

Versorgen, kümmern, pflegen

If a patient is cold, if a patient is feverish, if a patient is faint, if he is sick after taking food, if he has a bed-sore, it is generally the fault not of the disease, but of the nursing.

Florence Nightingale

Lange bevor Scham*innen Heilungsrituale vollzogen, wurden Menschen von anderen Menschen unterstützt, gepflegt und geheilt (Moodie 1922). Und sie markierten sich gegenseitig durch Ritzen, Tätowieren oder Verstümmeln, um die Gruppenzugehörigkeit besonders zu betonen.

Wir sind Tiere, die zu Liebe fähig sind

Ohne gegenseitige soziale Unterstützung wären die Vorläufer des Homo sapiens in der Evolution aussortiert worden. Humberto Maturana beschrieb als erster Biologe, wie sich Menschen besonders durch ihre Fähigkeit auszeichnen, liebevolle, sorgende Beziehungen einzugehen. Dafür spricht auch, dass in Tests zum allgemeinen Denkvermögen und Erfassen von Situationen Schimpansen ebenso gut abschneiden wie Kleinkinder. Ihnen fehlen aber Sozialkompetenzen, die bei Menschenkindern bereits sehr früh auftreten. Schon einjährige Krabblers erfassen intuitiv, was jemand denkt, wünscht oder plant, und sie handeln entsprechend.

Menschen sind zu besonders starken und dauerhaften Bindungen fähig, die auch dann stabil bleiben, wenn sie sich die Partner*innen länger nicht sehen. Dieses Verhaltensmuster wird unter anderem von den Hormonen Oxytocin und Dopamin geprägt. Oxytocin fördert u.a. Bindungsverhalten und Dopamin vermittelte Belohnungsgefühle. Bei hoch entwickelten Tierarten werden diese Botenstoffe schon ausgeschüttet, bevor Kontakte etabliert oder Leistungen erbracht wurden. Lebewesen werden also nicht durch die Erfüllung eines Bedürfnisses, sondern durch die Vorstellung beglückt, dass ihre Grundbedarfe in naher Zukunft befriedigt werden. Bei Menschen können sowohl Oxytocin als auch Dopaminausschüttungen allein durch die Vorstellungen, Bilder, Sprachaufzeichnungen etc. ausgelöst werden, auch wenn der geliebte Menschen unerreichbar weit entfernt lebt. Die Kraft dieser inneren Visionen kann „Berge versetzen“. (Humphrey 2011)

Wenn neues menschliches Leben beginnt, entwickelt sich rasch eine symbiotische Beziehung, in der die Mutter das Kind als Teil ihrer selbst wahrnimmt. Im Mutterleib gestaltet sich eine direkte leibliche

Kommunikation. Schließlich beginnt das Kind intrauterin mit zarten eigenen Aktionen, wie Bewegung oder der Expiration von Fruchtwasser. Und am Ende beginnt die Mutter, sich nach körperlicher Trennung zu sehnen. Die Symbiose wird mit der Geburt gelöst. Kind und Mutter lernen nun eine indirekte zwischenleibliche Kommunikation.

Das Neugeborene benötigt einen Mantel bedingungsloser, absolut sicherer Beziehung, in der die Mutter es hält, stützt, stillt, versorgt, fordert und anregt, damit es zu einem eigenständigen Wesen erwachsen kann. Die engen Beziehungen zur Mutter und bald auch zu anderen nahen Menschen sorgen für eine rasche Stabilisierung der neuronalen Netzwerke. Diese frühe Phase der kindlichen Entwicklung prägt die Funktion von Nerven-, Immun- und Bewegungszellen für den Rest des Lebens. Sie ist (insbesondere bei Menschenindern) sehr verletzlich. Und Störungen und Vernachlässigung können zu bleibenden Schäden führen.

Liebe, die dem Gedeihen eines anderen Lebens ähnliche Bedeutung beimisst wie der eigenen, ist daher eine Grundhaltung ohne die menschliche Leben in größeren Gemeinschaften nicht denkbar wäre. Zwar sind auch andere Tiere (wie Wölfe) in der Lage, enge Beziehungen eingehen und gemeinsam in Trance dem Gruppenüberleben einen höhere Bedeutung bei zumessen als der individuellen Bedürfnisbefriedigung. Aber nur Menschen können starke Empathie empfinden, andere über lange Zeiträume behüten und pflegen.

Großmütter, die sich kümmern

Der Evolutionsbiologe George C Williams vermutete, dass das Weiterleben von Frauen nach der Geschlechtsreife (Menopause) eine evolutionäre Anpassung sei. Nach dieser **Großmütter-Hypothese** seien ältere Frauen für die Unterstützung bei der Aufzucht der allein lebensunfähigen menschlichen Kleinkinder erforderlich gewesen. Ihre Fähigkeiten zu Linderung von Befindlichkeitsstörungen durch liebevolle Pflege werden sie möglicherweise auch anderen Gruppenmitgliedern entgegengebracht haben.

Unbestritten ist jedenfalls, dass Frauen weltweit, in allen Kulturen eine zentrale Rolle in der einfachen familiären gesundheitlichen Grundversorgung spielen (Kaiser's Report 2017)

Der älteste Beruf der Welt: Hebamme

Die Sterblichkeits-Risiken bei menschlichen Geburten liegen deutlich höher als bei anderen hochentwickelten Affen. Das Wachstum des kindlichen Gehirns erzwingt einen „eigentlich viel zu frühen“ Geburtszeitpunkt.

Das Becken ist, angepasst an die Erfordernisse des aufrechten Ganges, relativ eng. Aufgrund dieser mechanisch ungünstigen Gegebenheiten musste sich die Geburtsdynamik so anpassen, dass die verformbaren Schädel der Menschenkinder (im Gegensatz zu ihren Affenvettern) mit dem Hinterkopf zuerst geboren werden.

Die menschlichen Babys schauen bei der Geburt von der Mutter weg. Das ist unter mechanischen Gesichtspunkten ungünstig, denn bei einer hockenden Haltung droht das Köpfchen in Richtung des Anus der Mutter abzukippen. Die Mutter kann dann das Köpfchen nicht erreichen um das Kind aufzunehmen und zur Brust zu führen. Sie kann also die letzte Geburtsphase nicht alleine leiten und müsste darauf hoffen, dass das Kind von alleine auf den Boden gleitet, um es dann aufzunehmen. Gelänge das nicht verlängerte sich die Austreibungsphase, was das Sterblichkeitsrisiko des Kindes und das Verletzungsrisiko des Beckenbodens der Mutter (und damit auch ihr Risiko zu sterben) deutlich erhöhen würde.

Offensichtlich aber haben Menschen die hochgefährlichen Geburtsvorgänge in der Steinzeit überlebt, und von diesen stammen wir ab. Es muss also möglich gewesen sein, die geschilderten Risiken bei menschlichen Geburten zu senken. Naheliegender wäre die Begleitung der Gebärenden durch eine erfahrenen Person, die sich mit Geburten auskannte, die die Frau in Wehen versorgte, und die das Kind in der Endphase annehmen konnte.

Möglicherweise waren sogar Vorläufer des Homo sapiens wie Australopithecus afarensis, auf primitive Formen der Hebammenhilfe angewiesen. (Choi 2017, Gruss 2015)

Kr
äu
te
r,
Dr
og
en
,
Gi



ftDer unscheinbare schwarze Stein, das wesentliche Element bei
e Wunderheilungen nach Schlangenbissen. Bild: Jäger

Die ersten Menschen waren Sammler, vermutlich noch bevor sie sich durch immer bessere Distanzwaffen zu den gefährlichsten Raubtieren der Savannen entwickelten.

Sie mussten Giftpflanzen erkennen, von Nahrungspflanzen unterscheiden und sie meiden. Relativ bald wird man auch erkannt haben, dass sich bestimmte Gifte auch hervorragend dazu eigneten, Pfeile zu präparieren. Oder dass man sich mit mit (vergorenen) Pflanzenextrakten berauschen oder in andere Welten entführen lassen konnte: Kava-Kava, Betel, Bilsenkraut, Qat, Kampfer, Fliegenpilz, Cannabis, Pilze, Coca, Mohn (Brau 1969). Und schließlich wurde dann beobachtet, dass gefährliche Gifte (z.B. der Tollkirsche) in niedriger Dosierung krampflindernd wirken konnten, dass andere (wie Arnika oder Kamille) als Auflagen oder Spülungen Wundheilungen begünstigen, oder wieder andere (Papaya-Kerne) günstig gegen Würmer wirkten. Die Übergänge von heilsamer zur giftigen zur tödlichen Wirkung (z.B. Rhizinus) waren fließend und daher gehörte ihre Anwendung in die Hände erfahrener Jäger oder Frauen, die Verletzte oder Erkrankte im Stammeslager versorgten. Je nach Klimazone mit Aloe, Artemesia, Baldrian, Eukalyptus, Hopfen, Johanniskraut, Kümmel, Melisse, Nelken, Pfefferminze, Ringelblume, ...

Kräuter oder moderne Pillen?

Ethnologische Untersuchungen frühzeitlicher Kulturen beschrieben oft, dass verschiedene Heilsysteme bei unterschiedlichen Schweregraden der Erkrankung aufgesucht werden.

- Handelt es sich um etwas Alltägliches und vorübergehendes, nutzt man den Rat und die Mittelchen der Kräuter-Heilkundigen.
- Fühlt man sich dagegen intensiv oder gar lebensbedrohlich angegriffen, müssen Expert*innen aufgesucht werden. Dann ruft man nach den Schaman:innen, deren Drogen und Rituale Zugang zu den Welten der Ahnen und Geister verschaffen, deren Zorn das Unglück verursacht hat.

Die bunten Pillen der modernen Medizin werden in vielen traditionellen Kulturen der Erfahrungsmedizin der Kräuterkundigen zugeordnet, und nicht dem Schamanismus. Das ist allerdings manchmal unzutreffend.

Der wesentliche biologische Unterschied zwischen traditionellen Pflanzen-Extrakten und modernen Pharmaprodukten besteht darin, dass **Phytopharmaka** ein Gemisch sehr vieler unterschiedlich stark und schwach wirkender Substanzen aufweisen. Ihre spezifische, punktgenaue Wirkung ist relativ schwach, und sie besitzen meist stärkere, nicht-spezifische Auswirkungen auf den ganzen Organismus (wie u.a. die Wärme und der Duft eines Tees). Ein reines (unscheinbar weißes) Medikament dagegen enthält dagegen oft nur eine hochspezifisch und genau wirkende Molekülgruppe, die idealerweise nur wenig nicht-spezifische Nebenwirkungen auslöst.

Beides hat Vor- und Nachteile: Die Pflanze Artemesia z.B. wirkte seit vielen Jahrhunderten gut, aber noch relativ schwach, gegen „Sumpffieber“ (Malaria). Die Reinsubstanz Artemesinin erwies sich dann als eines der wirksamsten, spezifischen Malaria-Medikamente in akuten Erkrankungs-Phasen. Jetzt tauchen zunehmend Resistenzen gegen Artemesinin auf, die bei reinen Pflanzenanwendungen (wegen der gemischten Inhaltsstoffe) nie beobachtet wurden.

Pflanzenprodukte wirken unterstützend hilfreich, wenn sich die Natur des Patienten noch selber helfen kann. Moderne Pharmaka dagegen sind

kurzfristig unverzichtbar in Notsituationen, wenn Selbsthilfe ausgeschlossen ist.

Literatur

- Brau JL: L'Histoire de la drogue. 1968. Dt. Ausgabe Insel Verlag 1969
- Choi CQ: Live Science April 26, 2017
- Gerlach H, Jäger H: Traditionelle Medizin und Heilpflanzen, DED Berlin, September 1996
- Humphrey N: The evolved human self management system. Edge 12.05.2011
- Kaisers Women's Health Report 2017, PDF: Women and Family Health 2013
- Gruss L T et al: The evolution of the human pelvis: changing adaptations to bipedalism, obstetrics and thermoregulation Phil. Trans. R. Soc. B 2015; 370:20140063
- Moodie RL: Disease and Injury Among Fossil Men and the Beginnings of Surgery. 1922, 14 (4)391-394