

Interview mit Herrn Professor Schubert über das Projekt PETRA in 2019 mit den Tirol Kliniken

Moderator:

Herzlich Willkommen Herr Professor Schubert. Sie sind Leiter des Labors für Psychoneuroimmunologie in Innsbruck und haben sich bereit erklärt, heute etwas über das Projekt PETRA zu erzählen. Ein Projekt an dem Sie auch maßgeblich beteiligt sind. Vielen Dank, dass Sie heute hier sind.

Professor Schubert:

Danke für die Einladung.

Moderator:

Herr Professor Schubert, Sie sprechen in Ihren Büchern und Artikeln oft und immer wieder über den Aufbruch in eine neue Medizin. Was hat es denn mit diesem Aufbruch auf sich? Wie kann man sich das vorstellen?

Professor Schubert:

Also wir verstehen unter einer neuen oder erweiterten Medizin eine Medizin, die den Patienten ganzheitlich sieht und zwar sowohl in seiner körperlichen, von seiner körperlichen Seite her, aber natürlich ganz besonders auch von seiner psychischen oder auch psychosozialen Seite, also sein Alltagsleben, sein Leben in Beziehungen, also inwieweit diese ganzen Faktoren Einfluss haben auf Gesundheit und Krankheit. Und derzeit ist die Situation leider eher anders. Die derzeitige Schul- oder Biomedizin behandelt den Menschen eher wie eine Maschine, spaltet Körper und Seele auseinander, behandelt also nur den Körper. Selten wird auf den seelischen Teil geachtet und wir haben herausfinden können, dass das Seelische einen enormen Einfluss hat auf krank werden und Aufrechterhaltung von Krankheit.

Moderator:

Jetzt gib't's für diese Überlegungen des Aufbruchs in eine neue Medizin mittlerweile auch einen wissenschaftlichen akademischen Hintergrund, der auch sehr stark im Wachstum begriffen ist und dieser Hintergrund nennt sich Psychoneuroimmunologie. Es gibt da ja auch ein Labor, das von Ihnen geleitet wird in Innsbruck. Was ist denn Psychoneuroimmunologie?

Professor Schubert:

Also die Psychoneuroimmunologie oder man kürzt sie ab „PNI“ ist ein relativ junger Forschungsbereich. Wenn man die ganze Medizingeschichte anschaut, gar nicht so alt, 40 Jahre, gut 40 Jahre alt und hat vor allem sich mit dem Thema auseinandergesetzt in wie weit psychische Faktoren, Nervensystem und Immunsystem, also so wie ich es vorhin gesagt habe das außerhalb des Körper existierende und das innerhalb des Körper existierende, in wie weit die miteinander in Verbindung stehen und wichtig sind für Gesundheit und für Krankheit, und da hat man auch im Zusammenhang mit Rheumatoide Arthritis bahnbrechende Ergebnisse gefunden. Nämlich man konnte zeigen, dass psychosoziale Stressoren, also das was uns jeden Tag passieren kann an psychischen Belastungen, dass das einen fundamentalen Einfluss hat auf Entzündung bei Rheumatoider Arthritis und das geht bis in den Zellkern hinein, also bis in die molekularen Bestandteile unseres Lebens und nicht nur, dass Entzündung angeheizt wird durch psychische Belastung, sondern, und das ist ein ganz wichtiger weiterer Hinweis, es wird sogar die Wirkung von Medikamenten, die bei Rheumatoide Arthritis gegeben werden, Glucocorticoide, diese Wirkung wird gehemmt, das heißt wir haben einerseits zu viel Entzündung und auf der anderen Seite wirken auch die Medikamente bei psychischer Belastung nicht. Die gute Nachricht ist aber, dass heiteres Lachen, also wenn es uns richtig

gut geht, wenn wir Wohlbefinden haben, dass das genau das Gegenteil macht. Nämlich die Entzündung senkt und was die Psychoneuroimmunologie auch finden konnte, und was ich immer wieder auch in meinen Vorträgen betone, ist das Immunsystem macht etwas mit unserer Psyche, also nicht nur Psyche macht was mit Immunsystem und Entzündung bei Rheuma, sondern umgekehrt erhöhte Entzündungswerte werden im Gehirn weiter ins Gehirn weitergeleitet und führen dort zu einer Veränderung unserer Psyche, unseres Erlebens und unseres Verhaltens. Wir kennen das alle, wenn wir eine Erkrankung durchmachen, eine Grippe, einen grippalen Infekt und wenn wir uns dann erschöpft, müde fühlen, wenn wir keinen Appetit haben, Menschen keinen Kontakt haben wollen, uns ein bisschen depressiv fühlen. Das macht alles die Entzündung, und bei Rheumatoider Arthritis sind natürlich die Entzündungslevel erhöht und damit sind auch Menschen, die von dieser schweren chronischen Erkrankung betroffen sind, häufig matt, erschöpft, haben erhöhte Schmerzempfindung und fühlen sich oft auch mal depressiv. Also ganz wichtig: Die Entzündung muss reduziert werden. Man macht das in der Maschinenmedizin mit Medikamenten und wir gehen aber jetzt davon aus, dass es eine Reihe von Möglichkeiten der Behandlung gibt, die die Medizin noch gar nicht wirklich in Anspruch genommen hat. Nämlich die Reduktion von psychischer Belastung, der Aufbau von Wohlbefinden, die richtige Ernährung, das richtige Schlafverhalten und auch ausreichend Bewegung. Das sind alles Faktoren, von denen wir heute wissen, dass sie Rheumatoide Arthritis günstig beeinflussen, wenn nicht sogar auf den Weg der Gesundheit führen.

Moderator:

Jetzt gibt's dieses Projekt PETRA. Das bedeutet personalisierte Therapie für Rheumatoide Arthritis. Was ist denn das genau?

Professor Schubert:

Das ist ein Konzept, das wir in den letzten Jahren entwickelt haben. Gemeinsam mit dem oder federführend mit dem BKK Betriebskrankenkassen Landesverband in München, politischer Verantwortungsträger im Gesundheitssystem in Deutschland, hat sich überzeugen lassen durch unsere Daten und Ideen und hat uns Geld in die Hand gegeben, um nun ein Projekt zu entwickeln und auch an den Patienten zu bringen, welches den Rheumatoide Arthritis-Patienten dazu befähigen soll, kompetenter mit seinem Leben und seiner Gesundheit umzugehen. Wir bitten daher Rheumatoide Arthritis-Patienten sich mit uns in Verbindung zu setzen, denn dieses Programm ist bayernweit, also in verschiedenen zentralen Orten in Bayern werden Gruppen durchgeführt. 6 Monate lang in zwei Wochen-Abständen treffen sich Rheumatoide Arthritis-Patienten gemeinsam mit Gruppenleitern, Psychotherapeuten und werden dort in eine neue Lebens- und Gesundheitskompetenz geleitet. Es werden Stress-Ergebnisse dargelegt, also wie Stress Einfluss hat auf die Rheumatoide Arthritis Erkrankung, wie sich Bewegung auswirkt, wie sich Ernährung auswirkt, wie sich Schlaf auswirkt. Das wird alles in zweistündigen Gruppensitzungen dargeboten und man kann dann auch selber natürlich teilnehmen daran, man kann auch aus seiner eigenen Welt erzählen und wird so in eine neue Form der Auseinandersetzung mit seiner eigenen Gesundheit gebracht. Das heißt, man ist nicht mehr passiv, man gibt sich nicht mehr in die Hände der Ärzte, sondern man versucht nun selbst an der Krankheit zu arbeiten, um in Richtung Gesundheit zu kommen und das unter Anleitung von sehr behutsamen und ausgebildeten Profis, die wissen wie man mit dieser Krankheit und mit Patienten mit dieser Krankheit behutsam umgeht.

Moderator:

Sie haben einen eigenen Forschungsansatz entwickelt, der auch bei PETRA im Rahmen sogenannter integrativer Einzelfallstudien zum Einsatz kommen soll. Was passiert denn dabei genau?

Professor Schubert:

Also wir haben in Innsbruck in den letzten gut 20 Jahren ein eigenes Forschungsdesign entwickelt und validiert. Die integrativen Einzelfallstudien und da haben wir die Möglichkeit ganz genau zu untersuchen, wie sich Alltagsleben, Alltagserleben, Alltagsereignisse, die

einem emotional nahe gehen, im Immunsystem und im Hormonsystem von Patienten widerspiegeln. Es ist ein recht aufwändiges Design, das heißt der Proband muss einiges machen: Harn sammeln über einen längeren Zeitraum, Fragebögen beantworten und auch mit uns Interviews führen über seine Alltagswelt. Und wir codieren das dann alle alles nach einer Studie und machen dann bestimmte Statistiken und bringen dann sozusagen das, was die Menschen im Alltag erleben, mit dem Immunsystem in Verbindung, und bei PETRA haben wir die große Möglichkeit nun das, was die Patienten lernen, diese Veränderung der Lebenskompetenz, der Gesundheitskompetenz, die sich dann auch im Alltag widerspiegeln wird, nach der Gruppenintervention, dass wir dann zeigen können, dass sich das, was da im PETRA gelernt wird, auch im Alltag, im Immunsystem und in der Krankheitsaktivität im positiven, so hoffen wir, widerspiegelt und das wäre dann eine große Chance, dass wir wirklich prüfen können, empirisch prüfen können, mit einer Studie, dass das PETRA Konzept die Idee einer erweiterten und neuen Medizin, einer ganzheitlichen Medizin, sich in der Tat bei Rheumapatienten bis in ihre Entzündungsaktivität nachweisen lässt.

Moderator:

Dann vielen Dank, Herr Professor Schubert für das Gespräch.

Professor Schubert:

Danke Ihnen.