

Niemand ist eine Insel – Burnout im Arztberuf



„Niemand ist eine Insel ganz für sich; jeder Mensch ist ein Stück des Kontinents, ein Teil des Festlands. Wenn ein Erdklumpen ins Meer gespült wird, wird Europa weniger, genauso als wenn's eine Landzunge würde, oder ein Landgut deines Freundes oder dein eigenes. Jedes Menschen Tod ist mein Verlust, denn ich bin Teil der Menschheit; und darum verlange nie zu wissen, **wem die Stunde schlägt**; sie schlägt dir selbst.“

(John Donne, 1572-1631, britischer metaphysischer Schriftsteller und Priester, Meditation XVII)

...mit diesem Titel und Zitat des bedeutendsten metaphysischen Dichters, aus dem Ernest Hemingway wiederum seinen Roman „Wem die Stunde schlägt“ übertitelte, beginnt Jutta Menschik-Bendele, ordentliche Professorin für Klinische Psychologie und Psychoanalyse an der Universität Klagenfurt/Österreich ihr frisch erschienenes Buch „Burnout und Prävention“, aus dem ich mit freundlicher, persönlicher Genehmigung der Autorin im Folgenden zitiere.

Nicht nur die politisch verordneten finanziellen Restriktionen erschweren uns Ärzten die angemessene und qualitativ hochwertige Ausübung unseres Berufes, auch die zunehmende Leistungsverdichtung und emotionalen Erwartungen seitens unserer zunehmend schwerkran-

ken Patienten belasten uns mindestens ebenso stark, wobei diese Komponente in der öffentlichen wie der eigenen Wahrnehmung gerne unterdrückt oder verdrängt wird. Gerade der Arzt als seinen Patienten und Partnern menschlich gleichwertiges Individuum stößt in der Selbsteinschätzung als allgegenwärtiger Helfer an seine Grenzen.

„Ärzte weiterhin vorn“ – eine Dauerüberschrift in der Allensbacher Berufsprestige-Skala, seit vielen Jahren rangieren die Ärzte mit rund 80% an der Spitze der „Top Ten“ der angesehensten Berufe, weit vor den Pfarrern (39%), Hochschulprofessoren (34%) und Grundschullehrern (33%) – Schlusslichter bilden ebenso konstant Gewerkschaftsführer, Politiker und – eher erstaunlicherweise – Buchhändler. Die meisten Deutschen nennen „Arzt“ als ihren heimlichen Traumberuf – die Faszination dieser Profession leidet nicht einmal unter der zunehmenden Kritik: 63% beklagen, dass sich Ärzte zu wenig Zeit nehmen, 52% bemängeln, dass Privatpatienten wichtiger sind als andere und 44%, dass die Behandlung nicht erklärt wird. Nur ein Drittel der Ärzte wird als „menschlich“ und auf die Patienten eingehend erlebt. Dennoch sind Ärzte gesellschaftlich hoch angesehen, man bescheinigt ihnen moralische Integrität und die Fähigkeit, das Leben gegen den Tod zu verteidigen.

Als Hauptgrund der Absicht, Arzt zu werden, nennen Medizinstudenten idealistisch-humanitäre Motive, die den Wunsch ausdrücken, anderen zu helfen und sozial-karitativ tätig zu sein, danach folgt das Interesse an naturwissenschaftlichen Themen und erst dann die in den Medien hauptsächlich verbreitete Trias aus finanzieller Sicherheit, so-

zialem Ansehen und selbständigem Arbeiten, ganz am Schluss die Einflüsse von Vorbildern und Familientraditionen. Die äußere Zuschreibung von Vertrauen, Macht, Ansehen und Kompetenz führen zu einer gewaltigen Idealisierung des Arztberufes mit der daraus resultierenden unrealistischen Übertreibung der positiven Eigenschaften des Berufsstandes mit der Verführung der Ärzte, das ärztliche Selbst zum unrealistisch überhöhten Ideal zu erheben – befeuert ganz alltäglich durch TV-Serien wie „Das Krankenhaus am Rande der Stadt“ 1979 und „Die Schwarzwaldklinik“ 1985 mit sonst nie erreichten Rekord-Zuschauerzahlen von 28 Millionen (60% Marktanteil): so wird Volks(ver)bildung betrieben.

In der Psychoanalyse wird Idealismus als Abwehrmechanismus gegen unlustvolle Affekte wie Angst, Scham Schuld und Unvermögen definiert, bei Ärzten möglicherweise zum Schutz des psychischen Gleichgewichtes. Die von Hippokrates für Ärzte postulierten Erwartungen, die das Wohl des Kranken, die Würde des Menschen, die Erhaltung des Lebens, die Abwendung von Schaden und die Vertrauenswürdigkeit zum Ziel haben, stellen erhebliche Anforderungen an die Persönlichkeit des Arztes.

Was ist Burnout?

Vereinfacht definiert wird Burnout als **emotionale Erschöpfung, Verlust an Energien und teilweise sozialer Rückzug aus Arbeit und privaten sozialen Kontakten**; ausgelöst durch übermäßige und andauernde Belastung, Druck und Überanstrengung. Somatische Symptome umfassen kardiale Beschwerden, Verdauungsprobleme, Kopfschmerz, Müdigkeit, Muskelverspannung und generelle Lustlosigkeit. Mentale Symptome zeigen Konzentrationsschwächen, fehlende Ziele und verminderte Belastbarkeit, dazu emotionale Auffälligkeiten wie Nervosität, depressive Verstimmungen, Unruhe, Pessimis-

mus, fehlende Motivation, Kontaktverlust, innere Leere, vermindertes Selbstwertgefühl und Zynismus. Cave: erkennen Sie sich schon wieder ?

Und die Ärzte? Mindestens 20% aller Ärzte kämpfen mit manifesten Beschwerden im Sinne eines Burnout; 78% äußern sich resignativ oder unzufrieden über ihren Beruf, 58% möchten nicht mehr als Vertragsarzt arbeiten und 37% würden den Beruf heute nicht mehr ergreifen (Bergner 2004). Morbiditäts-, Mortalitäts- und Suizidrisiko wie auch die Suchtgefährdung liegen bis zu 2,5fach höher als in der Gesamtbevölkerung. Sind das nicht alarmierende Zahlen für die Berufsgruppe mit dem höchsten Ansehen oder ist das der dafür zu zahlende Preis ? Stellen Sie sich einmal vor, welche finanziell üppig ausgestatteten Präventions- und Therapiekampagnen aufgelegt würden, wenn diese Zahlen bei Politikern bekannt würden... Das idealisierte Selbstbild von Ärzten als Menschenfreunde und Helfer lässt Hilfe für sich selbst oft nicht zu: Lebens-Aufgabe statt Lebensaufgabe?

Fazit: Nicht nur immer weniger Honorar für immer mehr Arbeit, auch immer mehr seelische Belastung bei immer weniger Zufriedenheit im Beruf haben Ärzte zu schultern. Um auch diesem Aspekt angemessenen Raum in der zukünftigen berufspolitischen Vertretung zu geben, möchten wir Sie als erste humanmedizinische Fachgruppe einladen, sich an einer ehrlichen Analyse zu beteiligen, um daraus notwendige Schlüsse abzuleiten und Maßnahmen zu entwickeln. Durch Vertiefung in den folgenden Beitrag von Frau Kollegin Geuenich, Leiterin der Wissenschaftlichen Akademie für Psychosomatik in der Arbeitswelt in der Röher Park Klinik in Eschweiler, und Ihre Beteiligung an der von ihr entwickelten Burnout-Umfrage geben Sie Ihrem Berufsverband Daten



und Fakten an die Hand, uns allen die Freude am schönsten aller Berufe wieder steigern zu helfen. Die Lektüre des in diesem Beitrag viel zitierten Buches „Burnout und Prävention – ein Lesebuch für Ärzte, Pfleger und Therapeuten“ von Ratheiser, Menschik-Bendele, Krainz und Burger (Springer Verlag Wien New York, ISBN 978-3-211-88895-

7) lege ich Ihnen zusätzlich ans Herz. Über die Ergebnisse der Umfrage und die daraus folgenden möglichen Instrumente berichte ich Ihnen Anfang 2012 an gleicher Stelle.

„Niemand ist eine Insel!“

Ihr

Wolfgang Bühmann