

Die 1%-Hürde

Elisabeth Wagner,
freie Journalistin

www.elisabethwagner.net
mail@elisabethwagner.net
+49-160-9772 5591

Während Ärzte gegen Ebola kämpfen,
sorgt sich der Hypochonder um
seinen Husten. Er kann nicht anders
und ist schon längst zur Karikatur geworden.
Eine Figur am Rande des Vergessens.
Vergessen auch seine lange und stolze Geschichte

Sie habe zugenommen, sagt die Frau an der Laden-Kasse. »Ach ja«, sage ich verdutzt, »sieht man gar nicht.« »Doch, doch.« Sie habe heute Morgen auf der Waage an mich denken müssen, sagt sie. Weil ich doch neulich gefragt hätte, ob sie abgenommen habe. Um es also klarzustellen, sie habe nicht abgenommen, wiederholt sie und lächelt. »Na dann, schönen Abend«, sagt sie. »Ja, schönen Abend ebenfalls.« Die Verkäuferin ahnt nicht, wie leicht der Dialog zu durchschauen ist. Man muss dazu nicht über die Beobachtungsschärfe Harald Schmidts verfügen. Wer zunimmt, hat keinen Krebs. Wer zunimmt, den fressen keine Zellen. So denkt der Hypochonder. Die Frau an der Laden-Kasse wäre entsetzt, sich damit in Verbindung gebracht zu sehen. Ebenso die Leute, die ständig betonen, dass es in ihrer Familie keine einzige Tumorerkrankungen gebe. Sie glauben, man merkt es nicht. Sie glauben, man sei neidisch. Dabei spricht nichts als Feigheit aus ihren Worten. Kranksein ist ein Tabu.

Der bloße Gedanke daran löst das Bedürfnis nach Abgrenzung aus. Harald Schmid, der 2007 an einem Winterabend im Fernsehen über seine jährliche Darmspiegelungen sprach, hatte Recht. Nur die aufrechten Hypochonder übertreiben und riskieren die Einweisung ins Krankenhaus. Die meisten bekennen sich nicht. Kein Wunder also, dass keine Statistik sagen kann, wie viele wir eigentlich sind.

Herr B. (sein Name sei verschwiegen) gehört zu den offenen Hypochondern. Er erzählt ohne Scheu, wie jemand, der weiß, dass es lächerlich ist, sich etwas vorzumachen. Er habe meistens drei, vier Symptome parallel. Am einfachsten erkläre er es am Beispiel Husten. »Mit einem Mal Husten«, sagt er, »komme ich gerade noch davon.«

Mag sein, das offene Fenster war Schuld. Ein kleiner Hustenreiz, es muss nichts bedeuten. Schwierig wird es erst ab dem zweiten, und dann ganz sicher ab dem dritten Hustenreiz. Die Angst lässt ihn nach ihrer Pfeife tanzen. Sie droht mit Tod und Verderben. Sie weiß Bescheid über einen Lungentumor Stadium IV. Das Ziehen im Oberschenkel, das Herr B. seit Tagen verspürt, sei ein typisches Anzeichen für Knochenmetastasen. Es gehe zu Ende, weiß die Angst. Wenn Herrn B. das Leben wenigstens noch ein paar Monate

Die 1%-Hürde
Der Tagesspiegel
29. Dezember 2014

Erschienen unter
Immer ist irgendetwas

Seite 1/6

lieb sein sollte, dürfe er keine Sekunde verlieren. Er müsse alles medizinisch Nötige in die Wege leiten. Herr B. beugt sich unverzüglich. Er ist völlig wehrlos. Seine einzige Waffe hat versagt.

Elisabeth Wagner,
freie Journalistin

www.elisabethwagner.net
mail@elisabethwagner.net
+49-160-9772 5591

Ein Bonbon, das er in der Tasche bei sich trägt. Nach dem ersten Husten eingenommen, kann es ihn manchmal mit Glück vor dem dritten Husten retten. Es bleibt bei einer Erkältung und Herr B., ein arbeitsunfähiger 58jähriger Tenor und ehemaliger Opernchorsänger aus Thüringen, kann, statt in einem Wartezimmer um sein Leben zu bangen, mit Frau und Tochter zu Abend essen. Er kann ein Bild malen, oder für die Dauer eines Schubert-Liedes die Hölle seiner Erwartungen vergessen. Nützt das Bonbon jedoch nichts, zerfällt auch dieser Tag in die Bruchstücke eines Albtraums. Herr B. liegt unter der Guillotine seiner Angst. Und nur ein Arzt, glaubt er, kann ihn aus dieser Lage befreien.

»Zu 99 Prozent ist das nichts Böses.« Eine solche Aussage allerdings genügt dazu nicht. Gleiches gilt für die Auskunft, dass »solange der Husten nicht schlimmer wird, wir da gar nichts machen«. Ein Hypochonder erstarrt vor Wahrscheinlichkeiten dieser Art. Sie sind ihm ein Abgrund, unendliche 1 Prozent tief. Will der Arzt die Eskalation vermeiden, muss er also vergessen, dass er ein Mann der Wissenschaften ist. Er muss so tun, als gäbe es absolute Sicherheit: »Das ist ohne jeden Zweifel völlig harmlos. Wenn Sie wollen gebe ich Ihnen das schriftlich.« Am besten sagt er solche Sätze. Sie lassen Herrn B. wieder atmen. Er darf den Kopf heben. Er darf nach Hause gehen. Er muss nicht sterben.

Einst, sagt Herr B., hatte dieser Momente die Kraft, ihn mehrere Tage zu wärmen. Heute verbrauche sich die Freude nach befundfreien Röntgenbildern oder mittlerweile selbst zu finanzierenden MRTs, nach tadellosen Sonografien, Magen- und Darmspiegelungen, nach Bluttests und einem CT innerhalb eines halben Nachmittags. Ein Tumor benötigt ja nicht unbedingt einen Lungenflügel, um darin zu hausen. Er kann auch unter der Haut wuchern, am Zahnfleisch, wo er sich als »kleine Stelle« tarnt, deren Röte Herr B. partout keine Ruhe lässt. Herr B. muss die Stelle betasten, sie im Spiegel betrachten.

Ein Außenstehender mag den Kopf darüber schütteln. Er mag lachen oder aus Mitleid weinen wie das Leben dem Hypochonder durch die Finger rennt. Eventuell rechnet der Außenstehende die Kosten nach, die dem Gesundheitssystem aus einem Leben der Arztbesuche erwachsen. Oder es steigt Unwillen in ihm auf, wenn er hört, was alles Herr B. bereits vergeblich unternommen hat. Da wären Verhaltenstherapien, eine Psychoanalyse. Da wären Anti-Depressiva, Benzodiazepine. Entspannungstrainings und buddhistische Meditation. Phasenweise besucht Herr B. zwei Mal täglich den Arzt. »Glauben Sie mir«, sagt er, »ich würde mir ein Bein abnehmen lassen, wenn ich sie los wäre, die Angst vor der tödlichen Krankheit.«

Vor Jahren hat er versucht, eine Selbsthilfegruppe zu gründen. Geantwortet habe ihm niemand. Was ihn nicht wundere. »Für einen Hypochonder ist die Gruppe ein Risiko. Wir bringen uns auf Ideen.«

Die 1%-Hürde

Der Tagesspiegel
29. Dezember 2014

Erschienen unter
Immer ist irgendetwas

Nebenbei bemerkt, die Selbsthilfezentralen NAKOS und Sekis erinnern sich für Berlin einzig an die Anfrage des Herrn B.

Elisabeth Wagner,
freie Journalistin

www.elisabethwagner.net
mail@elisabethwagner.net
+49-160-9772 5591

Zur Angst kommt die Scham. Der Selbsthass. Die Hypochondrie sei eine Art schuldlos mächtig zu sein, liest man. Die Angst erlaube dem Hypochonder, Fürsorge und Aufmerksamkeit zu fordern. Die Hypochondrie ist ein Drama, das in Beziehungen spielt. Mit Sympathie darf der »eingebildete Kranke« nicht rechnen. Was will ein Arzt ohne Grenzen, der in Westafrika gegen Ebola kämpft mit jemandem wie ihm? Nein, die Leute mögen ihn nicht. Außer wenn er in Gestalt brillanter Entertainer oder in der geschliffenen Sprache der Kolumnisten erscheint.

Der Zeitgeist hat sich gegen den Hypochonder entschieden. Namentlich die digitale Revolution verhält sich grausam. Sie liefert das grüne Männchen den Suchmaschinen aus. Morbus Google heißt das Phänomen der reinen Verzweiflung. Jeder Kopfschmerz ist einen Klick vom Gehirntumor entfernt, jeder blaue Fleck, jede Nachmittagsmüdigkeit führt direkt in die Leukämie. Zu sprechen wäre in diesem Zusammenhang auch über den heuchlerischen Eindruck der smarten digitalen Messgeräte, die ihren Träger ständig daran erinnern, wie sehr der eigene Kalorienumsatz, die Schlafqualität und das persönliche Bewegungsmuster zu wünschen übrig lassen.

Auf den ersten Blick könnte man meinen, ein Hypochonder müsste mit der Rundumbewachung glänzend zu Rande kommen. Entspricht sie nicht seinem Sicherheitsbedürfnis, seinem Wunsch nach ständigem Schutz? Dazu ein winziges Beispiel, eingesammelt auf der diesjährigen Internationalen Funkausstellung in Berlin, wo ein sehr elegantes Blutzuckermessgerät von i Health, der Glucomètre BG 5, zu sehen war. Er sei so schön, hieß es, dass man Lust auf Diabetes bekomme: »Si beau qu'il vous donne envie d'être diabétique« Für einen bekennenden Hypochonder ist das ein Schlag ins Gesicht. Ebenso wie der dazugehörige Marschbefehl. »Stay connected with your health«. Bleib' in Verbindung mit Deiner Gesundheit. Gleichgültig ob an Diabetes erkrankt oder nicht, der Hypochonder kann diesen Satz nicht lesen, ohne ihn für blanken Hohn zu halten. Er vertraut weder der Technik noch der Zukunft seines Körpers. Nachvollziehbar, warum Volker Hess, der Leiter des Instituts für die Geschichte der Medizin an der Charité, ihn als einen Außenseiter in einer zunehmend körperfixierten Gesellschaft versteht.

»Der Hypochonder hat Angst davor, zu krank und schwach zu sein«, sagt der Historiker, wohingegen der narzisstisch geprägte Zeitgenosse eher von der Sorge verfolgt sei, »nicht gesund und fit genug zu sein«. Die Perspektiven widersprechen sich: Für das Quantified Self ist der eigene Zustand nichts als eine Etappe hin zum Erfolg. Am Ende lockt die Unsterblichkeit. Der Hypochonder dagegen schlurft am Rande seiner Vergänglichkeit. Ohne allerdings zu ahnen, wie alt und groß die Geschichte seine Spaziergangs ist.

Er beginnt in der Antike, und zwar unter den Rippenbögen, in den Hypochondrien. Die Milz hat hier ihren Sitz, damit kommt gemäß der antiken Säftelehre die schwarze Galle ins Spiel. Unser

Die 1%-Hürde
Der Tagesspiegel
29. Dezember 2014

Erschienen unter
Immer ist irgendetwas

Seite 3/6

Spaziergänger leidet diesbezüglich an einem Überschuss, der ihn grüblerisch und tiefsinnig macht. Er ist ein Melancholiker. Jedenfalls bis ins 17. Jahrhundert. Die Schweizer Psychiaterin Esther Fischer-Homberger hat den Austausch der Symptome zwischen Melancholie und Hypochondrie sehr genau beschrieben. Wichtig dabei ist, dass körperliche Beschwerden, darunter vor allem Verdauungsstörungen, von Anfang an mit psychischen Zuständen wie denen der Mutlosigkeit, der Lebensunlust und Menschenfeindlich verschmelzen.

Elisabeth Wagner,
freie Journalistin

www.elisabethwagner.net
mail@elisabethwagner.net
+49-160-9772 5591

Ein Begriff der Hypochondrie selbst taucht erstmals bei Galen aus Pergamon auf. Sie ist die im Magen sitzende Melancholie, ein durch aufsteigenden Gallendunst hervorgerufenen, körperlich-seelisches Mischwesen, das heimatlos wird, als eine erstarkende Wissenschaft nicht mehr an das Konzept der schwarzen Galle glauben kann. Die Schwermut, die Ängstlichkeit werden nach Fischer-Homberger »diagnostisch heimatlos«. Bis sich das »nervengläubige« 18. Jahrhundert begeistert zur Stelle meldet. Unter seinem Schutz erlebt die Hypochondrie eine »spektakuläre Blütezeit«.

Sie ist die »Diagnose des Jahrhunderts« und heißt die »Englische Krankheit«. Sie heißt Spleen und Vapeurs, wobei letzteres auf die Blähungen anspielt, ohne die ein »hippischer« Charakter nicht auskommt. Immanuel Kant nennt sie die »Grillenkrankheit«. Kant war übrigens neben dem später geborenen Charles Darwin und dessen brillant hypochondrischer Tochter Etty, die sich gegen Erkältungen ein mit antiseptischer Wolle gestopftes Küchensieb über das Gesicht zog und in diesem Aufzug politische Diskussionen führte, einer der berühmtesten Bronchial-Hypochonder der Geschichte. Die Grillenkrankheit selbst erklärte er mit der menschlichen Fähigkeit, Wahrnehmungen zu deuten und dadurch zu intensivieren. Aus flüchtigen Empfindungen lassen sich fixe Ideen machen, doch Obacht, man wäre auf dem Holzweg, die Hypochondrie als lächerliche Größe abzutun.

Im Gegenteil schätzt das 18. Jahrhundert die Selbstbeobachtung, das Leiden an der eigenen Sensibilität. Wie kaum eine andere Krankheit genießt die Hypochondrie soziales Prestige. Sie gehört den Gelehrten, den hochempfindsamen Seelen. Das späte 19. Jahrhundert wird diese Zuordnung zerstören. Mit dem Aufstieg der Nervenkrankheiten verliert die Hypochondrie an Attraktivität. Was ist ihr graues Sicherheitsbedürfnis im Vergleich zu den lebenshungrigen Auftritten etwa der Hysterie? Während letztere dem Nervenarzt und Analytiker reiches Material zur Deutung bringt, buchstabiert der knöchrige Hypochonder das ABC seiner Körper-Angst. Sigmund Freud hat sich jedenfalls entsetzlich mit ihm gelangweilt. Der Hypochonder sei eine sexuell verklemmte, zur psychischen Symbolisierung unfähige Erscheinung, nicht zur Analyse bestimmt.

Von Glück kann er sagen, dass man ihn überhaupt noch unter die Kranken zählt. Eine Störung hat er jetzt. Eine von den somatoformen, also irgendwie körperlich ausagierten neurotischen Störungen. ICD-10-GM-2014 F45,2 hält ein Plätzchen für ihn bereit. Dort sitzt er als arme Verwandtschaft zwischen dem Psychosomatiker, der tatsächlich körperliche Schmerzen

Die 1%-Hürde
Der Tagesspiegel
29. Dezember 2014

Erschienen unter
Immer ist irgendetwas

Seite 4/6

entwickelt, und dem Angst- und Panikpatienten. Seine Symptomatik, heißt es, erfordere in den meisten Fällen eine zusätzliche Diagnose. Mit anderen Worten: Hypochondersein allein genügt nicht. Alexander Mitscherlich schrieb über die Krankheit als »historisches Gebilde«, die aus der sozialen Matrix der Erwartungen wächst. Die Hypochondrie ist also kein Teil dieser Matrix mehr. Sie ist aufgegangen in den Befindlichkeitsstörungen, den Missempfindungen im Schatten der Depression. Ob sich hinter seiner Angst nicht in Wahrheit etwas anderes verberge, fragt der Arzt, der es gut mit dem Hypochonder meint.

Elisabeth Wagner,
freie Journalistin

www.elisabethwagner.net
mail@elisabethwagner.net
+49-160-9772 5591

Der Psychiater Andreas Ströhle etwa würde auf der Frage nach der Depression bestehen. Er würde sich die Beschwerden des Hypochonders freundlich anhören und leise und bestimmt zu erwidern, dass es keinen anderen Weg gebe, als zu lernen, mit der »Restunsicherheit« zu leben. Ja, auch ein Hypochonder kann an Krebs erkranken. So unfassbar traurig das den Hypochonder auch machen mag. Er müsse sich konfrontieren, am sinnvollsten im Rahmen einer kognitiven Verhaltenstherapie. Herr B. will am Telefon nichts davon wissen. Wie er sich denn konfrontieren solle? Wie er denn die Monate aushalten solle, die er abwarten müsse, ob sein Husten schlimmer wird oder nicht?

Als Kind hörte er seinen Vater über einen an Krebs gestorbenen Bekannten sprechen. Es war ein Satz beim Abendbrot. »Aber war er doch immer ganz gesund«. Das Kind erschrak. Wie konnte das sein? Jemand ist gesund, und gleich danach tot. Wer war dann noch sicher? Der Gedanke war ein Schock: »Niemand.«

Aus dem Mund der Forschung hört sich der Zusammenhang trocken an. Man gehe, sagt Andreas Ströhle, inzwischen wie bei allen psychischen Störungen auch bei der hypochondrischen von einer neurobiologischen Beteiligung aus. Menschen können eine erhöhte »Vulnerabilität« mitbringen. Oft kippe die ängstliche Grundstimmung in der Pubertät. Der eigene Körper verändert sich. Der eigene Körper wird sterblich.

Herr B. glaubt, es müsse einem Menschen reichlich dickfällig sein, damit ihn der Krebs nicht um den Verstand bringe. Er selbst hat einen befreundeten Mathematiker beauftragt, die Wahrscheinlichkeit zu bestimmen. Er könne jetzt einfach mit der Angst aufhören. Er hätte sich dann 30 Jahre vergeblich Sorgen gemacht. Der Verzicht auf die Freude, die ständige Sorge und Anspannung, sie wären vergeblich gewesen! Und wer sagt ihm denn, dass die Krankheit nicht gerade darauf wartet, dass er lässig wird? Wer verspricht ihm, dass sie nicht gerade in dieses Vertrauen hineinschlägt? Eben.

Also erwidert er das Winken der Schönheit nicht. Von weitem lächelt sie ihm zu. »Das ist das Schreckliche«, sagt er, »dass ich weiß, wie wunderbar das Leben in Wahrheit sein kann.« Es ist ein alter, melancholischer Gedanke. Er handelt vom Schmerz der Vergänglichkeit. Von der Unerfüllbarkeit der Sehnsucht. Herr B., der Hypochonder, trägt ihn auf seine kleine, feige, menschliche Weise mit sich herum. Sein alter Hund läuft dazu neben ihm her. Herr B. liebt den Hund. Und er hat Angst vor ihm. Genauer gesagt

Die 1%-Hürde
Der Tagesspiegel
29. Dezember 2014

Erschienen unter
Immer ist irgendetwas

Seite 5/6

hat er Angst vor der Tollwut, die der Hund haben könnte.»Ja, ja, ich weiß«, räumt Herr B. ein, »Es gibt gar keine Tollwut im Moment.« Er lacht auf. Kurz nur.

Elisabeth Wagner,
freie Journalistin

www.elisabethwagner.net
mail@elisabethwagner.net
+49-160-9772 5591

Die 1%-Hürde

Der Tagesspiegel
29. Dezember 2014

Erschienen unter
Immer ist irgendetwas

Seite 6/6