



„Das Rhythmische im Menschen ist die Verbindung zwischen geistiger und materieller Welt.“

Ein Herz für Herzranke: Hamburger Herzschnule zeigt den Weg zur Salutogenese

Hamburg (hn) – Eine bittere Pille für Herzpatienten und Kardiologen: Die als Risikofaktoren für akute Herzkreislaufkrankungen geltenden Parameter LDL- und HDL-Cholesterin, Triglyceride, systolischer und diastolischer Blutdruck sowie BMI haben sich bei vielen Patienten trotz medikamentöser Therapie bereits acht bis zwölf Monate nach der stationären Reha wieder deutlich verschlechtert. Dies belegt die Multicenter-Langzeitstudie „PROTECT II“ zur Beurteilung der Sekundärprävention in der kardiologischen Rehabilitation (Gülich, M. et al., Herzmedizin 21,5:279-287 (2004)).

Die Schlussfolgerung, so der Hamburger Internist und Kardiologe Dr. Clemens Kühn: „Die in der stationären und ambulanten Rehabilitation erzielten Erfolge verpuffen, wenn sich die Therapie allein auf Medikamente, Sport und Ernährung konzentriert. Was den Patienten zur dauerhaften Gesundheit fehlt, ist eine Verhaltensänderung im Sinne einer gesundmachenden Lebensführung. Stressbewältigung und Entspannung, Alltag, Freizeit und Lebensstil können als entscheidende Faktoren für die Wiederherstellung bzw. für die Erhaltung der Gesundheit angesehen werden.“

Aus dieser Erkenntnis heraus hat Kühn gemeinsam mit einer Heileurythmistin, einer Kunsttherapeutin und einer Ernährungsberaterin und in enger Kooperation mit der Havelhöher Herzschnule in Berlin die Herzschnule Hamburg gegründet. „Unser Ziel ist es, die Möglichkeiten der klassischen Kardiologie zu erweitern. Wir wollen die Patienten über die Ursachen der krankmachenden Prozesse aufklären und sie bewusst erleben lassen, wie sie diese Prozesse in gesunde Abläufe umwandeln können.“, erklärt Kühn das Anliegen der Herzschnule.

Wichtiger Bestandteil sind neben der medizinischen und psychologischen Beratung und Betreuung die künstlerischen Therapien, die auf der anthroposophischen Menschenkunde und Medizin beruhen: Bei Heileurythmie, Kunst- und Musiktherapie lernen die Patienten, jeweils für mehrere Stunden aus ihrer rationalen Alltagswelt auszusteigen und ihren Gefühlen nachzuspüren. In kreativen Prozessen können sie eigenständig und völlig ungestört entscheiden und gestalten. Dabei werden die Selbstheilungskräfte gestärkt; die Patienten entwickeln Perspektiven und beginnen, sich und ihr Leben als sinnvoll zu betrachten.

In der Kombination aus Medizin, Psychologie und Kunsttherapie lernen die Menschen, den eigenen Rhythmus zu fühlen. „Das Rhythmische in uns – das Atmen und das Pulsieren des Herz-Kreislauf-Systems – ist das Verbindende zwischen materieller und geistiger Welt. Uns geht es darum, auch psychosomatische Aspekte der Wahrnehmung und des Umgangs mit dem eigenen Herzen aufzuzeigen und eine gesunde und gesundende Lebensweise einzuüben. Wenn der Rhythmus stimmt, ist der Mensch fest in seinem Leben verankert und fühlt sich wohl. So entsteht Gesundheit.“, erläutert Kühn die nachhaltige Wirkung der Kunsttherapie. Über das Ansprechen der künstlerischen Seite im Menschen wird das Unbewusste emotional berührt und stimuliert. So wird das Wissen, das über die Entstehung der Krankheit vermittelt wird, erlebbar und kann im Alltag leichter umgesetzt werden.

Dr. Clemens Kühn, Internist und Kardiologe in Hamburg, studierte Medizin in Frankfurt/M., Birmingham und Oxford. Nach der Ausbildung zum Facharzt für Innere Medizin mit Schwerpunkt Kardiologie – u. a. im Deutschen Herzzentrum München – ließ er sich 1993 als Partner einer großen kardiologischen Praxis in Hamburg nieder. Seit 2003 praktiziert er in eigener Praxis im Walddörfer Therapiezentrum in Hamburg-Volksdorf.

Pressekontakt:

Herzschnule Hamburg
c/o Dr. med. Clemens Kühn
Kardiologische Praxis im Walddörfer Therapiezentrum
Wiesenkamp 22 B
22359 Hamburg
Tel.: 040 – 69 46 46 26