizinischen Funktion:
 - Koordination und Beratung in Wetterkrisen, z. B. bei Hitzeereignissen
2. Anleitung und Förderung der Patientinnen und Patienten in der Lebensführung
 - a. Lebensstil, Rhythmus, Schlafhygiene, Medien

b. Ernährung: frisch zubereitet, saisonal, regional, Vermeidung von industriell prozessierter Nahrung, Fleisch aus artgerechter Tierhaltung, Erhöhung des Gemüseverzehrs, Vermeidung von Transfetten und schnell resorbierbaren Kohlenhydraten

In Sachen Ernährung beraten integrativ arbeitende Mediziner schon immer zu nachhaltig und organisch hergestellten Nahrungsmittel. Nur gesunde Tiere und gesunde Pflanzen können uns Menschen unsere Gesundheit erhalten.

c. Müllvermeidung, z.B. durch den Kauf unverarbeiteter Lebensmittel und den Verzicht auf Fertiggkost

d. Bewegung: Im Rahmen einer holistischen Gesundheitsfürsorge ist das Planen täglicher Bewegung ein wesentlicher Aspekt. Dies führt konsequent durchgeführt zu neuen Strategien der täglichen Mobilität.

3. Praxisalltag: Was können wir als Ärzte konkret tun?

Wie können wir einen verantwortungsvollen Umgang mit unseren Ressourcen einleiten?

a. gezielte und durchdachte Hygienekonzepte anwenden.

b. Verpackungsabfall in Praxis und Klinik reduzieren.

c. strahlenbasierte Diagnostik auf ein Mindestmaß begrenzen, um radioaktiven Abfall zu verringern.

d. Anwendung energieintensiver Diagnoseverfahren wie CT oder MRT auf ein Mindestmaß begrenzen.

e. für einen gezielten Antibiotikaeinsatz einfach nachvollziehbare Strategien zur Stärkung der Immunabwehr entwickeln

f in der Kommunikation eine Medizin ohne Beängstigung anstreben

g. Sicherheits-, Absicherungsbedürfnis bei wiederholten Kontrollen und Inanspruchnahme von Spezialisten, Krankenseinweisungen, Früherkennungsverfahren auf Evidenz prüfen.

h. Salutogenese, nicht Pathologie als handlungsleitenden Ansatz pflegen

i. Gesundheitskompetenz/Verantwortungsübernahme der PatientInnen fördern

Wir sind bestrebt, die Ärztekammern und andere ärztliche Institutionen anzuregen, die eigenen Aktivitäten zu überprüfen und anzupassen und über Fortbildungen und Aufklärung/Beratung die Ärzteschaft zu sensibilisieren und ihnen Maßnahmen für der Praxis an die Hand zu geben. Dabei nutzen wir auch unsere Kontakte, z.B. zu KLUG und den regionalen Initiativen.

Als Mitglied der Allianz Integrative Medizin beziehen wir uns auf das Themenpapier „One Health“ veröffentlicht auf der Webseite der AIM unter <https://www.allianz-integrative-medicin.de/positionspapiere/>

Wir unterstützen ausdrücklich die Leitlinie der Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM) und das Update vom 09. Mai 2023: „Schutz vor Über- und Unterversorgung – gemeinsam entscheiden“