

M

Yael Adler

Ich finde DR. GOOGLE

gar nicht schlimm



Mit oder ohne Maske? Als die Ärztin Yael Adler die noch mit Schutzmasken verhüllten WELT AM SONNTAG-Journalisten in ihrer Praxis in Berlin-Grünwald zum Interview empfängt, stellt sie die Frage ganz am Anfang, während sie parallel die Fenster öffnet und die Stühle in den nötigen Sicherheitsabstand stellt. Dann nimmt sie hinter ihrem Praxistisch Platz. Die Dermatologin und Ernährungsmedizinerin gehört inzwischen zu den bekanntesten Medizin-Erklärern in Deutschland. In ihrem neuen Buch „Wir müssen reden, Frau Doktor!“ beschreibt sie mit viel Akribie und Humor, was Patienten schon immer über Ärzte wissen wollten, bisher aber vielleicht nicht zu fragen wagten. Es geht um Kollegen, die keine Zeit für Gespräche haben und wenig Empathie zeigen – aber auch um Patienten, die alles besser wissen. Im Interview klappt es mit der Kommunikation. Mit oder ohne Maske? Lieber ohne, so das einheitliche Votum. Weil ja genug Durchzug herrscht und der Abstand gewahrt ist. Wirkt dennoch beruhigend, wenn man das noch mal, sozusagen mit ärztlichem Segen, bescheinigt bekommt.

VON CLAUDIA LIEBRAM
UND MARTIN SCHOLZ

WELT AM SONNTAG: Frau Adler, in Ihrem neuen Buch schreiben Sie unter anderem über bestimmte Typen von Ärzten und Patienten. Unter Ärzten gebe es Hypochonder und Narzissten. Wie viel von beiden steckt in Ihnen – auf einer Skala von eins bis zehn, von eher wenig bis sehr viel?

Yael Adler: Was den Hypochonder betrifft, gebe ich mir eine Zehn. Und es ist durchaus gut, wenn Ärzte Hypochonder sind.

WARUM?

Weil ein Hypochonder-Arzt gut vernetzt ist, er schaut über den Tellerrand hinaus, und davon profitiert der Patient. Zudem kann man sich als Hypochonder eben sehr empathisch in die Ängste eines Patienten einfühlen. Ich habe auch deshalb Medizin studiert, weil ich meine Hypochonder-Ängste bewältigen wollte – das hat aber nur geringfügig geholfen (*lacht*). Was den Narzissmus betrifft, würde ich mich in der Mitte der Skala sehen. Ich gehöre aber nicht zu jener Sorte Narzisst, der andere nicht sieht. Ich freue mich, wenn meine Arbeit, meine Leistung anerkannt wird. Aber ein richtiger Narzisst benutzt andere nur als Spiegel, er geht über sie hinweg, er ist nicht zum Austausch fähig. Das ist bei mir ganz und gar nicht so.

Patienten werden bei Ihnen auch typisiert – über Lehrer mit Doppelnamen beispielsweise schreiben Sie, das seien oft die schlimmsten Besserwisser. Haben Sie jetzt keine Angst vor einem Shitstorm?

Ich habe das ja nicht böseartig, sondern mit Augenzwinkern geschrieben. Es sind Klischees, an denen häufig etwas Wahres dran ist, wie jeder Arzt bestätigen wird. Einer der Kollegen in meinem Podcast sagte mir: „Für Lehrer nehmen wir uns ganz besonders viel Zeit. Weil sie einfach viele Fragen haben.“ Manchmal sitzen Lehrer vor mir, die mir sagen: „Tut mir leid, ich habe noch eine ganz lange Liste mit Dingen, die ich wissen möchte.“ Bei Journalisten ist das übrigens ähnlich. (*lacht*) Darüber kann man ja auch mal gemeinsam lachen. Nur: Wenn Patienten wirklich glauben, alles besser zu wissen, dann ist das nicht sympathisch. Das ist wie in der Partnerschaft – da mögen wir auch niemanden, der uns ständig die Welt erklärt. Vertrauen kann nur entstehen, wenn Arzt und Patient sich nicht gegenseitig anzweifeln oder überkritisch beäugen.

Wie gehen Sie mit solchen Besserwisser-Patienten um?

Ich sage dann meist so was wie: „Sie kommen doch zu mir, weil Sie denken, ich könne Ihnen helfen. Das will ich auch. Nur habe ich das Gefühl, dass Sie sich darauf eigentlich nicht recht einlassen mögen.“ Oft hilft das. Und falls nicht, kann man wie in einer scheidenden Beziehung sagen: „Okay, man trennt sich.“ Doch noch einmal: Auch wenn Lehrer dazu neigen, viele Fragen zu stellen, und Journalisten alles googeln, für mich als Ärztin ist das durchaus ein Vergnügen. Denn wir Ärzte mögen vorinformierte Patienten.

Sind Ärzte nicht genervt, wenn der Patient schon Dr. Google konsultiert hat und die Diagnose bereits zu kennen glaubt, wenn er in die Praxis kommt?

Nein, ich finde das gar nicht schlimm. Denn ein vorinformierter Patient bietet eine gute Gesprächsgrundlage. Dann kann man ihm entweder sagen: „Es ist genauso, wie Sie es beschrieben haben.“ Oder man muss noch etwas ergänzen und korrigieren. Oder man widerspricht. Aber man fängt nicht bei null an. Es zeigt, dass der Patient verstehen will und Verantwortung übernehmen möchte. Die Beziehung zwischen Arzt und Patient soll die Gesundheit stärken und Heilung ermöglichen. Damit das gelingen kann, sind beide Partner gefragt. Der Patient sollte nicht die ganze Verantwortung dem Arzt überhäufen, sondern aktiv an seiner Therapie mitwirken.

In Ihren bisherigen Büchern haben Sie über Hautkrankheiten, Körpertabus wie Inkontinenz oder Erektionsstörungen geschrieben. Diesmal folgt der große allgemeinmedizinische Rund-

schlag, zusammengeklammert von der grundsätzlichen Beziehung zwischen Arzt und Patient. Wollten Sie raus aus der Nische?

Nein. Ich habe mich als Hautärztin schon immer als ganzheitliche Ärztin gesehen. Die Haut ist verbunden mit allem in uns und um uns. Wir kommunizieren über die Haut, wir haben hektische Flecken, Gänsehaut, Stresspickel, wir spiegeln unsere Umwelt, unsere Mitmenschen. Es gibt psychiatrische Erkrankungen, die an der Haut typische Spuren hinterlassen. Auch wie gesund oder krank unsere inneren Organe sind, kann ich häufig an der Haut sehen. Nervensystem, Blutwerte, Verdauungsprobleme, Hormone, Sexualität – all das zeigt sich auch an unserer Oberfläche. Das heißt, ich muss mich als Hautärztin zwangsläufig mit all diesen anderen Themen ausekennen. Das ist meine große Leidenschaft. Ich bin wie eine Detektivin, ich forsche nach den Ursachen und gehe gewissermaßen von außen nach innen. Und oft dringt man dann auch zu unangenehmen Themen vor, zu schwe-

ren Erkrankungen. Dann stellt sich jedes Mal die Frage: Wie bespricht man das? Wo gibt es grundsätzliche Kommunikationsdefizite, nicht nur bei den Tabus? Und so entstand die Idee für mein neues Buch. Zunächst sollte es eher lustig werden. Ich wollte beschreiben, wie Ärzte die Patienten sehen und auch welche Macken und Spleens wir Ärzte so haben. Doch dann habe ich im Rahmen meiner Recherchen in den sozialen Medien, im Freundeskreis und bei meinen Patienten in der Sprechstunde gefragt, welche Erlebnisse es im Umgang mit Ärzten gibt. Ich bekam dann überraschenderweise viele alptraumartige Geschichten erzählt, bei denen eine schlechte Kommunikation und eine gestörte Beziehung eine große Rolle gespielt haben.

Die Corona-Pandemie wird in Ihrem neuen Buch nur am Rande erwähnt. Wie kommt das?

Es war ursprünglich viel mehr über Corona im Buch – ich habe aber vieles dazu wieder gestrichen, weil ich dachte: Wenn dieses Buch erscheint, wollen die

Leute auch mal wieder etwas anderes lesen als nur Corona. Es gibt ja noch andere und häufig gefährlichere Erkrankungen als Covid-19. Und überall ist eine gute Arzt-Patient-Beziehung wichtig, oft sogar überlebenswichtig. Was Corona betrifft, habe ich den Eindruck, dass wir kommunikativ in sehr rauem Fahrwasser unterwegs sind, weil sich die Debatte über den richtigen Umgang mit der Pandemie derart zugespitzt hat, dass es schwierig ist, laut in alle Richtungen zu denken. Ich weiß das von vielen Kollegen, die sich Gedanken über den Umgang mit der Pandemie machen, diese Gedanken aber nicht mehr öffentlich teilen, weil sie Angst davor haben, bewusst missverstanden zu werden und in einem Shitstorm zu landen.

Warum genau?

Ganz gleich, ob Sie die Corona-Maßnahmen zu krass oder zu schwach finden, oder ob Sie die deutliche Zunahme von Selbstmorden während des Lockdowns benennen oder auf die schweren Verläufe anderer Krankheiten infolge

der Corona-Maßnahmen aufmerksam machen, Sie erleben eine Meute, die über Sie herfällt. Das führt dazu, dass eine ganze Reihe von Ärzten ihre Beobachtungen, Gedanken oder Zweifel ungern öffentlich ausspricht. Sowohl, weil sie als wissenschaftlich geprägte Menschen vorsichtig und zurückhaltend sind, da die Erkrankung noch nicht ganz verstanden ist, aber eben auch, weil es öffentlich keine ruhige und sachliche Diskussionsatmosphäre gibt. Wir erleben eine Kommunikation, die von Angst getrieben ist und daher sehr emotional und auch aggressiv aufgeladen ist.

Wie sehen Sie diese Entwicklungen?

Ich fand es schlimm, dass ich Patienten so verängstigt erlebte, weil sie dachten, Corona sei die Diagnose der Diagnosen. Alle anderen Erkrankungen wurden ihr quasi untergeordnet. Das hat vielfach dazu geführt, dass an anderen Beschwerden Erkrankte aus Angst vor einer Corona-Infektion lange Zeit lieber zu Hause blieben, statt in die Notaufnahme zu gehen, und zum Beispiel eine Herzklappenentzündung nach Streptokokken-Infekt, Herzinfarkt-Vorboten oder Lungenerkrankungen verschleppt haben. Auch junge Menschen sind so an Krankheiten gestorben, die man rechtzeitig hätte heilen können. Natürlich verstehe ich, dass man – eigentlich löblich – die Ressourcen der Kliniken freihalten wollte. Aber diese Entscheidung hatte eben auch Folgen. Tumor-Vorsorgeuntersuchungen und Krebsoperationen wurden verschoben. Krebskrankungen blieben länger unentdeckt, bösartige Tumoren unbehandelt. Das kann Spätfolgen mit sich bringen, das Metastasen-Risiko steigt. Es gibt viele Krankheiten, nicht nur Corona. Massive Angstgefühle schalten im Gehirn die Vernunft aus. Bis die Vernunft wieder eingesetzt hat und die Menschen trotz Corona wieder zur Vorsorge gingen und es dafür auch wieder Termine gab – das hat gedauert. Gleichzeitig möchte ich natürlich nicht, dass Menschen leichtsinnig sind und Corona-Risiken ignorieren. Es geht immer um eine Balance.

Was geht Ihnen durch den Kopf, wenn Sie sehen, dass Verschwörungstheoretiker, rechte wie linke extreme Gruppen, oder Esoteriker gemeinsam gegen Schutzmasken demonstrieren?

Corona ist ein komplexes Thema, das in solchen Fällen von Leuten missbraucht wird, die aus ganz anderen Gründen un-

Yael Adler
Ärztin

Yael Dagmar Adler wurde am 17. Juli 1973 in Frankfurt am Main geboren. Sie studierte **Humanmedizin** in ihrer Geburtsstadt und Berlin, promovierte 1999. Sie ist Ärztin für Haut- und Geschlechtskrankheiten, Venenheilkunde und Ernährungsmedizin mit eigener **Praxis** in Berlin. Seit 2003 ist sie als Medizinexpertin im Fernsehen und in den sozialen Medien zu sehen. Ihre Bücher „Haut nah“ (2016) sowie „Darüber spricht man nicht“ (2018) waren Bestseller. Seit 2018 leitet sie **Podcasts** zu Medizin-Themen. Jetzt ist ihr neues Buch „Wir müssen reden, Frau Doktor!“ erschienen. Sie lebt mit ihrem Ehemann, dem Zahnarzt Elio Adler, in Berlin. Das Paar hat zwei Söhne.

zufrieden sind und die sich jetzt dieses Reizthema aussuchen und daran alles festmachen. Das vereint die Extremen und die Unvernünftigen und ist darum so gefährlich. Diese Gefahr muss man ernst nehmen. Wir erleben auch, wie manche Menschen Vertrauen verlieren, wenn sich medizinische Einschätzungen ständig ändern. Nur: Das ist eben in einer Ausnahme-situation so. Im Gesamtbild – und das ist wichtig – haben Politik und Gesellschaft es bisher geschafft, mit der Pandemie und ihren Folgen überwiegend gut umzugehen. Man sollte am Beispiel Corona lernen, dass das Leben nicht berechenbar ist. Und dass man eigenverantwortlich damit umgehen muss. Zugleich nehme ich auch die Medien in dem Zusammenhang kritisch wahr, weil sich auch in der Pandemie der Trend zur Skandalisierung fortsetzt: Eine beängstigende Überschrift klicken alle an. Da nützt es wenig, wenn im Artikel später einiges relativiert wird. Das Angstmachende bleibt hängen. Eine Pandemie betrifft uns ALLE, und da haben nicht nur Politik, Bürger, Ärzte und Epidemiologen, sondern auch die Medien eine Verantwortung für den Umgang mit ihr.

■ Lesen Sie den zweiten Teil des Interviews mit Yael Adler am Montag in der WELT. Ein Gespräch über Schönheits-Chirurgen auf Instagram, Vorurteile über Ärzte und ratlose Patienten.

Abgezeichnet von: Chef vom Dienst Artdirector Textchef Chefredaktion

