

Funktionelle Medizin & Big Pharma

«Personalisiert» ist nicht automatisch «persönlich»

«Jeder dritte Parlamentarier hat ein Lobbymandat der Gesundheitsbranche ...» titelte die «Sonntags-Zeitung» in ihrer Ausgabe vom 1. Oktober 2023. Dabei gäbe es zum «Primat der Pharmakotherapie», zum «Syndikat der Krankenkassen» und zum «Diktat des Kostendrucks» durchaus valable Alternativen und sinnvolle Ergänzungen: eine funktionelle Medizin, die sich konsequent an den Ressourcen des einzelnen Menschen orientiert ...

Fokus Medizin: Schulmedizin und funktionelle Medizin

Die Schulmedizin als evidenzbasierter Ansatz fusst auf wissenschaftlichen Beweisen und klinischer Forschung. Sie zeichnet sich durch die Anwendung von medizinischen Standards, evidenzbasierten Behandlungen und bewährten Praktiken aus, um Krankheiten zu diagnostizieren und zu behandeln. Die Schulmedizin legt grossen Wert auf die Wirksamkeit, Sicherheit und Qualität von medizinischen Interventionen und betont die Verwendung von Arzneimitteln sowie chirurgischen beziehungsweise interventionellen Eingriffen (siehe *Kasten 1*) zur Verbesserung der Patientengesundheit.

Die funktionelle Medizin unterscheidet sich vom Ansatz her von der Schulmedizin durch fünf Hauptmerkmale, welche die Schulmedizin gemäss der reinen Lehre durchaus auch für sich beanspruchen könnte, es aber im klinischen Alltag selten so weit kommen lässt:

1. *Holistischer Ansatz*: Die funktionelle Medizin betrachtet den Menschen als Ganzes, berücksichtigt die Wechselwirkungen zwischen Körper und Geist.
2. *Patienten-Empowerment*: Echtes Empowerment stärkt die Handlungs- und Entscheidungsautonomie des Patienten. Viele Ärzte tun sich mitunter schwer damit, zum Beispiel bei Impffragen.

3. *Multikausale Ursachen*: Statt einzelne Symptome zu behandeln (z.B. Bluthochdruck, Diabetes Typ 2, Schmerz, Depression), sucht die funktionelle Medizin nach den zugrunde liegenden, meist vielfältigen Ursachen von Krankheiten. Dies kann zur Identifizierung von Entzündungen, Nährstoffdefiziten, Toxinbelastung, durchlebten Traumata, ungenügender Selbstführung, Störungen im sozialen Umfeld und anderen (Lifestyle-)Faktoren führen.
4. *Individualisierung*: Funktionelle Medizin legt grossen Wert auf die Individualisierung der Behandlung – dies im Gegensatz zu den evidenzbasierten Standardtherapien. Sie berücksichtigt die genetischen, die Umwelt- und die Lebensstilfaktoren eines Patienten, um personalisierte Therapiepläne zu erstellen.
5. *Prävention als integrierter Bestandteil*: Eine funktionelle Medizin betont die (sekundäre) Prävention von Krankheiten durch Lebensstiländerungen, gesunde Ernährung, Bewegung und Stressmanagement.

Fokus Big Pharma: personalisierte Medizin

Die «personalisierte Medizin» präsentiert sich als individuell massgeschneiderte Diagnose, Behandlung und Prävention von Krankheiten auf genetisch-molekularer und immunologischer Basis. Seit das aktuelle Blockbuster-Modell – Medikamente für möglichst viele Menschen, am besten lebenslänglich – zum Auslaufmodell erklärt wurde, stellt Personalized Medicine das künftige Ertragsmodell von Big Pharma dar:

- ▲ Genetische Tests und Biomarker, um Patienten zu identifizieren, die von bestimmten Medikamenten oder Therapien profitieren.
- ▲ Personalisierte Medikamente, die spezifische genetische oder molekulare Profile berücksichtigen, um eine bessere Wirksamkeit und Verträglichkeit zu erzielen.
- ▲ Analyse grosser Datensätze und Bioinformatik, um Muster und Zusammenhänge zwischen Genotyp, Phänotyp, Immunotyp und Krankheiten zu identifizieren.
- ▲ Klinische Studien, um die Wirksamkeit personalisierter Behandlungen nachzuweisen und die Zulassung kostenintensiver Therapien bei den Gesundheitsbehörden zu erwirken.

Kasten 1:

Operationshäufigkeit in der Schweiz, 2021

Erstimplantation einer Totalendoprothese Hüftgelenk	22300
Erstimplantation einer Totalendoprothese Kniegelenk	16446
Koronarangioplastik (PTCA) mit Ballons	15011
tiefe zervikale Sectio caesarea, primär & sekundär	27632
plastische Rekonstruktion bei Hallux valgus	5842
Exzision einer Bandscheibe	6780

Quelle: BFS – Medizinische Statistik der Krankenhäuser 2022

Kasten 2:

Umsatzstarke Spritzen

Zölgensma®	Spinale Muskeldystrophie	CHF 2,1 Millionen (Swissinfo.ch, 31.05.2019)
Hemgenix®	Hämophilie-B-Patienten	US\$ 3,5 Millionen («Beobachter», 01.12.2022)
mRNA-Vakzine, 2021 Umsatz weltweit: US\$ 64,9 Milliarden (de.statista.com, 15.07.2022)		

Eine Sprechstundenmedizin, welche bewusst an die evolutionsbiologisch erworbene Intelligenz des psycho-neuro-immuno-endokrinen Systems andockt und konsequent die individuell vorhandenen Ressourcen stärkt, birgt das Potenzial einer «persönlichen und zukunftsfähigen Medizin» in sich – als sinnvolle Ergänzung zum technisch orientierten personalisierten Ertragsmodell von Big Pharma.

Als Facharzt für Allgemeine Medizin mit eigener Grosspraxis in Zürich hatte ich das Privileg, während 30 Jahren funktionelle Medizin zu praktizieren, zunächst mit dem Schwerpunkt Bewegung und konservative Orthopädie, im weiteren Verlauf unter salutogenetischem Einbezug von Schlaf, Stressresilienz und einer gesunden Ernährung.

In der Onlineversion des Beitrags finden Sie eine Reihe von konkreten Beispielen, was funktionelle Medizin alles umfassen kann, etwa im Bereich der Ernährung (funktionelle Gastroenterologie), der Bewegung (funktionelle Orthopädie), beim Thema Stress (funktionelle Kardiologie) und in vielen weiteren Bereichen der Medizin.

Meine Motivation, diesen Artikel zu schreiben, ist dreifacher Natur, nämlich:

1. den einen oder anderen Schulmediziner für das Potenzial der funktionellen Medizin zu interessieren,
2. mich bei allen Pionieren der funktionellen Medizin im Lande zu bedanken,
3. in eigener Sache: Ich suche per Frühling 2024 Gleichgesinnte für ein Zentrum «Funktionelle Medizin» in Zürich, in Basel und in Bern. ▲

Dr. med. Christian Larsen
Med Center Zürich
Privatklinik Bethanien
Restelbergstrasse 27
8044 Zürich

Bei Interesse an funktioneller Medizin freue ich mich über jede Kontaktaufnahme unter:
christian.larsen@spiralodynamik.com

Weitere Beispiele dafür, was funktionelle Medizin alles umfassen kann, finden Sie im Folgenden:

- ▲ Fokus Ernährung: Funktionelle Gastroenterologie
- ▲ Fokus Bewegung: Funktionelle Orthopädie
- ▲ Fokus Stress: Funktionelle Kardiologie
- ▲ Funktionelle Medizin: Hier, jetzt und überall?!

Fokus Ernährung: Funktionelle Gastroenterologie

Die funktionelle Medizin in der Gastroenterologie legt besonderen Wert auf die Personalisierung der Behandlung und die Berücksichtigung der individuellen Bedürfnisse und Reaktionen jedes Patienten. Dies ermöglicht eine umfassende Betrachtung der gastrointestinalen Gesundheit und zielt darauf ab, die Ursachen von Verdauungsproblemen anzugehen, anstatt nur die Symptome zu behandeln:

- ▲ **Stoffwechseltypen:** In der funktionellen Gastroenterologie wird die Bedeutung individueller Stoffwechseltypen berücksichtigt. Ein Eskimo-Typ (Eiweiss-Typ) hat einen anderen Stoffwechsel als ein natürlicher Vegetarier (Kohlenhydrat-Typ). Dies bedeutet, dass die Ernährung und Nahrungsergänzungsmittel auf die spezifischen Bedürfnisse und Verträglichkeiten des Patienten abgestimmt werden. Zudem kann die Identifizierung von Nahrungsmittel Unverträglichkeiten oder Allergien dazu beitragen, eine massgeschneiderte Ernährung zu entwickeln.
- ▲ **Heilfasten und Intervallfasten:** Funktionelle Gastroenterologen können Fasten als Ansatz zur Förderung der Darmgesundheit und zur Entzündungskontrolle empfehlen und supervisionieren. Das Timing und die Art des Fastens werden oft individuell angepasst.
- ▲ **Modifizierung des Mikrobioms:** Die Darmgesundheit hängt stark von der Zusammensetzung des Darmmikrobioms ab. Funktionelle Gastroenterologen können Probiotika, Präbiotika und andere Ansätze zur Modifizierung des Mikrobioms empfehlen, um das Gleichgewicht im Darm wiederherzustellen und Symptome zu lindern.
- ▲ **Entzündungskontrolle:** Entzündungsprozesse im Magen-Darm-Trakt spielen eine wichtige Rolle bei vielen gastroenterologischen Erkrankungen. Die funktionelle Medizin zielt darauf ab, Entzündungen zu reduzieren, oft durch Ernährung, Nahrungsergänzungsmittel und Lebensstiländerungen.
- ▲ **Toxin Bewältigung:** Die Funktionelle Gastroenterologie kann sich auf die Identifizierung von Umweltgiften oder Schadstoffen konzentrieren, welche die Darmgesundheit beeinträchtigen könnten. Entgiftungsstrategien und die Minimierung der Exposition gegenüber toxischen Substanzen können Teil des Behandlungsplans sein.
- ▲ **Genetik und Epigenetik:** Die Analyse der genetischen Veranlagung kann dazu verwendet werden, das individuelle Risiko für gastrointestinale Unverträglichkeiten oder Erkrankungen wie Morbus Crohn oder Zöliakie zu bewerten. Dies kann dazu beitragen, präventive Massnahmen zu entwickeln und personalisierte Therapiepläne zu erstellen.
- ▲ **Ganzheitliche Herangehensweise:** Funktionelle Gastroenterologen betrachten den Patienten oft als Ganzes und berücksichtigen nicht nur die Symptome im Magen-Darm-Trakt, sondern auch andere Faktoren wie Stress, Schlaf

und psychische Gesundheit, die die Verdauung beeinflussen können.

- ▲ **Individuelle Therapiepläne:** Funktionelle Gastroenterologen erstellen häufig individuell angepasste Therapiepläne, die eine Kombination von Ansätzen aus Ernährung, Lebensstiländerungen, Nahrungsergänzungsmitteln und anderen therapeutischen Massnahmen umfassen.

Fokus Bewegung: Funktionelle Orthopädie

Die funktionelle Orthopädie legt besonderen Wert auf die ganzheitliche Gesundheit des Bewegungssystems und zielt darauf ab, nicht nur Schmerzen zu lindern und Gelenke zu ersetzen, sondern auch die Ursachen von orthopädischen Problemen anzugehen. Sie betont die Individualisierung der Behandlung und die Berücksichtigung der spezifischen Bedürfnisse und Ziele jedes Patienten:

- ▲ **Bewegungsoptimierung** Funktionelle Orthopäden legen grossen Wert auf die Verbesserung der Bewegungsqualität und die Rehabilitation von muskuloskelettalen Verletzungen oder Erkrankungen. Dies beinhaltet die Entwicklung von individuellen Übungsprogrammen, um chronische Fehlbelastungen zu korrigieren und die Muskulatur gezielt zu kräftigen. Die Therapiemethode «Spiraldynamik» hat sich auf die Vermittlung anatomisch gesunder Bewegungen vermittelt.
- ▲ **Ganzheitliche Ursachenermittlung:** Statt nur die Symptome zu behandeln, zielt die funktionelle Orthopädie auf die Identifizierung der zugrunde liegenden Ursachen von orthopädischen Problemen ab. Dies kann die Analyse von Haltung, Gangbild, biomechanischen Faktoren und muskulären Ungleichgewichten usw. umfassen.
- ▲ **Einlagen und Schuhberatung:** Funktionelle Orthopäden können individuell angepasste orthopädische Einlagen oder Schuhe empfehlen, um die Gelenkstabilität zu unterstützen und biomechanische Probleme zu korrigieren.
- ▲ **Gelenk- und Gewebsgesundheit:** Die Erhaltung und Wiederherstellung der Gelenk- und Gewebsgesundheit steht im Mittelpunkt. Dies kann die Verwendung von manuellen Techniken wie Osteopathie oder Chiropraktik einschliessen, um die Gelenkfunktion zu verbessern.
- ▲ **Nährstoffe und Ergänzungen:** Funktionelle Orthopäden können Ernährungsanalysen durchführen, um Nährstoffdefizite zu identifizieren, die die Gesundheit von Muskeln, Knochen und Gelenken beeinträchtigen könnten. Die Verwendung von Nahrungsergänzungsmitteln zur Unterstützung des Gewebes und der Gelenke kann Teil des Behandlungsplans sein.
- ▲ **Lebensstiländerungen:** Die ganzheitliche Herangehensweise der funktionellen Orthopädie schliesst die Förderung eines gesunden Lebensstils ein, der Ernährung, Bewegung, Schlaf und Stressbewältigung umfasst.
- ▲ **Prävention von Verletzungen:** Funktionelle Orthopäden betonen die Bedeutung der Prävention von Verletzungen durch die Identifizierung und Korrektur von Risikofaktoren, die zu orthopädischen Problemen führen können.
- ▲ **Integrative Ansätze:** Funktionelle Orthopäden können alternative und komplementäre Therapien integrieren, wie beispielsweise Akupunktur, physikalische Therapie, Massagetherapie, um die Schmerzlinderung und die Regeneration des Körpers zu fördern.

Fokus Stress: Funktionelle Kardiologie

Die funktionelle Kardiologie konzentriert sich auf die individuellen Bedürfnisse und die ganzheitliche Gesundheit des Patienten. Durch die Integration verschiedener Ansätze können funktionelle Kardiologen dazu beitragen, das Risiko von Herzerkrankungen zu reduzieren, die Herzgesundheit zu fördern und eine individuell angepasste Behandlung anzubieten:

- ▲ **Messung der Herzratenvariabilität (HRV):** Die HRV ist ein wichtiger Indikator für die Gesundheit des autonomen Nervensystems und des Herz-Kreislauf-Systems. Funktionelle Kardiologen nutzen HRV-Analysen, um Informationen über die Anpassungsfähigkeit des Herzens an verschiedene Belastungssituationen zu gewinnen. Diese Daten können verwendet werden, um personalisierte Empfehlungen für Stressbewältigung und Herzgesundheit abzuleiten.
- ▲ **Umfassende Diagnostik:** Funktionelle Kardiologen verwenden oft umfassende diagnostische Tests, um die Herzgesundheit zu bewerten. Dies kann die Bestimmung von Entzündungsmarkern, die Analyse von Lipidprofilen und die Untersuchung auf versteckte Infektionen oder Toxine umfassen.
- ▲ **Lifestyle-Optimierung:** Die funktionelle Kardiologie betont die Bedeutung eines gesunden Lebensstils, der Bewegung, Ernährung und Schlaf umfasst. Änderungen in diesen Bereichen können dazu beitragen, Risikofaktoren für Herzerkrankungen zu reduzieren und die Herzgesundheit zu fördern.
- ▲ **Förderung der Stressresilienz:** Stress ist ein bekannter Risikofaktor für Herzerkrankungen. Funktionelle Kardiologen können psychologische Ansätze wie Entspannungstechniken, Achtsamkeit und kognitive Verhaltenstherapie empfehlen oder anbieten, um die Bewältigung von Stress zu fördern und die Herzgesundheit zu stärken.
- ▲ **Training des Vagusnervs:** Der Vagusnerv ist ein wichtiger Teil des autonomen Nervensystems und beeinflusst die Herzgesundheit erheblich. Funktionelle Kardiologen können Techniken zur Stimulation und Stärkung des Vagusnervs empfehlen, um die Herzratenvariabilität zu verbessern und die Herzgesundheit zu unterstützen.
- ▲ **Integrative Medizinansätze:** Die funktionelle Kardiologie integriert häufig alternative und komplementäre Therapieansätze wie massgeschneiderte Ernährungspläne, pflanzliche Heilmittel, Nahrungsergänzungsmittel und traditionelle Heilmethoden, um die Herzgesundheit zu fördern und Risikofaktoren zu reduzieren.

Funktionelle Medizin: Hier, jetzt und überall?!

- ▲ **Psychiatrie und Psychologie:** In der psychischen Gesundheitsversorgung wird immer häufiger auf ressourcenorientierte Ansätze wie Embodiment, positive Psychologie, Verhaltenstherapie sowie die Förderung von Resilienz gesetzt. Statt ausschliesslich auf Medikamente zu setzen, integrieren Therapeuten Methoden zur Stärkung der physiologischen und psychischen Ressourcen ihrer Patienten, einschliesslich Psychotherapie, Achtsamkeitstraining und Stressmanagement-Techniken.
- ▲ **Neurologie:** Bei neurologischen Erkrankungen wie Migräne, Parkinson oder Neuropathie kann eine ressourcenorientierte, funktionelle Medizin die Ursachen der Symptome genauer untersuchen. Das umfasst die Betrachtung

von Ernährung, Lebensstil, Bewegung und nicht-pharmazeutischen Ansätzen zur Symptomlinderung.

- ▲ **Rheumatologie:** Bei entzündlichen Erkrankungen wie Rheumatoider Arthritis oder Fibromyalgie wird die funktionelle Medizin oft zur Schmerzmanagement-Strategie hinzugezogen. Sie beinhaltet Ernährungsänderungen, Bewegungstherapie und Methoden zur Reduzierung von Entzündungen im Körper.
- ▲ **Gynäkologie:** In der Frauenheilkunde kann die funktionelle Medizin eine Rolle bei der Behandlung von hormonellen Problemen, Unfruchtbarkeit und Menopause-Symptomen spielen. Sie umfasst oft Ernährungsoptimierung, Hormon-Balancierung und Stressbewältigung.
- ▲ **Endokrinologie:** In der Behandlung endokriner Erkrankungen wie Diabetes oder Schilddrüsenerkrankungen wird zunehmend die Bedeutung von Lebensstil- und Ernährungsinterventionen erkannt. Funktionelle Medizin zielt darauf ab, Hormonungleichgewichte durch eine ganzheitliche Herangehensweise zu korrigieren, indem beispielsweise Vorläuferstoffe oder Präkursoren bestimmter Substanzen verwendet werden, um den Körper dazu zu bringen, diese Substanzen selbst zu produzieren oder in höheren Mengen zu produzieren. Zum Beispiel kann die Verabreichung von Glutamin Vorläufern oder GABA (Gamma-Aminobuttersäure) dazu dienen, den Körper dazu anzuregen, diese Substanzen selbst zu produzieren, um Schmerzen zu reduzieren, Angstzustände zu lindern oder die Muskelentspannung zu fördern. Ähnlich kann die Verabreichung von DHEA (Dehydroepiandrosteron) dazu verwendet werden, die Produktion körpereigener Hormone auszugleichen.