

---

## Erfahrung und Hintergrund

# Patientenkompetenz: Die eigenen Heilkräfte entdecken

## Interview mit Gerd Nagel

von **Petra Weiß**

*Prof. Dr. med. Gerd Nagel ist Facharzt für Hämatologie und Onkologie. Er war Präsident der Deutschen Krebsgesellschaft und jahrelang ärztlicher Direktor an der Klinik für Tumorbio­logie an der Universität Freiburg bis er pensioniert wurde. Heute leitet er die von ihm gegründeten Stiftungen Patientenkompetenz in Deutschland und in der Schweiz und führt eine Praxis zur Empowerment-Beratung von Krebspatienten.*

**Petra Weiß:** Lieber Herr Professor Nagel, 2005 haben Sie an dem ersten Buch mitgewirkt, das sich ganz dem Thema Patientenkompetenz widmete. Außerdem erschien Ihr Ratgeber zum Empowerment von Frauen mit Brustkrebs. Was genau bedeutet Patientenkompetenz bzw. Empowerment, und warum ist Ihnen das so ein wichtiges Anliegen?

**Gerd Nagel:** Die Definition von „Patientenkompetenz“, die meinem Empfinden nach am besten zutrifft, stammt von den Patienten selbst. Sie lautet: „Ich bin eine kompetente Patientin oder ein kompetenter Patient weil ich gelernt habe, mit und trotz meiner Erkrankung oder Krise wieder normal zu leben“. Als Empowerment bezeichnet man die Fähigkeit eines Patienten, seine Kräfte (Ressourcen) zur Krankheits- oder Krisenbewältigung zu entdecken, zu stärken und zielgerichtet einzusetzen. Kompetente Patienten glauben, dass nicht nur die Mediziner, sondern auch sie selbst zur Krankheitsbewältigung oder Verbesserung des Krankheitsverlaufs beitragen können. Auch ich bin von diesem sogenannten Zwei-Ärzte-Modell überzeugt. Dieser Leitgedanke findet sich schon bei den Urvätern der Medizin. Von dem mittelalterlichen Arzt Paracelsus (1493–1541) ist der Ausspruch überliefert: „Die Kraft des Arztes liegt im Patienten“, was er in der etwas groben Sprache seiner Zeit verdeutlicht: „Dieser ist ein Tor, der nicht mit dem inneren Heiler zusammenarbeitet“. Gleiches besagt die lateinische Wendung *medicus curat, natura sanat* - Der Arzt behandelt, die Natur heilt. Mit Natur ist hier die Natur des Menschen, die ihm eigene natürliche Heilkraft gemeint. Ich setze mich für die Förderung der Patientenkompetenz ein, weil ich glaube, dass die Ressourcen des Patienten als wirksames und vergleichsweise kostengünstiges Heilmittel im modernen Gesundheitswesen sehr unterschätzt werden.

**Petra Weiß:** Sie stehen mit Ihren Überzeugungen durch die Bücher und auch durch Ihre Fernsehauftritte in der Öffentlichkeit. Welche Reaktionen haben Sie von Ihren Kollegen erfahren?

**Gerd Nagel:** Die Reaktionen sind gemischt. Immer mehr Ärzte öffnen sich den persönlichen Ideen und individuellen Heilungsansätzen von Patienten. Aber es gibt – namentlich in der Krebsmedizin – auch noch viele Kollegen, die keinen Wert darin erkennen, die Kompetenz des Patienten einzubeziehen.

**Petra Weiß:** Welchen Einfluss hat der Einzelne tatsächlich auf seine Genesung? Inwieweit ergänzen die Bemühungen des Patienten die therapeutischen Maßnahmen? Oder können sie diese manchmal sogar ersetzen?

**Gerd Nagel:** Der Einfluss des Einzelnen hängt natürlich von verschiedenen Faktoren ab, etwa von der Art und vom Stadium der Erkrankung sowie von den persönlichen Ressourcen Bewusstsein, Motivation und Selbstwirksamkeitserwartung. Ich habe immer wieder erlebt, dass Patienten den Verlauf ihrer Erkrankung positiv beeinflusst haben. Daher hege ich keinerlei Zweifel daran, dass das prinzipiell möglich ist. Zu einer pauschalen Aussage möchte ich mich aber nicht hinreißen lassen. Das muss man differenziert betrachten: Im Frühstadium einer Krebserkrankung hat der Patient beispielsweise andere Möglichkeiten als bei einer weit fortgeschrittenen Erkrankung. Bei allem gebührenden Respekt vor der Bedeutung, die wir dem Selfempowerment zumessen, will ich eines ganz klar sagen: Selbsthilfe ersetzt keinesfalls die schulmedizinische Tumortherapie, wenn das Behandlungsziel die Heilung ist.

**Petra Weiß:** Welche Bedeutung haben spirituelle Aspekte für den Heilungsprozess? Hat der Glaube Ihrem Erleben nach einen deutlichen Effekt auf körperliche Abläufe? Und was heißt das für Menschen, die sich eher als Atheisten bezeichnen?

Gerd Nagel: Dieses Thema für sich ist schon einen eigenen Artikel wert. Glauben – ich rede als Christ lieber von Gottbezogenheit – kann eine der stärksten Ressourcen überhaupt sein. Entsprechend gehört die spirituelle Dimension der Selbsthilfe in jedes Empowerment-Gespräch. Durch den eigenen Glauben und die Fürbitte anderer gibt es auch heute noch Wunderheilungen, oder wie wir in der modernen Medizin sagen, Spontanremissionen. Was die Atheisten anbelangt, habe ich viel dazu gelernt. Ich frage immer „Was glaubt der Atheist?“ Dann stellt sich gar nicht so selten heraus, dass sogenannte Atheisten manchmal an ihren Zweifeln leiden und verzweifelt gerne auch – wie andere Leute – glauben möchten. Verfügt der Berater selbst über eine ausgeprägte Gottbezogenheit, kann er oft Glaubensbarrieren durchbrechen.

**Petra Weiß: Vor welchem wissenschaftlichen Hintergrund ist Patientenkompetenz zu bewerten? Widmet sich die moderne Forschung solchen Themen?**

Gerd Nagel: Die klinische Forschung zu Patientenkompetenz und Empowerment steckt noch in den Kinderschuhen. Sie kommt gerade ganz langsam in Gang. Damit geht es diesem Forschungsfeld wie anderen auch. In der akademischen Medizin findet das Thema heute kaum Beachtung. Unsere Medizin ist krankheitszentriert und orientiert sich eher nicht an der Frage, wie Gesundheit entsteht oder wiederhergestellt werden kann.

**Petra Weiß: Wie reagieren Patienten auf den Hinweis, dass sie selbst etwas zu ihrer Heilung beitragen können? Taucht die Frage auf, wo die Balance liegt zwischen Verantwortung für den Genesungsprozess und Schuldgefühlen bezüglich der Krankheit?**

Gerd Nagel: Patientenkompetenz ist ein vorherrschendes Thema bei Krebspatienten. Sie sind meist überrascht, wenn ein Arzt darauf eingeht. Die Schuldfrage ist dabei eminent wichtig. Schnell schleichen sich Schuldgefühle ein, wenn die Patienten sich nach der Diagnose fragen „Was habe ich falsch gemacht?“ oder bei einem Rückfall denken „Ich habe mit meiner Selbsthilfe versagt!“ Die Menschen von solchen fixen Ideen zu entlasten, ist daher auch ein zentrales Thema der Beratung.

**Petra Weiß: Was bedeuten Ihre Erkenntnisse für das therapeutische Tun in der Praxis? Und wie wird dem aktuell Rechnung getragen?**

Gerd Nagel: Wenn ein Gespräch zu Patientenkompetenz und Empowerment in der Haltung des Patienten zu seinem Schicksal nachhaltig etwas ändern soll, braucht man für eine solche Beratung mindestens eine Stunde Zeit. Diese Zeit hat der Arzt in der Praxis oder im Spital in der Regel nicht. Dennoch kann er sehr viel Positives bewirken, wenn er Verständnis zeigt für die eigenen Denkstile der Patienten, für deren Wunsch selbst etwas zur Krankheitsbewältigung zu tun und für das Bedürfnis zu diesem Zweck komplementäre Mittel einzusetzen.

**Petra Weiß: Welchen Beitrag zur Heilung des Gesundheitswesens kann dieser Ansatz leisten? Oder vielleicht sogar zur Ganzwerdung der Menschen in unserer Gesellschaft.**

Gerd Nagel: Da mache ich mir keine Illusionen. Unser Gesundheitswesen ist auf die Therapie von Krankheiten fixiert und nicht auf das Behandeln der kranken Menschen ausgerichtet. Was die grundlegende Philosophie der Medizin angeht, ist unser schulmedizinisches System notorisch innovationsresistent. Vielleicht kann eine neue Generation von kompetenten Patienten irgendwann einmal eine starke Lobby für die eigenen ganzheitlichen Denkansätze bilden.

**Petra Weiß: Was raten Sie aus Ihrer persönlichen Erfahrung als Patientenberater unseren Lesern?**

Gerd Nagel: Nicht die Patienten sind für die Medizin da, sondern die Medizin für die Patienten. Wir Ärzte haben einen dienenden Beruf. Wir dienen den Patienten. Wenden Sie sich mit dieser inneren Haltung an Ihre Mediziner – ganz gleich ob in der Praxis oder im Krankenhaus. Und vermitteln Sie ihnen mit Taktgefühl und Klugheit diese Sicht der Arzt-Patienten-Beziehung.

**Petra Weiß: Lieber Herr Professor Nagel, hoffentlich erreichen Ihre Gedanken, die Sie mit unseren Lesern teilen, direkt oder durch Ihre Patienten viele Therapeuten. Herzlichen Dank für Ihre offenen Worte.**

### Zum Weiterlesen

Gerd Nagel, Delia Schreiber: Empowerment von Frauen mit Brustkrebs. Stiftung Patientenkompetenz 2013

Annette Bopp, Delia Nagel, Gerd Nagel: Was kann ich selbst für mich tun? Rüffer&Rub 2005

### Kontakt

Prof. Dr. med. Gerd Nagel  
Rütihofstrasse 31  
CH-8713 Uerikon  
Tel.: +4144 7964390  
E-Mail: [mail@gerd-nagel.ch](mailto:mail@gerd-nagel.ch)  
[www.patientenkompetenz.ch](http://www.patientenkompetenz.ch)

### Zur Person



Petra Weiß ist Heilpraktikerin und Traumatherapeutin. Sie ist seit 2006 in eigener Praxis für Ganzheitsmedizin und Psychotherapie (HeilprG) niedergelassen. Parallel arbeitet sie als Fachjournalistin für das Ressort Medizin & Gesundheit. Sie hat zahlreiche [Berichte](#), [Interviews](#), [Kommentare](#) und [Rezensionen](#) sowie [Blogbeiträge](#) und Online-Content veröffentlicht. An mehreren [Buchprojekten](#) hat sie als Fachlektorin und Co-Autorin mitgewirkt. In freier Mitarbeit unterstützt sie verschiedene Non-Profit-Organisationen bei ihrer [Öffentlichkeitsarbeit](#).

### Kontakt

Petra Weiß • Peterstraße 9 • 69469 Weinheim  
Kreativbüro Schreibkunst • [www.schreibkunst.online](http://www.schreibkunst.online) • [text@schreibkunst.online](mailto:text@schreibkunst.online) • 06201 4883094  
Praxis Lichtblick • [www.praxis-lichtblick.eu](http://www.praxis-lichtblick.eu) • [gesund@praxis-lichtblick.eu](mailto:gesund@praxis-lichtblick.eu) • 06201 4883093