
BUCHBESPRECHUNG

LEBENSSTIL UND LEBENSQUALITÄT – Gesundheitliche Chancen aus ärztlicher Sicht

Hersg.: Univ. Prof. Dr. Max-Joseph HALHUBER
Tyrolia – Verlag, Innsbruck
ISBN 3-7022-1698-7

Das Buch der von Prof. Dr. HALHUBER zusammengestellten tiroler Autorengruppe beschäftigt sich mit Fragen des Lebensstils im Zusammenhang mit der medizinischen Gesundheitsvorsorge. Obwohl fast sämtliche Autoren Mediziner sind, wendet sich dieses Buch nicht an Ärzte oder qualifiziertes medizinisches Personal im Sinn einer fachlichen Weiterbildung. Zielgruppe ist vielmehr der medizinische Laie, der durch eine bewußte Veränderung seiner Lebengewohnheiten seine Lebensqualität verbessern und seine Risikofaktoren vermindern möchte. Diesem Leser werden medizinische Zusammenhänge und klinische Studien in sehr anschaulicher und leicht verständlicher Form präsentiert. Viele praktische Tips und der motivierende Stil des Buches verleiten geradezu zum Beherzigen der Ratschläge. Das Buch ist sicherlich sehr gut geeignet, um an gefährdete oder auch nur besonders interessierte Patienten weiterempfohlen zu werden.

Ausgangspunkt sind die Gesundheitsdefinitionen von Gerhard SCHÄFFER und RÖSLER: "Gesundheit ist die Fähigkeit eines Biosystems, Störungen zu beseitigen oder auszugleichen" bzw. "Gesund ist, wer auch mit Störungen leben kann". Auf dieser Philosophie aufbauend beschäftigen sich die einzelnen Beiträge mit der Bedeutung des Lebensstils als Risikofaktor für Herz-Kreislaufkrankungen,

Zu Beginn erörtert Doz. Dr. RHOMBERG an Hand seiner im Rahmen der WHO gewonnen Er-

fahrungen und mit Hilfe verschiedener internationaler Studien sehr anschaulich die Relevanz der Risikofaktoren. Er berichtet auch über verschiedene Studien, bei denen versucht wurde, die Lebengewohnheiten größerer Bevölkerungsgruppen zu verändern. Für im medizinischen Bereich Tätige ist hier besonders die Bedeutung der regelmäßigen Motivierung der Patienten für die Erzielung langfristiger Erfolge hervorzuheben.

HALHUBER verdeutlicht in seinem Beitrag "Der Herzinfarkt beginnt im Kindesalter", daß die Arteriosklerose heute auch schon als kinderärztliches Problem bezeichnet werden muß. So überschreitet jedes 2. Kind zwischen 8 und 10 Jahren den für dieses Alter international angesehenen Grenzwert von 160 mg/dl Gesamt-Cholesterin, wobei bereits jedes 4. Kind Werte von mehr als 200 mg/dl aufweist. Eine Schlüsselposition für die Gesundheitserziehung räumt Halhuber den Kindergärtnerinnen ein, da diese relativ viel Zeit mit den Kindern verbringen und die Kinder in diesem Alter auch bereit sind, ihre Lebengewohnheiten zu verändern. Dafür ist auch eine gute Zusammenarbeit mit den Eltern förderlich. Weiters wünscht er sich eine verstärkte Gesundheitserziehung im Rahmen der Schule und gibt rauchenden Eltern Ratschläge, wie sie ihre Kinder zu Nichtraucher erziehen können.

In seinem zweiten Beitrag stellt HALHUBER Nichtmedizinern wesentliche Forschungsergebnisse der modernen Verhaltensmedizin aus der Sicht eines Präventivkardiologen und Rehabilitationskliniklers verständlich dar und setzt sie mit besonderen Verhaltensempfehlungen in Beziehung. So ist der Herzinfarkt heute keine "Managerkrankheit" mehr, sondern be-

trifft vor allem die "unteren" Schichten. Psychosoziale Stressoren, wie zum Beispiel ein ungutes Verhältnis von hoher Arbeitsbelastung und gleichzeitiger Unsicherheit des Arbeitsplatzes, fördern koronergefährdende Verhaltensmuster und sind daher häufig der gemeinsame Nenner für die Standardrisikofaktoren. HALHUBER stellt die Behauptung auf, daß die Lebensphilosophie des Alpinismus einen Schutz gegen den Herzinfarkt geben kann, indem sie den Risikofaktoren vorbeugt. Die alpinistische Lebenseinstellung wird durch ihre natur- und kulturnahe Wertordnung geprägt, durch ihre spielerisch-sportliche Grundhaltung, die Ausdauertraining und nicht Höchstleistungen sucht und schließlich auch durch den menschlichen Rückhalt in der Gemeinschaft der Alpinisten. Im Rahmen des "therapeutischen Reisens" können z.B. auch chronisch Erkrankte, nach guter Vorbereitung und ausreichender Betreuung vor Ort, die Vorteile des alpinistischen Lebensstils nützen und genießen.

Prof. Dr. RAAS geht in seinem Beitrag über die Bedeutung des Sportes für die Gesundheit und Krankheitsvorbeugung neben allgemeinen Informationen besonders auf die Möglichkeiten und Gefahren des alpinen Skisportes ein. Im Kapitel "Urlaub im Gebirge – der Gesundheit wegen" erfahren wir noch weitere Vorteile, die ein Aufenthalt in den Bergen mit sich bringt. Wir werden aber auch auf die besonderen Gefahren, wie die körperliche Überschätzung bei Wanderungen in den doch ungewohnten Höhenlagen des Gebirges hingewiesen.

Und weil in einem Buch über gesunden Lebensstil die Ernährung eine wesentliche Rolle spielt, bereichert die Ernährungsberaterin

Mathilde ENZINGER ihren sehr ausführlichen Beitrag über die lebensnotwendigen Nähr- und Wirkstoffe mit sehr vielen praktischen Ernährungsempfehlungen. Nach dem Studium ihres Kapitels steht der praktischen Umsetzung des Vorsatzes, alte Gewohnheiten abzulegen, nichts mehr im Wege!

Prof. Dr. GÜNTHER beantwortet in seinem Beitrag über Rheumatismus viele Fragen, die Nichtmediziner zu diesem großen Themenkreis haben. Abschließend erläutern der Gynäkologe Doz. Dr. HITTMAYER und der Arzt für Psychotherapie Prof. Dr. WESLACK jeweils themenbezogene Aspekte ihrer Fachgebiete.

E. Tanzer

DIE NEUEN GOTTESBEWEISE

Reinhard LÖW

Pattloch Verlag, Augsburg 1994

ISBN 3-629-00651-5

207 Seiten

Vieles hat die moderne Naturwissenschaft zu beweisen versucht: Unsere stammesgeschichtliche Herkunft, die Entstehung des Lebens und der Erde bis hin zur Erklärung des Seins aus physikalischen Vorgängen zu Beginn der Entstehung unseres Kosmos. Aber dessen nicht genug, versuchten in den letzten Jahren verschiedene Naturwissenschaftler auch über unsere Welt hinauszugehen und „übernatürliche Phänomene“ zu beweisen. Heute gibt es nicht wenige Physiker, die aufgrund Ihrer Daten aus der Kosmo- und Atomphysik behaupten, Gott beweisen zu können. Doch was ist dran an der forschen These der Allesergründer? Ist es der modernen Physik tatsächlich gelungen, Gott zu messen oder den Himmel auf Erden zu orten?

Dieser Frage geht Reinhard LÖW in seinem neuesten Buch über „Die neuen Gottesbeweise“ nach. Ähn-

lich wie bei seiner Analyse der Teleologie in dem gemeinsam mit Robert SPAEMANN verfaßten Buches „Die Frage Wozu?“ beginnt LÖW sein Buch mit einer systematisch-technischen Abhandlung der wissenschaftstheoretischen Grundlagen von Beweisen an sich. Dem folgt ein historischer Abriss der Philosophiegeschichte der Gottesbeweise, beginnend bei den fünf Wegen des Heiligen Thomas v. AQUIN bis hin zu tatsächlich als Beweise aufgefaßte Versuche verschiedener Philosophen der Neuzeit.

Anhand des erlangten Handwerkszeuges führt LÖW den Leser sodann durch drei moderne Varianten von Gottesbeweisen, die in ihrem rein empirischen Zugang zu dieser Fragestellung einen völlig neuen Wegang zu der Thematik suchen: Die vorgefaßte Prämisse lautet in verschiedenen Formulierungen: Wie kann man das Phänomen Gottes und der Religion in unserer Gesellschaft naturwissenschaftlich erklären. Im Grunde soll also Gott erklärt werden, um anhand seiner eigenen Erklärung wieder wegweisen werden zu können. Oder wie es LÖW formuliert: „Von der Wahrscheinlichkeit zur Unmöglichkeit von Gottes Existenz – und retour.“

Im Konkreten griff sich LÖW drei Bücher dieser naturwissenschaftlichen Denkrichtung heraus, anhand deren er die Unredlichkeit und sogar Widersprüchlichkeit der vorgegebenen Argumentation herausarbeitet. Die Autoren dieser Bücher sind der vor allem im deutschsprachigen Raum bekannte Wissenschaftsjournalist Hoimar v. DITFURTH („Wir sind nicht von dieser Welt.“), der Amerikaner Richard DAWKINS, der mit seinem Buch „Das egoistische Gen.“ vor allem die Denkweise in vielen biologischen und medizinischen Labors beeinflusst hat und schließlich Frank J. TIPLER, der gerade in sei-

nem Buch „Die Physik der Unsterblichkeit.“ behauptet, Gott beweisen zu können, aber zugleich sich selbst als Atheist brüstet.

Entgegen den Erwartungen, die der Titel des Buches vielleicht erzeugen könnte, handelt es viel weniger von neuen Erkenntnissen oder Argumentationen, die in theologischen oder religiösen Diskussionen Verwendung finden könnten, sondern der Autor will in erster Linie die Unzulässigkeit des naturwissenschaftlichen Ansatzes in dieser Frage herausarbeiten und somit zugleich die Begrenzung der naturwissenschaftlichen Möglichkeiten in philosophischen Themen aufzeigen. Denn gerade die große Krise in der Physik seit Beginn dieses Jahrhunderts hat sehr deutlich gezeigt, wie sich aus einem Erklärungsdefizit in den Bereichen der Astro- und Atomphysik viele Naturwissenschaftler in ontologische und metaphysische Erklärungen flüchteten, ohne jedoch das philosophische Handwerkzeug zu besitzen, um sattelfest in dieser Ebene argumentieren zu können. Und gerade in diesem Grenzbereich versucht LÖW mit seinem Buch erneut Grundgegebenheiten klar zu definieren und Mißverständnisse auseinanderzuidividieren.

Und eben diese Grundintention des Buches, das in relativ einfachen Worten, will sagen in naturwissenschaftlich verständlicher Diktion geschrieben ist, macht es besonders für den tätigen Arzt und Naturwissenschaftler besonders interessant. Denn neben der grundsätzlichen Klärung verschiedener philosophisch wie wissenschaftlich gebrauchter Grundbegriffe, skizziert LÖW auch die wesentlichen argumentativen Irrtümer einiger gängiger naturwissenschaftlicher Thesen wie der Soziobiologie, dem Fulguratismus, dem Evolutionismus und dem Präformationismus.

M. Schwarz