

Rezension

Aruna Meike Siewert: Natürliche Psychopharmaka – Ganzheitliche Medizin für die Seele

Heilpraktiker (ob Mann oder Frau) ist nicht gleich Heilpraktiker, das wird an diesem Buch deutlich. Manche grenzen sich von tendenziell toxischen Psychopharmaka ab, wie sie in der Psychiatrie (und der Allgemeinmedizin) verwendet werden, manche ordnen sich bereitwillig der psychiatrischen Ideologie und ihrer Verordnungspraxis unter.

Zu letzteren zählt offenbar die Autorin. Als erstes in ihrem Buch benennt sie eine Reihe von psychischen Problemen (Störungen), wie sie im psychiatrischen Diagnoseklassifikationssystem „ICD 10“ gelistet sind. Ausgerechnet dieses Buch empfiehlt sie als einziges Psychiatriebuch, das weiterhelfe. Entsprechend sieht sie die Ursachen psychischer Probleme in einem Ineinandergreifen von Umweltfaktoren und Veränderungen im Neurotransmittersystem. Dann listet sie erst mal synthetische Psychopharmaka auf; für viele Menschen mit schweren psychischen Störungen seien sie ein Segen, auch bei mittelschweren Störungen seien sie sinnvoll. Hinweise auf die erhebliche Frühsterblichkeit bei Menschen mit der Diagnose Schizophrenie, an der Neuroleptika nicht unbeteiligt sind, fehlen. Neuere, sog. atypische Neuroleptika, seien zudem wesentlich besser verträglich als die herkömmlichen. Unerwünschte Wirkungen könnten in zunehmendem Maße umgangen werden, da diese Substanzen gezielter wirken würden. Worin deren gezieltere Wirkung besteht, vergaß die Autorin leider zu erwähnen. Dass Neuroleptika nicht abhängig machen, ist eine weitere typische mainstreamkonforme (Fehl-) Information der Autorin. Auch Antidepressiva würden „normalerweise“ nicht abhängig machen, unerwünschte Wirkungen würden meist im Laufe der Behandlung abklingen. So steht es auch in den Werbung für Antidepressiva.

Dem Kapitel über synthetische Psychopharmaka folgt eine Darstellung psychotherapeutischer Verfahren, und endlich, Seite 33, beginnt sie mit der Auflistung von Heilpflanzen wie Baldrian, Echtes Eisenkraut, Engelwurz, Ginkgo, Hafer, Hopfen u.v.m. jeweils mit Infos zur Herkunft, den verwendeten Pflanzenteilen, dem Haupteinsatzgebiet, der Wirkung auf Psyche und Körper, unerwünschten Wirkungen, Kontraindikationen und Darreichungsformen. Es folgen exotische Pflanzen, Bachblüten, Heilreisen, und zuletzt benennt die Autorin psychische Symptome und mögliche naturheilkundliche Herangehensweisen zu ihrer Linderung und Überwindung. Unter dem Stichwort „Depressive



Verstimmung“ lese ich, man solle zum Arzt, wenn der Zustand über zwei Wochen anhalte, dabei fällt mir die kürzlich erfolgte Änderung in der Diagnosefibel „DSM-5“ ein (durch Einfluss der Pharmaindustrie wurde die Frist einer akzeptablen Trauer bzw. Depression beispielsweise nach einem Todesfall auf zwei Wochen reduziert, dann wird die Trauer zur absatzträchtigen Störung bzw. Krankheit), und ich sehe mich jetzt endgültig außerstande, das Buch von Frau Siewert wenigstens mit Einschränkungen zu empfehlen. Wer weniger abträgliche Informationen zum Thema sucht, findet sie zum Beispiel in „Alternative Heilmittel für die Seele“ von Günter Harnisch (Schlütersche Verlagsgesellschaft).

Klappenbroschur, 127 Seiten, ca. 55 farbige Abbildungen, ISBN 978-3-8338-4562-8. München: Gräfe & Unzer Verlag 2015. € 12.99

Peter Lehmann