

Komplementäres

Belastete Psyche

Der Konsum von Alkohol und anderen Drogen ist in der Schweiz markant gestiegen. Auch die Zahl der Depressionen hat stark zugenommen. Davon besonders betroffen sind Kinder und Jugendliche. Im ambulanten Bereich gibt es eine Zunahme von bis zu 50 Prozent. Und psychiatrische Kliniken für Kinder und Jugendliche melden Überbelegungen und einen Anstieg von ernsthaften Suizidversuchen. Diese Entwicklungen sind besorgniserregend, aber keine Überraschung.

Die mit der Krise einhergehende Unberechenbarkeit, die sich ständig ändernden Vorgaben und Massnahmen und die eingeschränkten sozialen Kontakte belasten in besonderem Ausmass. Dabei trifft es – wie so oft – die Schwächsten am stärksten. Diese Auswirkungen der bisherigen Corona-Strategie sind beunruhigend und lassen sich nicht länger schönreden. Wir müssen sie ernst nehmen. Zu kurzfristig, zu punktuell, zu wenig aufeinander abgestimmt sind die aktuellen Massnahmen. Umfassende Konzepte fehlen. Der Fokus auf die Viren und Krankheitsverläufe ist einseitig und greift zu kurz.

Manchmal sind einfache Hilfestellungen angezeigt. Eine beruhigende Kräutermischung, eine Tasse Heiltee mindern Stress und entlasten. Der Rat einer naturheilkundigen Fachperson kann Situationen beruhigen. Menschlichkeit und Selbstvertrauen sind gefordert. Es ist an der Zeit, die Ad-hoc-Aktionen mit integrativen Szenarien zu ergänzen und die sozialen und psychischen Aspekte in die Massnahmen miteinzubeziehen. Die Komplementärmedizin hat einiges zu bieten. Denn nach mehr als einem Jahr ist klar: Gesundheit beinhaltet viel mehr als der Schutz vor einer Corona-Ansteckung.

Dr. Herbert Schwabl, Präsident SVKH