



WAS BEDEUTET „NACHHALTIGE GESUNDHEIT“?

Das Thema für den Kongress für Integrative Medizin 2024

Das Thema unseres letzten Kongresses war „Medizin in der Zeitenwende“. Wir bleiben diesem Thema treu und setzen es auf dem Kongress 2024 fort. In der Zeitenwende ist das Wort „Nachhaltigkeit“ geradezu zu einem Schlüsselwort geworden. Es wird in den Medien, im öffentlichen Diskurs, aber auch in der Alltagskommunikation hoch frequent verwendet, ohne dass klar ist, was damit überhaupt gemeint ist. Geht es allgemein um die Zukunftsfähigkeit von Entwicklung? Um die Verwendung von erneuerbaren Ressourcen? Oder geht es um den langfristigen Erhalt von etwas, das wir als besonders schützenswert erachten? Letzteres können wir auf die Gesundheit von Menschen übertragen, sodass die Frage aufkommt, durch welche Art von Medizin diese am besten langfristig erhalten werden kann und welchen Beitrag die Integrative Medizin dazu leistet. Etwas weiter gedacht geht es bei dem Thema nachhaltige Gesundheit nicht nur um die Gesundheit des Menschen. In einer globalen Welt hängt alles miteinander zusammen: Luft- und Umweltverschmutzung beeinflussen also nicht nur die menschliche Gesundheit, sondern die Gesundheit aller Lebewesen. Der Zustand von „Mutter Erde“ hat Einfluss darauf, ob wir Gesundheit nachhaltig sichern können. Eine zu einseitige Betrachtungsweise kann daher nicht nachhaltig sein.

So können auch die Herangehensweisen der heutigen Medizin und des bestehenden Gesundheitssystems nachhaltige Gesundheit nicht garantieren. Das noch herrschende Paradigma ist das Gegenteil von Nachhaltigkeit. Zahlreiche Studien weisen darauf hin, dass beispielsweise bestimmte Schmerzmittel bei marginaler Wirkung deutliche Risiken für kardiovaskuläre, gastrointestinale und renale Nebenwirkungen mit sich bringen. Bei längerer Einnahme hoher Dosen erhöht sich sogar das Mortalitätsrisiko. Was bedeutet in diesem Zusammenhang also nachhaltige Gesundheit und welche Mittel und Wege kann die Integrative Medizin bereitstellen? Nachhaltig wird Gesundheitsförderung außerdem erst dann, wenn Menschen in ihren jeweiligen Lebenswelten sowie ausgehend von eigenen Ressourcen und Fähigkeiten selbst zu Protagonisten ihrer Gesundheit werden. Daher gilt es, neue Herangehensweisen zu fördern und die Grenzen traditioneller Disziplinen (Medizin, Psychologie, Pädagogik, Gesundheitswissenschaften etc.) zu sprengen, um Gesundheit aus einer interdisziplinären und systemischen Perspektive betrachten zu können. Nachhaltige Gesundheit erfordert einen erweiterten Blick und stärkt den Geist in der Medizin! Wir freuen uns auf konstruktive Ansätze und Diskussionen zu diesem Thema während des Kongresses.