

Antroposofisk medicin

Hvad er antroposofisk medicin
hvad vil den | hvad kan den?





Helseeurytmi (tv.) er en bevægelsesterapi, som anvender sprog, gebærder og musik. Kobberstave eller – som her – kobberkugler kan intensivere koncentrationen om bevægelsen. Maleterapi (th.) går ud på at opleve former og farver. Rytmisk massage (yderst th.) stimulerer væskecirkulationen i organismen.



Udtræk af roden fra gul ensian (tv.) indeholder mange fordøjelsesfremmende bitterstoffer og anvendes i antroposofiske lægemidler. Den omhyggelige undersøgelse af legemet (th.) er for antroposofiske læger en vigtig forudsætning for at kunne stille en diagnose.



Antroposofisk medicin

Antroposofisk medicin kan ikke kaldes en 'alternativ medicin' – den vil ikke erstatte den konventionelle medicin. Tværtimod – den hviler på den konventionelle medicins naturvidenskabelige basis, men går så et skridt videre. Det vil sige at den gør brug af al den nyttige viden som den naturvidenskabelige forskning stiller til rådighed for behandling af mennesket som 'objekt': teknologi, laboratorieundersøgelser, medikamenter, operationer, intensivmedicin. Derudover ser den antroposofiske medicin mennesket som subjekt ud fra et helhedsbillede af dets personlighed og liv og ud fra en viden om de lovmæssigheder der gør sig gældende i menneskets liv. Dertil hører: legemsbygning og kropssprog, bevægelsesmønster, håndtrykkets art, søvnvaner, modtagelighed for varme og kulde, åndedræt, legemets rytmer.

Den antroposofiske medicin bestræber sig med andre ord på, ud over sygdommens almene lovmæssigheder, at inddrage det som er karakteristisk for netop dette menneske, i det videre forløb.

For ethvert menneske er unikt, og det er sygdomsbehandlingen også, selvom der er lighedspunkter i behandlingen af forskellige mennesker.

Derfor er antroposofisk medicin aldrig en standardbehandling. Den undgår ren rutine. Selvom sygdomsbillederne har bestemte typiske kendetegn tilfælles, får enhver sygdom alligevel sit eget ansigt, som er afhængigt af og uadskilleligt fra patientens individualitet. Derfor spørger antroposofisk medicin ikke kun til de legemlige, men også til de psykiske og personlige forudsætninger som har banet vejen for de sygdomsfremkaldende faktorer. At erkende disse forudsætninger, at omsætte dette til terapi og at lade sig lede af videnskabelig viden, klinisk erfaring, personlig dømmekraft og intuition, er en vigtig målsætning for den antroposofiske medicin. For en medicin som ignorerer mennesket som individ, ville ikke være en humanmedicin.

For mange mennesker er antroposofisk medicin forholdsvis ukendt. Egentlig kan den beskrives ret enkelt: Det er en integrativ medicin, som næres af to kilder – dels af den naturvidenskabelige, konventionelle medicin med dens metoder og forskningsresultater, og dels af åndsvidenskabelig erkendelse. Begge dele er vigtige, og de er uadskillelige. Mennesket består ikke kun af et legeme, men har også en psyke og en individuel personlighed.

For antroposofiske læger udgør menneskets legemlighed, sjæleliv og individualitet en enhed, idet de påvirker hinanden på mangfoldig vis. Det er et af de væsentlige grundlag for antroposofisk medicin at inddrage dette i diagnose og terapi.



Terapeutisk sprogformning (tv.) giver et dybere åndedræt og styrker harmonien mellem åndedræt og puls. På den måde virker den stabiliserende og helbredende på hjertets og kredsløbets rytmer. Udvortes medicinsk behandling, såsom omslag (th.) og bade, stimulerer alle livsprocesser i organismen: åndedræt, fordøjelse, stofskifte, varmeudvikling og -fordeling.



Forskelle mellem antroposofisk medicin og andre medicinske retninger

Forskellen på antroposofisk medicin og konventionel medicin består frem for alt i at den ikke kun ser sygdommen i et menneske, men især ser mennesket i dets sygdom. De diagnostiske metoder og resultater kan være identiske, men en helhedsorienteret fortolkning af dem kan meget vel føre til andre behandlingsforslag eller supplere konventionelle terapimetoder med andre behandlingsmuligheder.

En rent naturvidenskabeligt orienteret medicin forklarer sygdom ud fra naturvidenskabelige lovmæssigheder.

Antroposofisk medicin vil mere end det. Den ønsker at **inddrage faktorer som præger menneskets livsytringer, sjæl og ånd, både som lovmæssigheder og individuelt, og som manifesterer sig legemligt:**

vækst, regeneration, mikrocirkulation og døgnrytme som udtryk for livskræfterne; muskeltonus, mimik og gestik som udtryk for det sjælelige; varmfordeling, holdning, gang, orientering og tale som udtryk for det åndelige.

Under sygdom viser der sig her afvigelser, ensidigheder og ekstreme tilstande, som tjener som supplerende diagnostiske parametre ved valg af behandling.

Sygdom og sundhed

Hele livet igennem bevæger mennesket sig mellem sygdom og sundhed. Konventionel medicin beskæftiger sig overvejende med de sygdomsfremkaldende faktorer. Antroposofiske læger har blikket rettet lige så meget mod sundhedsfremmende faktorer. Sundhed opstår i bestræbelsen på at skabe en dynamisk ligevægt mellem polære livsmomenter: vågen tilstand og søvn,

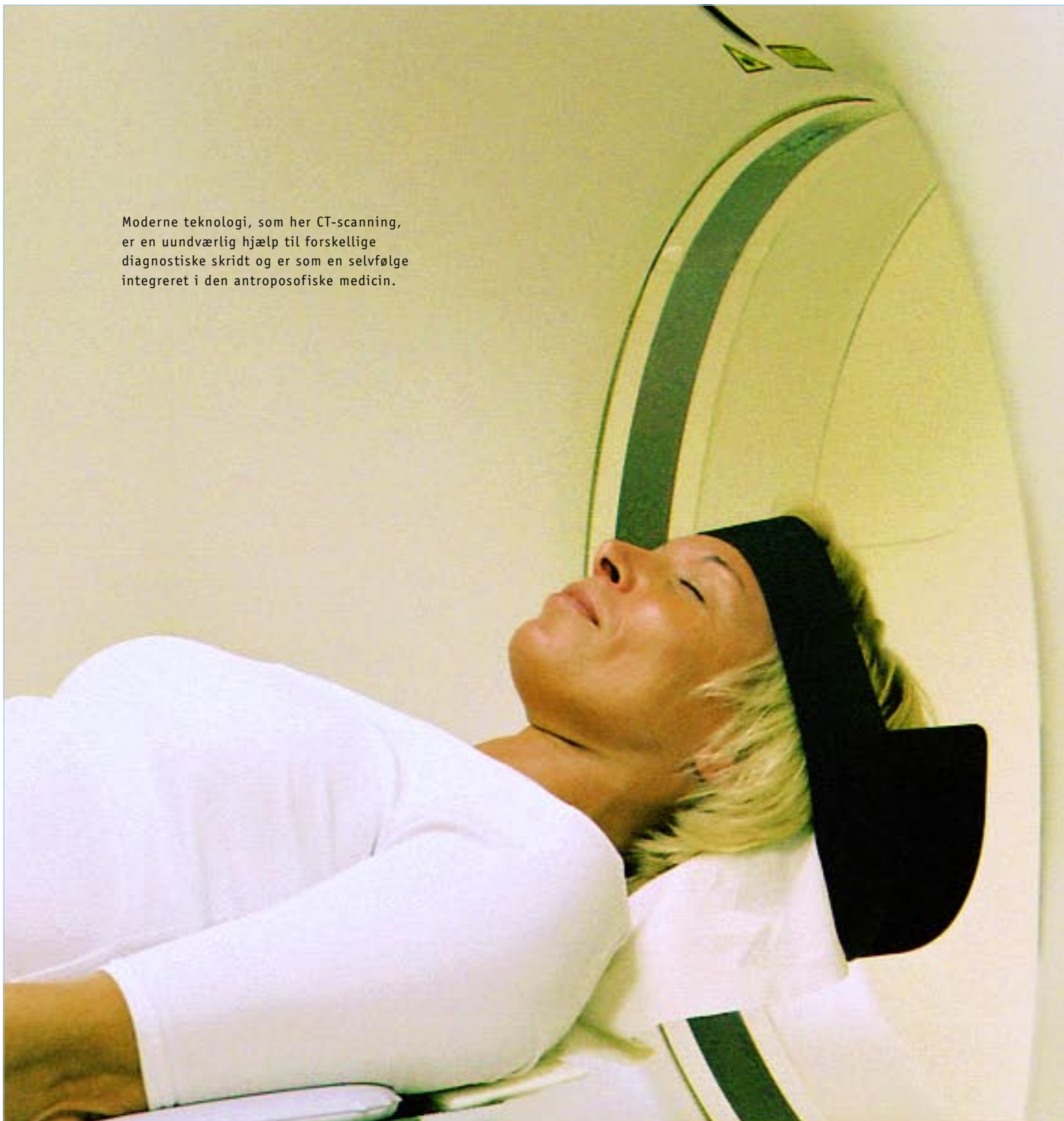
ro og bevægelse, glæde og sorg. Den opstår når man aktivt søger og bestemmer sin egen vej ud i verden og tilbage til sig selv. Derfor er der lige så mange sundhedsbiledere som der er mennesker. Sundhed er ikke et mål i sig selv, men et middel til at forme ens individuelle og sociale liv så positivt som muligt.

Sygdommen giver mennesket mulighed for at erkende og forstå den tilstand af ubalance det er kommet i med legeme og sjæl, og for at bringe den i balance igen ved hjælp af terapien. Gennem kronisk sygdom kan man finde nye adfærdsmuligheder og modnes som personlighed. Antroposofiske læger understøtter patienten i denne opgave. **De styrker hans egenansvarlighed, anerkender hans myndighed, støtter hans ret til medbestemmelse ved valg af terapimetode og hans bestræbelser på at bevare sin sundhed.**



Verbascum, kongelys. Te af blomsterne anvendes ved betændelsestilstande i åndedrætsorganerne for at lindre hoste og løsne fastsiddende slim.

Moderne teknologi, som her CT-scanning, er en uundværlig hjælp til forskellige diagnostiske skridt og er som en selvfølge integreret i den antroposofiske medicin.



Kurverne i et EKG giver oplysninger både om impulserne i hjertets overledningssystem og om andre rytmiske processer i organismen, såsom åndedræt og blodtryk. Ved modellering og skulptur (th.) drejer det sig om at prøve kræfter med en form af ler, sten eller voks. Under processen opstår der billeder og kræfter, som kan hjælpe med til at overvinde sygdom.



Udnyttelse af medikinteknologi

Antroposofiske læger benytter alle den konventionelle medicins metoder til diagnosticering af sygdomme. Men forud for videregående fx billeddiagnostiske undersøgelser benytter de i overensstemmelse med god lægeetik i første omgang deres egne iagttagelser. De betragter mennesket fra hoved til fod, bemærker kropssprog, mimik og gestik, håndtryk, gang, holdning – hele menneskets fremtoning. De føler efter om hud og ekstremiteter er varme eller kolde, tørre eller fugtige, de palperer og lytter til hjerte og lunger. De hører hvordan patienten selv vurderer sit befindende og sin sjælelige stemning, og hvor stærk hans livsvilje er – både aktuelt og biografisk.

Først derefter behandles spørgsmålet om hvilke tekniske undersøgelsesmetoder

der derudover kan være en hjælp til at stille en diagnose. **Det centrale spørgsmål er da: Hvilken ny viden kan undersøgelsen tilvejebringe, og hvilke terapeutiske konsekvenser kan udledes af resultatet?** Er undersøgelsen overhovedet relevant for denne patient?

Medicinsk teknologi bruges med andre ord ikke rutinemæssigt, men kun hvor den kan forventes at være til gavn for patienten. Men overalt hvor en teknisk metode er indiceret, trækker antroposofiske læger alle den moderne tekniks registre til optimal gavn for patienten.

Det terapeutiske spektrum

Den antroposofiske medicin benytter dels behandlingsmåder som kræver at patienten overlader sig passivt, som objekt, til dem, og dels supplerende metoder som inddrager patienten som aktivt handlende

subjekt. Behandlingsformer som operationer eller den konventionelle medicins allopatiske lægemidler kræver ikke megen aktivitet fra patientens side. Kunstnerisk terapi – fx sprogformning, musik, maleri, modellering eller terapeutisk eurytmi, samtalerapi (psykoterapi, biografarbejde), ernæring, motion, fysioterapi og afspænding forudsætter derimod patientens aktive indsats.

Den medikamentelle behandling består for det første af behandling med antroposofiske lægemidler på naturlig basis, hvis komposition er bestemt af det karakteristiske ved den pågældende sygdom, og for det andet af lægemidler der orienterer sig efter patientens individuelle personlighedsbillede. Det drejer sig ofte om homøopatiske og andre lægemidler, som stimulerer organismens egenaktivitet og dens kræfter til at helbrede sig selv.



Ved høje temperaturer kan metaller i vakuum inddampes til metalspejl (tv.). Af naturligt guld dannes der således guldspejl, som så kan skræbes af glassets side og videreforarbejdes som pulver i lægemidler (th.).



Patientens tillid – en udfordring for lægen

Patienter som er vant til teknologisk medicin, oplever sig set af den antroposofiske læge som følge af hans intensive personlige beskæftigelse med dem som menneske. De mærker den respekt og interesse som de netop har behov for i deres situation som patient. Og de får ikke kun lov til selv at medvirke i de forskellige terapier, men bliver direkte opfordret til det. I den sammenhæng er den spørgende interesse lægen møder patienten med under konsultationen, ikke noget påtaget, men et af de redskaber lægen arbejder med. Han skal opfatte mennesket i hele dets kompleksitet for at kunne behandle det optimalt. For antroposofiske læger er det en udfordring der lønner sig, at kunne anvende hele spektret af medicinske muligheder – konventionelle så vel som ukonventionelle metoder – professionelt i behandlingen af deres patienter. Terapifrihed er således et værdifuldt, uundværligt gode for dem.

Moderne medicin kræver metodepluralisme

De forskellige opfattelser af sundhed og sygdom kræver at der findes forskellige metoder inden for diagnostik og terapi. Jo mere differentierede disse metoder er, desto bedre kan de leve op til den enkelte patients specielle behov. Vor tids pluralistiske samfund kræver metodediversitet. Alle bør selv kunne bestemme hvilken art medicin der er den rigtige for dem. Moderne medicin er stærkt præget af en ensidig naturvidenskabelig tænkning, som går ud fra at mennesket kan forklares udelukkende ud fra naturvidenskabelige lovmæssigheder. Denne medicins inddrager dermed kun den materielle del af menneskets virkelighed – den udelukker via sin metode alt hvad der er immaterielt og subjektivt. En således reduceret lægevidenskab kan ikke levere almengyldige forskrifter for hvad der er rigtigt og forkert – især ikke på områder som den slet ikke går ind på med sin forskning.

Derfor må det til enhver tid være lovgivningsmagtens opgave at formulere retningslinjer og love for lægekunsten som tager hensyn til befolkningens ønsker om og behov for medicinsk metodepluralitet. Staten må ikke være dommer i videnskabelige anliggender!

Antroposofiske lægemidler

Den medikamentelle behandling inden for antroposofisk medicin følger den gamle læresætning: så lidt som muligt, og kun så længe som nødvendigt.

I svære akutte eller livstruende sygdomstilfælde kan det naturligvis være nødvendigt at anvende allopatiske lægemidler. Men hvis det kan undgås, bliver sygdomssymptomerne ikke slået ned. I stedet forsøger man at aktivere patientens egne regenerationskræfter ved hjælp af homøopatisk fremstillede og andre antroposofiske lægemidler og således stimulere kroppen til at udligne den ubalance der ligger til grund for sygdommen.



Cinnober. Minerallet bliver pulveriseret og anvendt til fremstilling af tabletter til behandling af akut og kronisk katar i luftvejene.



Fragaria vesca, skovjordsbær. Bladene anvendes sammen med vinblade til fremstilling af tabletter til behandling af leversygdomme.



De enkelte laboratorieværdier dokumenteres sammen med alle øvrige undersøgelsesresultater i patientjournalen (th.). Antroposofiske læger nøjes ikke med at læse værdierne endimensionalt som afvigelser fra normen, men ser dem i den sammenhæng som udgøres af kræfternes samspil i organismen.



Antroposofiske læger er særlig opmærksomme på hvilken speciel stimulering kroppen har behov for for at blive rask.

For eksempel kan bitterstofferne fra gul ensian (*Gentiana lutea*) eller cikorie stimulere produktionen af fordøjelsvæsker og mave-tarm-bevægelserne. Æterisk olie fra læbeblomstplanter som rosmarin og lavendel kan med sin karakteristiske varme løse muskelspændinger og stimulere gennemblødningen.

Desuden anvendes lægemidler som er specielt sammensat med henblik på en bestemt sygdom, og hvis komposition orienterer sig efter sygdomsbilledets generelle lovmæssigheder. Dertil hører præparater af planteekstrakter eller af mineralisk eller dyrisk oprindelse. Hvilket lægemiddel lægen vælger, om det skal være et mere koncentreret planteekstrakt, altså et naturlægemiddel, eller en homøopatisk potens, afhænger af sygdommens art og forløb og symptomerne, generne ved sygdommen, dens varighed, patientens alder og egne kræfter og af hans indre og ydre aktivitet.

Den antroposofiske medicins forståelse af mennesket og af sygdom forudsætter

altså også i den medikamentelle terapi en pluralistisk, helhedsorienteret fremgangsmåde.

Antroposofisk medicin er moderne

Den antroposofiske medicin er så tidssvarende fordi den omfatter hele menneskets personlighed. Nu om dage ønsker patienter ikke at se sig reduceret til deres sygdomsbillede. Samtidig udvikler den antroposofiske medicin sig til stadighed videre i takt med de fremskridt der sker inden for videnskaben generelt. Den forholder sig til aktuelle spørgsmål og trends og søger at finde svar som er i overensstemmelse med dens egen udvidede forståelse af sygdom og sundhed. Der er således fx blevet udviklet et internationalt anerkendt terapiprogram for stofmisbrugere inden for de sidste årtier. Nye diagnose- og terapimetoder integreres, når de har vist sig at være nyttige, i den antroposofiske medicins spektrum af muligheder. Den antroposofiske medicin søger også at gå egne, nye, veje inden for den videnskabelige forskning.

I den konventionelle, naturvidenskabeligt orienterede medicin bliver lægens erfaring som oftest ignoreret som følge af den valgte forskningsmetode. I det randomiserede (forsøgspersonerne deles i to tilfældigt sammensatte grupper), placebokontrollerede (den ene gruppe behandles med et virkningsløst medikament) dobbeltblindforsøg (hvor hverken læge eller patient ved hvem der får det rigtige, og hvem der får et placebomiddel) spiller forholdet mellem læge og patient, og dialogen mellem dem, ingen rolle. De er erstattet af en generaliserende, eksperimentel, anonym situation, som aldrig optræder i den terapeutiske hverdag.

Derfor forsøger antroposofiske forskere at anvende og videreudvikle nye videnskabelige metoder til at dokumentere virkningerne af deres behandlingsmetoder – forskningsmetoder der er i stand til at afbilde den terapeutiske virkelighed med den individuelle tilgang der foregår i lægens konsultationsværelse.

Antroposofisk medicin er til stadighed i bevægelse og blandt andet derfor så moderne.



Palpationsfundene, her af maven (tv.), kontrolleres og suppleres med ultralydsscanning (th.).



Uddannelse til antroposofisk læge

Alle antroposofiske læger har afsluttet et ganske almindeligt medicinstudium på universitetet. I Danmark fungerer uddannelsen til antroposofisk læge som en overbygningssuddannelse. Der er tilbud om weekendkurser her i landet, mulighed for at hospitere i almenpraksis og på sigt mulighed for at vikariere i almenpraksis. Der er almindeligvis løbende studiearbejde i antroposofisk medicin i de universitetsbyer der har et medicinstudium. Dansk Selskab for Antroposofisk Medicin er en lægeforening, der tilbyder videreuddannelse samt arbejder for den antroposofiske medicin på det sundhedspolitiske felt.

I Danmark findes der antroposofiske læger i almenpraksis, såvel i praksis med som uden overenskomst. For patienter hos den sidste type læger er det en fordel at være i Sygesikringens gruppe 2, fordi personer i denne gruppe er berettiget til en delrefusion af honoraret fra Sygesikringen.

Der er enkelte speciallæger der ordinerer antroposofisk medicin, og antroposofiske læger inden for arbejdet med psykisk udviklingshæmmede.

De profylaktiske undersøgelser af børn og gravide kan foretages hos antroposofiske læger og betales af amterne.

De antroposofiske lægemidler er i Danmark apotekspligtige og i vid udstrækning receptpligtige (for potenser op til D4). Nogle få apoteker i landet – apoteket Godthåb i København, Humlebæk Apotek og Sct. Pauls Apotek i Århus – lagerfører de antroposofiske lægemidler. Sygeforsikringen 'danmark' giver tilskud til den receptpligtige del af medicinen. I nogle andre lande, fx. Schweiz, Holland og Tyskland, er den antroposofiske medicin væsentlig mere udbredt end i Danmark.

Den antroposofiske medicins historie

Antroposofisk medicin hviler på et snart 100-årigt erfaringsgrundlag. Sammen med

lægen Ita Wegman (1876–1943) udviklede Rudolf Steiner (1861–1925), grundlæggeren af den antroposofiske åndsvidenskab, denne medicins integrative koncept. **For begge var det vigtigt at antroposofiske læger altid råder over den nyeste viden inden for naturvidenskabelig forskning.** På dette grundlag ønskede de at udvide lægekunsten med antroposofiens åndsvidenskabelige aspekter.

Begrebet 'antroposofi' er sammensat af de græske ord antropos – 'menneske' og sophia – 'visdom'. Det betyder at mennesket som et væsen der erkender sig selv, står i centrum – også i lægekunsten.

I 1921 indrettedes de første, dengang endnu beskedne, klinikker i Arlesheim ved Basel (Schweiz) og i Stuttgart (Tyskland), hvor denne nye medicinske metode fandt praktisk anvendelse. Med dette som udgangspunkt har den antroposofiske medicin siden bredt sig til det meste af verden og samtidig videreudviklet og forvandlet sig.



Når man arbejder kreativt med at skabe et billede, oplever man samspelet mellem farver og former. I forhold til det tema der er stillet, opstår der individuelle følelser og stemninger, som har en terapeutisk virkning.



Belladonna. Ekstrakt af hele planten løser spasmer og modvirker betændelser.



Antroposofisk medicin råder over et bredt terapeutisk spektrum, som forener natur – her i form af mineralet apatit (tv.), der som pulver anvendes til styrkelse af knogledannelsen – og kultur – her musikterapi med klangstave (th.). Det er en medicin som kombinerer resultaterne af teknologiske undersøgelser med den viden lægen har opnået i dialog med patienten om dennes situation. Dermed modsvarer den menneskenes behov for en helhedsorienteret behandling.



Antroposofisk medicin internationalt

Antroposofisk medicin praktiseres i over 80 lande: i Kapstaden såvel som i Helsinki, i Moskva såvel som Los Angeles, i Hamburg såvel som i Manila. **I årenes løb er der opstået selvstændige antroposofiske sygehuse, sanatorier og klinikker i Brasilien, Italien, Schweiz, Storbritannien, Sverige samt i Tyskland.** Desuden findes der over hele verden talrige lægehuse og selvstændige terapienheder, hvor læger, speciallæger og terapeuter arbejder sammen. Endvidere findes der på verdensplan i 26 europæiske lande og i 12 stater uden for Europa mere end 350 institutioner som arbejder specialpædagogisk og socialpædagogisk efter eget koncept.

Produktions- og distributionsorganisationer for antroposofiske lægemidler findes i de fleste europæiske lande (produktion findes også i Järna, Sverige) samt i Nord- og Sydamerika, Sydafrika, Ægypten, Japan, Australien og New Zealand.

Retsstilling i Danmark og i EU

EU har vedtaget et direktiv med regler for alle lægemidler til human brug, som indeholder særregler for homøopatiske lægemidler. En del af de antroposofiske lægemidler er omfattet af disse regler. For de øvrige antroposofiske lægemidler mangler der endnu regler på europæisk niveau – det betyder at de er underkastet samme regler som syntetiske lægemidler. I Danmark – og i visse andre EU-lande – er antroposofiske lægemidler nævnt i den nationale lovgivning, i Danmark i 'Bekendtgørelse om homøopatiske lægemidler'. Disse regler giver alle danske læger mulighed for at ordinere alle antroposofiske lægemidler der lovligt er i handelen i et andet land. For visse homøopatiske og for sådanne antroposofiske lægemidler der fremstilles efter en homøopatisk fremstillingsmetode, har Danmark allerede for længst indført anerkendelse af registreringer i andre EU-lande, når kravene til simplificeret registrering i EU-direktivet er opfyldt.


Antroposofisk medicin er vigtigere nu end nogensinde!

I en tid som i tiltagende grad appellerer til at man tager individuelt ansvar og initiativ inden for sundhedsvæsenet, er en lægevidenskab der metodisk tager denne opgave alvorligt, en samfundsmæssig nødvendighed.

I en tid som, trods vores pluralistiske samfund, har en tendens til at generalisere, standardisere og normere, er der mere end nogensinde behov for en lægevidenskab og lægekunst, som tilbyder en differentieret, helhedsorienteret behandling og sætter menneskets individualitet i centrum.

En lægekunst som lader patienten være med til at bestemme hvilke terapeutiske tiltag der giver ham mulighed for at overvinde sygdommen og forstå den som en chance for sin egen udvikling. Netop derfor er antroposofisk medicin – antroposofisk lægevidenskab og lægekunst – så nødvendig og aktuell!

Impressum

 Udgivet af: Medizinische Sektion der Freien Hochschule für Geisteswissenschaft am Goetheanum, Dornach (CH)

Redaktion og tekst: Annette Bopp, Hamburg (D); dr. med. Jürgen Schürholz, Filderstadt (D) **Oversættelse:** Anna Margrethe Schollain, Århus (DK)
Grafisk tilrettelægning og layout: Isabel Bünermann, BÜRO HAMBURG (D) **Fotos:** Nele Braas, Tangendorf (D) **Litografi:** Beyer Lithografie, Hamburg (D) **Tryk:** Gaiser Druck, Schwäbisch Gmünd (D) **Oplag:** 10.000; April 2006 **Copyright:** Medizinische Sektion am Goetheanum, Dornach (CH). Kopiering – også i uddrag – kun med udgiverens skriftlige samtykke.

Adresser

Dansk Selskab for Antroposofisk Medicin: c/o Alsted Pedersen, Maglegårds Allé 110, st., DK-2860 Søborg, telefon +45-(0)3966 0377, e-mail peter.inge.alsted@mail.dk **Medizinische Sektion am Goetheanum:** dr. med. Michaela Glöckler, CH-4143 Dornach, telefon +41-(0)61-7064290, www.goetheanum.ch **Research Council of the Medical Section:** dr.med. Peter Heusser, CH-4143 Dornach, e-mail peter.heusser@medsektion-goetheanum.ch **European Federation of Patient's Associations for Anthroposophical Medicine (E.F.P.A.M.):** præsident: dr. med. René de Winter, Landlustlaan 28, NL-2265 DR Leidschemdam, www.epfam.org.

