

# Das Wohlfühl-Gebot: kritische Betrachtung zum Gesundheitsbegriff

**Gesundheit kann als «totales Wohlergehen» überbewertet werden. Dies führt geradewegs zur Verneinung der Condition humaine, denn wir sind unvollkommen und sterblich. Kann sich nicht auch derjenige gesund fühlen, der mit seinen Krankheiten einigermassen glücklich lebt?**

Yves Rossier

Direktor Bundesamt  
für Sozialversicherungen BSV

Bitte beachten Sie zu diesem Thema auch den Beitrag von Constantin Schuler (S. 1299) und den Kommentar von Hans Kurt (S. 1303).

«Click here for getting your health problems away at once!», lautete eine Spam-Mail, die vor kurzem beim Bundesamt für Sozialversicherungen BSV einging. Und weiter im Befehlston: «If you are full of health, don't click!»

Was hätten unsere Vorfahren darauf geantwortet, sie, deren Leben sich im Überleben erschöpfte, sie, vor Louis Pasteur, sie, die nichts vom Unterbewussten oder von Komplexen wussten, nichts von Umweltverschmutzung und dem Gespenst der Vogelgrippe, nichts von übervitaminisiertem «Functional Food» und von Gesundheit per Mausclick?

Weder Verharren in der Vergangenheit noch Lob der Unwissenheit in dieser Frage, nur die Feststellung: Die «Gesundheit» dehnt sich aus, eher: Die Bedeutung der Gesundheit nimmt zu, sowohl im Bewusstsein der Gesellschaft wie im Leben des Einzelnen. Von der «Krankheit als Strafe Gottes» bis zum Recht auf Gesundheit – der Fortschritt ist unbestritten. Wenn aber Gesundheit – unter Einschluss von Fitness und Leistungsfähigkeit – zum absoluten Muss, ja sogar zur Pflicht wird, drängt sich eine kritische Hinterfragung auf. Was bedeutet Gesundheit, und – daran anschliessend – wie verhalten sich Gesundheit und Normalität in der heutigen Gesellschaft? Diesen Fragen möchte ich im Folgenden nachgehen.

Überlegungen zur Gesundheit sind eng mit den Grundvorstellungen des Lebens und des Menschen verbunden und können sich nicht in medizinischen oder gesellschaftlichen Fragen erschöpfen. Vielmehr möchte ich einen Gedanken ins Zentrum der Überlegungen stellen, der im aktuellen Diskurs gemeinhin ausgeblendet wird: Die Tragik ist dem menschlichen Leben inhärent; die Condition humaine ist gleichbedeutend mit Unvollkommenheit und Endlichkeit (ob es uns passt oder nicht). Natürlich sollen Krankheiten behandelt, Leiden gelindert werden, hier und überall sonst. Aber bitte kein Aspirin für Antigone, keine Beta-blocker für Baudelaire, kein Medikament gegen das Menschsein des Menschen.

## Gesundheit als Begriff

Sind die grundlegenden Bedürfnisse nach Nahrung und Sicherheit erst einmal gedeckt, werden neue Er-

wartungen an die Vorstellung von Gesundheit herangetragen, kommen andere Dimensionen hinzu. Es geht nicht mehr bloss um eine gute Verdauung und darum, sich gut auf den Beinen zu halten, die ursprüngliche Bedeutung von «gut gehen» und «sich gut halten», sondern darum, im Leben eine Balance zu erreichen, sich selber zu verwirklichen. Mit dem Übergang von der negativen Definition von Gesundheit als Abwesenheit von Krankheit hin zum positiven Konzept von Wohlbefinden oder Lebensqualität wird gleichzeitig auch der Bereich der Medizin verlassen und das Feld für eine Unzahl von Disziplinen und Methoden geöffnet.

In der Tat ist dank der Entdeckung der Mikroben und der damit einhergehenden Hygiene, dank Impfung und Prävention die Möglichkeit eines Lebens ohne Krankheit vorstellbar. Seit dem 19. Jahrhundert hat der Glaube an den wissenschaftlichen Fortschritt die Unsterblichkeit und die ewige Jugend den Mythen und Märchen entrissen – so in den Worten von Paul Ricœur –, so dass sie heute genügend plausibel erscheinen, um Anlass zu begründeten Erwartungen zu geben.

Die Fortschritte der Medizin, die nicht nur gewisse Krankheiten praktisch vollständig ausmerzte, sondern auch den Einfluss neuer Faktoren auf das Somatische erkannte, führten in der Nachkriegszeit zu einer weiter gefassten und positiveren Vision von Gesundheit. So hat die WHO im Jahr 1946 die Gesundheit wie folgt definiert: «Die Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.»

Diese Definition der Gesundheit ist heute unbestritten. Die WHO verfolgte damit das lobenswerte Ziel, allen Menschen den höchstmöglichen Gesundheitszustand zuzuerkennen. Die Definition ist besonders vor dem Hintergrund der internationalen Beziehungen von Bedeutung:

- Sie bezieht sich auf die unterschiedlichen Dimensionen der Gesundheit. Indem sie den körperlichen, geistigen und sozialen Aspekt anspricht, beschränkt sie sich nicht nur auf das rein Somatische, über das der medizinische Horizont allzu oft

Der Beitrag basiert auf der Überarbeitung eines Referats, gehalten an der 1. Gesundheitstagung vom 10. Januar 2006.

Der Autor dankt Frau Géraldine Luisier für ihre Unterstützung beim Verfassen des Textes und Frau Prof. Regina Kiener für die Hilfe bei der Übersetzung.

Korrespondenz:  
Yves Rossier  
Eidgenössisches Departement  
des Innern  
Bundesamt für  
Sozialversicherungen  
Effingerstrasse 20  
CH-3003 Bern

nicht hinausgeht. Damit wird die Gesundheit «entmedizinisiert».

- Es ist auch eine fordernde Definition mit hohen Ansprüchen, denn sie setzt ein sehr ambitioniertes Ziel. Sie steht für den durchaus verständlichen Wunsch, die Leidensgrenzen hinauszuschieben und für das, was die amerikanische Verfassung als «the pursuit of happiness», das Streben nach Glückseligkeit bezeichnet.

Gleichzeitig birgt eine solche Auffassung von Gesundheit aber auch fragwürdige Seiten:

- Durch ihre Betonung des rein subjektiven Aspekts der Gesundheit treibt sie die Entmedizinisierung sehr weit. Der Einzelne allein bestimmt, ob er sich gesund fühlt oder nicht. Sein persönliches Wohlbefinden definiert seine Gesundheit. Zweifellos ist die persönliche Wahrnehmung wichtig: Wir wissen alle, wie das Erleben einer Krankheit diese beeinflussen kann. Aber die eigene Wahrnehmung

erachten ältere Menschen mit einer Behinderung oder Menschen mit schweren chronischen Erkrankungen ihren Gesundheitszustand oftmals als befriedigend. Und ebenso häufig ist das Gegenteil zu beobachten.

- Auch treibt die Definition den Anspruch nach absoluter Gesundheit ins Utopische. Gibt es für ein Lebewesen tatsächlich so etwas wie «vollständiges» Wohlbefinden? Und wie wäre es zu erkennen, zu messen? Wörtlich genommen führt dieser Begriff dazu, mehrere Milliarden Kranke zu fabrizieren.
- Ist also die Definition der WHO als eine «Vision» zu verstehen oder als Rechtsanspruch? Wenn es sich tatsächlich um einen verbindlichen Anspruch auf Wohlbefinden handelt, so kann jeder Mensch dieses Recht auch einfordern, und zwar nicht nur von den Medizinern, sondern auch von seinem Umfeld, am Arbeitsplatz oder von der Gesellschaft überhaupt.

## Ist die letzte Etappe in der Entwicklung des Gesundheitsbegriffs – nach dem vollständigen Wohlergehen – der Wellness-Gedanke?

kann auch zu einer Diskrepanz zwischen objektivem Massstab und subjektivem Empfinden der Gesundheit führen und im Ergebnis gar eine Verständigung darüber verunmöglichen, was krank ist und was gesund, da letztlich jeder seine eigene Referenzgrösse ist. Ein Beispiel: Erstaunlicherweise

Das Recht auf Gesundheit stellt unbestritten einen Fortschritt dar. In unserer Wohlfühl- und Komfortgesellschaft besteht allerdings die Gefahr, dass dieses Recht als Anspruch gegenüber dem Gesundheits- und Sozialsystem verstanden wird, als Recht darauf, nicht nur medizinisch versorgt, sondern geheilt – oder gar glücklich – zu werden.

Verfolgt der Mensch die vollständige Gesundheit als Obsession, kann er auf zwei Abwege geraten:

- Da ist einmal das «Unternehmen Medizin», das ständig neue Bedürfnisse nach Pflege schafft, wie es Ivan Illich in der «Nemesis der Medizin» schon 1975 kritisierte. Je umfassender das Angebot, desto grösser der Bedarf. Der Gesundheitsmarkt schürt die Nachfrage nach Medikamenten und medizinischen Leistungen und absorbiert die öffentlichen Ressourcen über das vertretbare Mass hinaus.
- Und dann wird nach allen Richtungen hin nach Gesundheit oder Heilung gesucht, auch in der Irrationalität – dies teils als Reaktion auf Wissenschaft und Medizin. Die nicht vollständige «Selbstverwirklichung» wird als pathologischer Mangel empfunden, den es zu behandeln und zu heilen gilt.

Die letzte Etappe in der Entwicklung des Gesundheitsbegriffs – nach dem Fehlen von Krankheit und dem vollständigen Wohlergehen der WHO-Definition – ist der Wellness-Gedanke. Der Wunsch nach Gesundheit wird zum Wunsch nach einem leistungsfähigen, jungen und schönen Körper. Das Wort «Wunschmedizin»



Laut WHO ist Gesundheit ein Zustand vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens. Wo ist die Grenze zur «Wellness»?

taucht auf: Mit der Schönheitschirurgie, den Möglichkeiten der Genetik oder der Medikamentierung von sozialen Problemen haben wir es hier nun mit medizinisch behandelten Gesunden zu tun.

Der Rechtsanspruch auf Heilung und die Möglichkeiten der Wunschmedizin implizieren, dass Gesundheit – gleichbedeutend mit der Verwirklichung der Wunschvorstellungen – die Norm ist. Krankheit, ja jede Unvollkommenheit wird inakzeptabel, vom Tod gar nicht zu reden. Dies führt geradewegs zur Verneinung der Condition humaine, unvollkommen und sterblich zu sein. Bevor ich diese Thematik vertiefe, möchte ich aber kurz beim Begriff der Norm oder der Normalität verweilen.

### **Das Normale und das Pathologische, der Unterschied**

Wie das Konzept der Gesundheit ist auch die Beziehung der Gesellschaft zum Begriff des Gesunden und des Kranken dem Wandel unterworfen. Wie es Anthropologen und Soziologen zeigen, sind Interpretationen und gesellschaftliche Gepflogenheiten im Umgang mit dem Normalen und dem Krankhaften, dem Gesunden und dem Ungesunden ideologisch geprägt.

Für die Medizin sind nach Auguste Comte und Claude Bernard das Normale und das Pathologische nicht grundsätzlich verschieden, sie stellen nur eine quantitative Variation organischer Phänomene dar. Aber das Pathologische ist an sich nicht weniger normal, insofern es einer eigenen Normativität entspricht. «Krank sein heisst auch leben, heisst nach Normen funktionieren, wenn auch eingeschränkten; manchmal auch leben nach einer ganz neuen Normativität» (Kremer Marietti). Kurz, das Leben ist in sich nicht «normal», und sogar das Kranke ist ein Teil davon.

## **Behinderte passen nicht in den illusionären Charakter dieses Plans**

In unserer Gesellschaft ist das Individuum das Mass aller Dinge. So wird Gesundheit, aus der Optik der WHO, zu einer subjektiven Frage von Wohlbefinden, von Lebensqualität. Gesund ist nur der oder die, die sich selbst verwirklicht, und zwar ganz. Das ist die Norm. Sich verwirklichen, aber nach welcher Identität, nach welchem Ideal? Normalität wird immer noch von der Gesellschaft definiert, und wichtigster Bezugspunkt ist heute die Erfüllung der eigenen Wünsche, der Konsum. Was zur vollständigen persönlichen Entfaltung fehlt, generiert eine Vielzahl von unerfüllten Erwartungen, die ein beinahe unbeschränktes Angebot an begehrten Produkten nach sich ziehen. Ganz gesund ist, wer physisch und finanziell in der Lage ist, alle ihm suggerierten Wünsche zu verwirklichen.

Die Ausrichtung am «Normalen» prägt insbesondere den Umgang mit Behinderungen. Denn eine Behinderung ist immer ein Leiden und mehr noch, ein unüberwindbares Leiden, das notgedrungen nicht in den Plan der vollständigen persönlichen Entfaltung passt. Vorzeigebehinderte bzw. Vorzeigesenioren sind vollständig in die Konsumgesellschaft integrierte, Bungee jumpende oder den Kilimandscharo im Alleingang besteigende Individuen. Wen aber kümmert die Heldentat derjenigen, für die allein schon die Tatsache, jedes Morgen aufzustehen, eine Leistung ist?

Behinderte passen nicht in den illusionären Charakter dieses Plans. Sie werfen auf diesen sogar ein schlechtes und störendes Licht, weil seine Grenzen sichtbar werden. Behinderungen und alle Arten physischer und psychischer Beeinträchtigungen sind also zu verstecken, unsichtbar zu machen. Man kommt nicht umhin, hier in dieser Gesellschaft einen gewissen Widerspruch auszumachen: Auf der einen Seite wird zu Recht die Abschaffung jeglicher Diskriminierung gefordert, auf der anderen Seite werden Massnahmen zugelassen, zum Beispiel pränatale Diagnosen, mit denen das eigentliche «Subjekt» der Diskriminierung ausgesondert wird.

### **Der Anteil der Condition humaine**

Die soziale Dimension der Gesundheit, das Verhältnis zur Norm ist nicht alles. Die Krankheit, aber auch das Leiden angesichts der Unmöglichkeit des perfekten Wohlergehens stellen das Individuum unweigerlich vor die Frage nach dem «Warum». Sie führen ihm die Tragik der Condition humaine als Konflikt zwischen den grenzenlosen Erwartungen des Menschen und dem nicht in seiner Macht Liegenden, den Grenzen der Existenz, vor Augen. Therapien und andere konsumierbare Glückbringer können Krankheiten heilen, Schmerzen lindern und deren unschönen Anblick verbannen. Sie werden jedoch weder die Einsamkeit noch die Angst noch den Tod ausrotten.

Die Individualisierung der Lebensweisen und die Bedeutung der Subjektivität machen jeden Einzelnen für seine persönliche Verwirklichung verantwortlich, die Norm dabei ist die absolute Erfüllung der Erwartungen. Auf die existenzielle Frage des «Warum» muss jeder selber auf dem Ideenmarkt eine Antwort finden.

Glück wird zur Ideologie. Man muss um jeden Preis glücklich sein, sich damit der Tyrannei des Glücks unterwerfen, wie das P. Bruckner so schön sagt. Im Namen unmittelbaren Lustgewinns will man eine sterile euphorische Welt schaffen, begradigt und gereinigt von den Mühen und Gefahren, die den herkömmlichen Weg zum Glück säumen und ihm erst seinen Wert verleihen.

Wie das Glück, mit dem sie eng verbunden ist, wird Gesundheit zum höchsten Gut. Dann wird, kann man mit dem Psychiater und Theologen Manfred Lütz sagen, «der gesunde Mensch ist der eigentliche Mensch». Hat damit der Gesundheits- und Körperkult nicht eine quasi religiöse Dimension erreicht? Mit sei-

nen Kultorten (Spitäler, Kurzentren, Wellnesszentren), seinen Ritualen (Kuren, Fitness ...), seinen Wallfahrten (Marathons, Volksläufe ...), seinen Opfern (Diäten ...), seinen Geboten (gesunde Ernährung, Bewegung ...), seinen Sünden (Übergewicht, Rauchen ...) und sogar seiner von Irrationalität und Leichtgläubigkeit geprägten Mystik. Wenn das Streben nach Gesundheit in die Obsession abgeleitet, kommt es mal in Form von Hedonismus (Erstreben eines kurzfristigen Lustgewinns) oder aber als stoische Disziplin daher.

### «Gesundheit ist dasjenige Mass an Krankheit, das es mir noch erlaubt, meinen wesentlichen Beschäftigungen nachzugehen» (Friedrich Nietzsche)

Hier endet die Gleichsetzung des Gesundheitskults mit Religion. Denn nicht nur ist dieser Kult ohne Transzendenz, er bietet auch keinerlei Antwort auf die grundsätzlichen Fragen des Menschen über sich selbst, oder vielmehr liegt seine Antwort in der Verneinung: Die Zeichen des Alters, die einzelnen Beschwerden, die Traurigkeit bekommt man in den Griff, sogar den Tod. Wo ist also das Problem? Das Problem ist, um es mit den Worten von Ivan Illich zu sagen, dass «das Streben nach Gesundheit zum vorherrschenden pathogenen Faktor geworden ist». Anders gesagt, die Euphorie-Gesellschaft kann das totale Wohlergehen nicht garantieren, denn gerade mit ihrer Vertuschung von allem was das Wohlergehen verhindert und unerreichbar macht, öffnet sie auf heimtückische Art und Weise die Büchse der Pandora der existentiellen Ängste.

Ist es letztlich nicht so, dass sich hinter der grenzenlosen Suche nach absoluter Selbstverwirklichung die Elemente des Tragischen verstecken?

- Die Angst vor dem Leiden, vor dem Zerfall und vor dem unausweichlichen Tod, die Angst vor dem Ungenügen. Eine stumme Revolte gegen das menschliche Dasein, ob von den Göttern, vom Schicksal oder den Genen bestimmt.
- Die Verunsicherung angesichts der eigenen Verantwortung. In der auf Sicherheit bedachten Gesellschaft gilt es, sich vor Ansteckung zu schützen, immun zu werden, um die Risiken zu minimieren. Der Patient wird «zum Pokerspiel über sein Schicksal» genötigt, um noch einmal Illich zu zitieren: Er bekommt eine Diagnose in Form von Wahrscheinlichkeitskurven und muss dann «auf Grund statistischer Modelle seine Behandlungsmethode wählen». Zu erinnern ist an den Fall Perruche, in dem es um die Haftungsklage bei der Geburt eines behinderten Kindes ging und in dem der Begriff «unerwünschtes Leben» verankert wurde.

- Schuldgefühle angesichts der Pflicht, fit zu sein. – Wenn die Gesundheit kein Geschenk Gottes mehr ist, muss man sie verdienen, erringen, sozusagen die Rechtsmittel auf dem Weg zur Gesundheit ausschöpfen.

Das aus unerfülltem Streben gewachsene Leiden, erfahren als Tragik der eigenen Existenz, ist keine Krankheit. Es ist vielmehr ein Zeichen von Gesundheit, verstanden nicht als vollständige Selbstverwirklichung, sondern als gesunder Umgang des Menschen mit seiner Situation. «Faire bien l'homme et dûment», nach den Worten von Montaigne, also «gut und recht Mensch sein».

An Krankheit, Leiden und Tod als Grundbestandteile der menschlichen Erfahrung zu erinnern, bedeutet keineswegs, diese zu verherrlichen. Die Frage des «Warum» und des «Wozu» bleiben offen. Sie gehören in den Bereich der Metaphysik oder der Theologie und sollen hier nicht abgehandelt werden

#### Fazit

Vorstehend wurde die Überbewertung der Gesundheit, verstanden als «das totale Wohlergehen», kritisiert. Nietzsches «Gesundheit ist dasjenige Mass an Krankheit, das es mir noch erlaubt, meinen wesentlichen Beschäftigungen nachzugehen», entspricht der Condition humaine wohl besser. Gesund ist ein Mensch, der mit seinen Krankheiten einigermassen glücklich leben kann. Oder mit den Worten von Freud: «Gesundheit ist die Fähigkeit, lieben und arbeiten zu können.»

Wer sich diesen pragmatischen Ansatz zu eigenen macht, kann frei von übertriebenen Erwartungen das Leben ganz einfach besser annehmen. Schon Montaigne bedauerte, dass seine Zeitgenossen sich das Leben mit der Angst vor dem Tod vergällten und sich das Sterben erschwerten, weil sie dem Leben nachtrauerten.

Die Condition humaine indes ist nicht nur Unvollkommenheit und Endlichkeit. Genauso wie erst die Mischung aus Grotteskem und Sublimem das romantische Drama ausmacht, besteht die menschliche Existenz aus Schatten und Licht. Hier eine Wahl treffen zu wollen, zerstört die Dynamik, das Wechselspiel des Lebens. Hüten wir uns deshalb davor, Antigone aufzufordern, ihre Obsessionen behandeln zu lassen und überlassen wir die Dichter ihrem Schmerz, «mit vollem Herzen in einer leeren Welt» zu leben (Cha-teaubriand).

Das Tragische, in den Mythen wie im wirklichen Leben, ist nur möglich, weil der Mensch gross ist, fähig zu lieben, zu handeln und etwas zu erschaffen. Und wenn man den Charakteren im Theater von Giraudoux glauben darf, neiden sogar die Götter auf dem Olymp den Sterblichen diese Fähigkeiten – und diese, übergücklich mit ihren kleinen Freuden, würden ihre Existenz um nichts tauschen.