



Homöopathische Arznei und die Kinder zeichnen lassen: Beides gehört zur anthroposophischen Praxis.

# «EIN GUTER ARZT IST EIN GUTER BEOBACHTER»

Kranken Kindern begegnet Michael Seefried mit offenen Augen und offenem Herzen. So bekommt der anthroposophische Mediziner bereits vor der Untersuchung ein erstes Bild vom kleinen Patienten.

— Text **Ginette Wiget** Fotos **Mara Truog**

## Herr Seefried, Sie verschreiben Ihren Patienten manchmal Tanz als Therapie. Weshalb?

Sie sprechen die Heileurythmie an. Das ist eine Bewegungskunst aus der Anthroposophischen Medizin, die Menschen hilft, wieder ihre innere Mitte zu finden. Kinder mit Konzentrationsschwierigkeiten etwa richten ihre Aufmerksamkeit vor allem nach aussen statt bei sich zu sein. Unsere Heileurythmistin zeigt solchen Kindern einfache Bewegungsabfolgen, die ihnen helfen, mehr zentriert zu sein.

## Sie sind Schulmediziner und anthroposophischer Arzt. Wie unterscheiden Sie sich von anderen Kinderärzten?

Die Anthroposophische Medizin versteht sich als Erweiterung der Schulmedizin und beruht darauf, dass jeder Mensch ein körperliches, seelisches und geistiges Wesen ist. Das spielt bei Betrachtung von Krankheiten und deren Behandlung eine wichtige Rolle. Wir sehen Krankheit als Zeichen, dass das Gefüge zwischen Körper, Seele und Geist nicht im Gleichgewicht ist und geben uns nicht mit der Beseitigung von Symptomen zufrieden. **Können Sie das an einem Beispiel veranschaulichen?**

Bei einer Mittelohrentzündung gucke ich nicht nur ins Ohr. Ich achte auch darauf, wie es dem Kind im Gesamten geht. Bei einer Mittelohrentzündung kommt es zu einer Stoffwechselaktivität in einem Sinnesorgan, wo sie nicht hingehört. Das kann ein Zei-

chen sein, dass der Stoffwechsel im ganzen Körper nicht im Gleichgewicht ist.

## Wie finden Sie das heraus?

Ich untersuche das Kind, ich frage die Eltern nach Ess- oder Verdauungsgewohnheiten. Vielleicht hat das Kind viel Luft im Bauch, mag bestimmte Sachen nicht essen. Oder es ist vermehrt wütend. Das alles kann ein Zeichen für einen unausgebalancierten Stoffwechsel sein. Komme ich zum Schluss, dass das System aus dem Lot ist, verschreibe ich das entsprechende homöopathisch-anthroposophische Heilmittel.

## Wie wirken solche Mittel?

Sie regen die Selbstheilung an und helfen, dass das Kind, wie in diesem Beispiel, den Stoffwechsel im ganzen Organismus ausgleichen und so gesunden kann. Der Körper muss sich nicht mehr im Ohr austoben.

## Verschreiben Sie Ihren Patienten auch Antibiotika?

Wenn nötig ja. Das ist aber selten der Fall. Gebe ich etwa bei einer Mittelohrentzündung Antibiotika, beseitigt das zwar die akute Entzündung, führt aber nicht zur Heilung.

## Warum nicht?

Meist ist das Trommelfell eine Woche nach der Antibiotikagabe immer noch entzündet, auch wenn die Schmerzen weg sind. Da- →

## MICHAEL SEEFRIED

Der 58-jährige Mediziner ist Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin, Allgemeinmedizin sowie Anthroposophische Medizin. 2009 gründete er das Paracelsus-Zentrum Sonnenberg in Zürich mit. Er hat eine erwachsene Tochter, einen zweijährigen Enkelsohn und lebt im Zürcher Oberland.



Als anthroposophischer Arzt ist er über die Stadtgrenzen Zürichs hinaus bekannt. Soeben ist sein erstes Buch erschienen: «Kommt ein Kind zum Arzt. Dem Leben mit Zuversicht begegnen. Triga Verlag, 26.40 Fr.

«Jeder Schulmediziner  
ist eingeladen, dem  
Patienten zuzuhören.  
Das wird ihm  
sogar bezahlt.»



**Wohnlich:**  
Michael  
Seefried  
setzt in seiner  
Praxis auf  
Holz.

**Ist im Gespräch ganz für seine Patienten da: Michael Seefried.**

durch steigt die Gefahr, dass das Kind beim nächsten Schnupfen wieder eine Mittelohrentzündung bekommt. Mit homöopathischen Medikamenten kann ich dem entgegenwirken.

#### **Wie gehen Sie vor, wenn ein Schulkind über Bauchweh klagt?**

Bauchweh ist ein häufiges Symptom, hinter dem sich vieles verstecken kann. Um organische Ursachen wie eine Blinddarmentzündung, Magen-Darm-Infektion oder einen Harnwegs-Infekt auszuschliessen, führe ich körperliche Untersuchungen durch. Mich interessiert auch, wann das Kind Bauchweh hat. Ist es abhängig vom Essen oder tritt es morgens vor der Schule auf? Wichtig ist zudem, ob die Eltern dem Kind anmerken, dass es Bauchweh hat. Klagt das Kind über Bauchschmerzen, spielt aber weiter, steckt meist keine körperliche Ursache dahinter. Dann gibt es eine Palette an seelischen Möglichkeiten. Wenn die Eltern zum Beispiel Schwierigkeiten bei der Arbeit haben und gestresst sind, kann das Kind diesen Stress spiegeln und mit Bauchweh reagieren.

#### **Würde ein guter Schulmediziner solche Überlegungen nicht auch miteinbeziehen?**

Natürlich. Egal, welche Medizin wir vertreten, der Arzt sollte über eine gute Wahrnehmung verfügen. Und er sollte eine gute Anamnese, also das Erfragen der Krankengeschichte und der familiären Situation, sowie eine gute körperliche Untersuchung durchführen. Lassen sich organische Gründe ausschliessen, ist es wichtig, nach seelischen Ursachen zu forschen.

#### **Sie bitten Kinder mitunter, ihre Familie zu malen.**

Ein Kind spiegelt oftmals die Familiensituation wieder. Über das Malen drückt es aus, was in seinem Unterbewusstsein lebt. Schauen Sie ein Bild an, sehe ich zum Beispiel, mit welchen Farben die Familienmitglieder und das Kind gemalt sind. Sind alle anwesend? Finden sich die Farben der Eltern bei den Kindern wieder? Wie malt sich das Kind in einer Situation, in dem es ihm schlecht geht, und wie, wenn es ihm gut geht? Ich überlege, was das bedeuten könnte und ob das zu den Eindrücken passt, die ich sonst habe.

#### **Sind die heutigen Kinder stärker belastet als früher?**

Ja, ich bin seit zwanzig Jahren Kinderarzt und habe diesen Eindruck gewonnen.



*«Wir leben in einer Demokratie, und die Menschen haben das Recht, diejenige Medizin auszusuchen, die sie für richtig halten.»*

#### **Wie zeigt sich das in Ihrer Praxis?**

Ich sehe viele Kinder, die häufig Bauch- oder Kopfweh haben, häufig krank sind oder in der Schule nicht zurecht kommen.

#### **Wo vermuten Sie die Gründe?**

Die Bindungssicherheit der Kinder hat abgenommen. Viele Mütter sind dazu verdonnert, kurz nach der Geburt wieder arbeiten zu gehen und geben ihre Kinder deshalb schon früh in die Krippe, wo Schichtdienst und Personalwechsel regelmässig vorkommen. Kinder aber brauchen vor allem in den ersten Lebensjahren feste Bindungspersonen, um zu gedeihen. Ein weiterer Punkt ist, dass die Anforderungen in den Schulen gestiegen sind und die Kinder darunter leiden.

#### **Inwiefern?**

Die Kinder sind heute mehr unter Druck als noch vor zehn, zwanzig Jahren. So wird an vielen Orten verlangt, dass alle Kinder schon Mitte der ersten Klasse lesen und schreiben können. Entwicklungsphysiologisch gesehen ist das unsinnig, und es gibt keine medizinische oder pädagogische Begründung dafür. Jedes Kind sollte sich nach seiner eigenen Geschwindigkeit entwickeln können, es will lernen, aber nach seinem Tempo. Das wird in der Schule zu wenig berücksichtigt. Zudem fehlt immer mehr der Raum für kreative und praktische Tätigkeiten, welche sich stabilisierend auf die emotionale Entwicklung auswirken. Viele Kinder haben

feine Antennen, sie nehmen wahr, wie die Stimmung im Klassenzimmer ist und wie es jedem geht. Besonders diese Kinder brauchen Fächer wie Musik, Malen, Bewegung, Werken oder Theaterspiel, die eine emotionale und soziale Begleitung bieten.

#### **Die Komplementärmedizin ist beliebt im Volk, besonders bei den Eltern. Trotzdem gibt es nicht viele Kinderärzte, die Schul- und Komplementärmedizin anbieten.**

Es lassen sich zwar mehr Ärzte komplementärmedizinisch ausbilden als früher. Im Verhältnis zu den herkömmlichen Ärzten sind es jedoch immer noch viel zu wenig.

#### **Manche Ärzte stören sich daran, dass die Wirksamkeit der komplementärmedizinischen Methoden nicht belegt ist. Und möchten sie am liebsten aus dem Grundversicherungskatalog streichen.**

Wir leben in einer Demokratie, und die Menschen haben das Recht, diejenige Medizin auszusuchen, die sie für richtig halten. Zudem stimmt es nicht, dass die Komplementärmedizin wirkungslos ist. Die Homöopathie zum Beispiel gibt es seit 250 Jahren, wenn sie keine Wirkung hätte, würde die Nachfrage nicht weiter steigen.

#### **Wissenschaftliche Studien bescheinigen der Homöopathie lediglich Placebo-Effekte.**

Die Studien sind nicht plausibel, man sollte schauen, wer sie finanziert hat. Es ist unmöglich, homöopathische Mittel mit denselben Methoden zu überprüfen wie Medikamente aus der Schulmedizin. Hier sollten Forschungsinstitute der Schul- und Komplementärmedizin mehr zusammenarbeiten.

**Würden sich die Schulmediziner mehr Zeit für ihre Patienten nehmen, bräuchte es dann die Komplementärmedizin überhaupt noch?**

Das Gespräch ist eine Voraussetzung für einen therapeutischen Prozess, aber kein Ersatz für eine bestimmte Art von Medizin. Zudem ist jeder Schulmediziner eingeladen, sich mehr Zeit zu nehmen und den Patienten zuzuhören. Das wird ihm sogar bezahlt...

**... aber weniger gut, als wenn er in dieser Zeit einen Ultraschall oder ein Röntgenbild macht.**

Das stimmt. Das ist der Grund, warum die Gesundheitskosten so explodieren. Dabei

sollte die Apparatemedizin den Arzt in seiner Tätigkeit unterstützen und ihn nicht ersetzen. Am Anfang sollten das Gespräch und bei Bedarf die körperliche Untersuchung stehen. Je genauer ich das mache, desto weniger brauche ich Apparate.

**Sie geben Eltern Ihre Handynummer, wenn sie dringend mit Ihnen sprechen wollen.**

Mir ist wichtig, dass die Beziehung zwischen Arzt und Patient ein Vertrauensverhältnis ist. Indem ich den Eltern meine Nummer gebe, unterstütze ich das. Sie nutzen das nicht aus. Niemand ruft mich in der Nacht wegen einer Lappalie an. Ich bin nicht 24 Stunden am Tag erreichbar. Aber ich rufe zurück. Weil ich meine Patienten gut kenne, kann ich den Fall oft am Telefon klären.

**Was macht einen guten Kinderarzt aus?**

Er sollte ein guter Beobachter sein. Und den Patienten in seinem Herzen berühren.

**Was heisst das?**

Er sollte es schaffen, dass sich ein Mensch emotional angenommen fühlt. Das ist die Basis, auf der sich ein therapeutischer Prozess vollziehen kann.

**Wie schaffen Sie das?**

Das fragen Sie am besten meine Patienten. Ich versuche, eine Bindung aufzubauen und zu erfassen, warum sie hier sind. Nicht immer sind es die Gründe, die sie angeben. Ich hole die Patienten jeweils vom Wartezimmer ab. Schon auf dem Rückweg versuche ich wahrzunehmen, wie die Stimmung ist. Und im Gespräch versuche ich, ganz für die Person da zu sein. Führe ich Vorsorgeuntersuchungen durch, mache ich auf den ersten Blick wenig. Viele Tests kann ich mir sparen. Denn wenn ich mich mit Eltern und Kind unterhalte und sie beobachte, nehme ich viel wahr. Wie das Kind spielt, wie es sich bewegt oder emotional gibt. Und deswegen finde ich den Beruf so spannend, weil sich viel vom Menschen ablesen lässt. Man muss nur seine Augen öffnen. Und sein Herz. ■

ANZEIGE

# Gesunde Durchblutung

mit PADMA 28.



**Durchblutungsstörungen:  
Eingeschlafene Füsse können ein Warnsignal sein.**

Tibetisches Arzneimittel.  
Aus Pflanzen und Mineralien.  
Hergestellt in der Schweiz.



Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.  
Lesen Sie die Packungsbeilage.  
PADMA AG



**PADMA**  
www.padma.ch