

# „Wer hilft, hat recht!“

## Reiki am Unfallkrankenhaus Berlin

800 Patienten sind in den letzten drei Jahren im Unfallkrankenhaus Berlin mit Reiki behandelt worden. Noch im ersten Halbjahr 2012 wird das ukb sein Personal von drei auf fünf festangestellte Entspannungs-Therapeuten aufstocken, die insgesamt rd. 4.000 Reiki-Behandlungen jährlich geben.

Das Unfallkrankenhaus Berlin (ukb) ist ein vibrierender Ort der modernen Medizin mit 85.000 Behandlungsfällen im Jahr. 55.000 davon sind Notfallpatienten aus Berlin, Brandenburg und Mecklenburg-Vorpommern. Von der Ostsee bis runter nach Cottbus werden Schwerverletzte per Hubschrauber oder Krankenwagen in die Rettungsstelle des Unfallkrankenhauses gebracht, viele davon sind bei der Arbeit verunglückt. In Spezialdisziplinen wie der Therapie von Brand-, Rückenmark- und Handverletzungen belegt das 1997 eröffnete ukb international eine Spitzenposition.

Das Unfallkrankenhaus Berlin, als Lehrkrankenhaus der Charité, ist ein Ort modernster Schulmedizin, ein Ort

der technischen Medizin. Rationales Denken und pragmatisches Vorgehen bestimmen die Arbeit. Es mag überraschen, doch wohl genau aus diesem Grund konnte Reiki am ukb Fuß fassen. Heute arbeiten am Unfallkrankenhaus Berlin drei festangestellte Entspannungs-Therapeuten, die jährlich rd. 4.000 Reiki-Behandlungen geben. Und: 70 Mitarbeiter im Pflegebereich und eine Ärztin praktizieren Reiki privat.

### Reiki und Schulmedizin

Vergleichbares vermelden zu können, darauf hatte das Reiki Magazin lange gewartet, nun ist es soweit: Dies ist die Geschichte eines Zusammenwirkens von Schulmedizin und Reiki, als Teil eines umfassenden Therapiekonzeptes, wie es das in dieser Regelmäßigkeit und Intensität bisher in Deutschland noch nicht gab. Ermöglicht hat das auch die pragmatische Einstellung der Berufsgenossenschaften, die als Träger des ukb für einen Großteil der medizinischen Versorgung im Krankenhaus zuständig sind. Und vor allem eine moderne Krankenhausleitung, der nichts mehr gilt als der Heilerfolg. Und, last, not least, hat ein Einzelner durch sein beständiges, unaufdringliches Engagement dazu beigetragen, dass es zu dieser zukunftsweisenden Entwicklung kommen konnte.

Wie so oft, wenn etwas Neues entsteht, steht am Anfang die Suche nach Lösungen. Im Jahr 2008 suchten die Leiter des Zentrums für spezialisierte rehabilitative Medizin im ukb nach neuen Konzepten in der Schmerztherapie. Operationen und Medikamentengabe hatten

Unfallkrankenhaus Berlin (ukb)



bei chronischen Schmerzen kaum mehr Erfolg. Man sah sich nach neuen Therapieansätzen um. Den Schmerz anders wahrzunehmen, anders mit ihm umzugehen und so zu beeinflussen war so ein Ansatz, und darauf sollte die neue Schmerztherapie basieren. Verschiedene Möglichkeiten wurden erwogen, Autogenes Training, Bio-Feedback etc. Man feilte am Konzept, da brachte der Pflegedirektor Matthias Witt die Idee ein, es mit Reiki zu versuchen. Er hatte privat schon ein, zwei Reiki-Behandlungen bekommen, hauptsächlich kannte er Reiki über seinen langjährigen Mitarbeiter Marc Bendach.

### „Wir probieren es aus!“

Marc Bendach kam 1997 als Krankenpfleger in das gerade eröffnende Unfallkrankenhaus Berlin und arbeitete dort – nach einer Weiterbildung im Jahr 2005 – im Rehabereich als Bewegungstrainer. Seit 2003 ist Marc Reiki-Lehrer, und in den Kursen, die er am Wochenende in seinem Reiki-Zentrum gab, hatten auch einige Pflegerinnen und Pfleger des ukb Reiki erlernt.

Es gab also eine kleine interne Fangemeinde, doch in einem Unfallkrankenhaus Handauflegen als offizielle Therapie vorzuschlagen, das war innovativ. Dass die Idee aufgegriffen wurde, erklärt Hans-Peter Brickwede, administrativer Leiter des Reha-Zentrums und des Medizincontrollings, so: „Die Beeinflussung chronischer Schmerzen ist schwierig. Auch die Literaturrecherche ergab: Es wusste keiner was wirklich sicher Besseres, niemand hat in diesem neuen Therapiegebiet den Stein der Weisen gefunden.“ Reiki sollte eine Chance bekommen, befand das Medizincontrolling. Die Chefarzte reagierten zunächst zurückhaltend. Doch schließlich schrieb Prof. Dr. Hans-Detlef Stober, der Leiter der Schmerzambulanz, eine E-Mail an Marc Bendach und lud ihn zum Gespräch über Reiki.

### Unerwartete Entwicklung

Als die Einladung kam, war Marc Bendach erst einmal baff. Das kam völlig unerwartet. Mit dieser Chance für Reiki hatte er nicht gerechnet. Beim Interviewtermin mit dem Reiki Magazin, in großer Runde im ukb, mit Hans-Peter Brickwede, der Pressesprecherin des ukb, Angela Kijewski, der Psychologin Annette Brink sowie den Reiki-Therapeuten Marc Bendach und Melanie Heilmann geht es auch um dieses erste Gespräch mit der ärztlichen Leitung. Marc Bendach, 47 Jahre, drahtig, ruhig und humorvoll, erinnert sich heute lächelnd, wie er damals vor Professor Stober stand. Der Mediziner mit 30 Jahren Berufserfahrung reagierte auf Marc's Erläuterungen über Reiki-Energie erwartungsgemäß skeptisch: „Strom kommt immer noch aus der Steckdose“, zitiert Marc Bendach den Professor, den eine so immaterielle Form der Therapie nicht so richtig



Marc Bendach

überzeugen konnte. Trotzdem entließ ihn der Professor mit den Worten: „Glaube ich zwar nicht dran, aber probieren wir es aus!“

Jetzt musste Reiki sich bewähren. Professor Stober begleitete die Anfangsphase kritisch. Er befragte viele Patienten, wie die neuen Schmerzmodule wirkten, arbeitete sich durch die geführten Schmerztagebücher. Das Ergebnis war eindeutig: Reiki offenbarte sich schnell als das aus Patientensicht erfolgreichste Modul der neuen Schmerztherapie überhaupt (mit im Angebot: Bio-Feedback, Progressive Muskelrelaxation, Genusstraining, Achtsamkeits-Training, Autogenes Training, Qi Gong, Yoga). 85 Prozent der chronischen Schmerzpatienten gaben an, dass Reiki „das Beste war, was in der neuen Schmerztherapie angeboten wurde“.

### Gemischte Reaktionen

Marc Bendach nahm ab da an mehreren Schmerzkonferenzen im ukb teil, um den Ärzten mithilfe einer Power-Point-Präsentation die Wirkungsweise von Reiki vorzustellen. Andere neue Therapien wie Genusstraining, Autogenes Training oder Bio-Feedback waren leicht zu akzeptieren, doch das Handauflegen mit einem Therapeuten als Kanal für Lebensenergie, das entspricht so gar nicht dem materiellen Weltbild der Schulmedizin. Die Reaktionen der Ärzte auf Reiki waren gemischt, einige blieben distanziert und ablehnend, andere, die beispielsweise mit dem Begriff der Chakren vom Yoga her vertraut sind, konnten was mit Reiki anfangen. Unter ▶



# „Reiki – was ist denn das?“

## Für Dachdecker Carsten Mut wurde ein Arbeitsunfall zur Chance

Einer der 800 Patienten, die im ukb mit Reiki therapiert wurden, ist der 48-jährige Dachdecker und Zimmermann Carsten Mut. Er kommt aus Dolgau in der Märkischen Heide und hatte vor seinem Unfall noch nie etwas von Reiki gehört. Das ist in 90 Prozent der Fälle so, sagt Entspannungs-Therapeut Marc Bendach. Der Dachdecker entspricht in vielerlei Hinsicht dem „typischen Reha-Patienten“ im ukb – und der ist 50, männlich, Handwerker und „ohne Reiki-Vorwissen“.

Carsten Mut ist bei der Arbeit mit der linken Hand in ein frisch eingelegtes Sägeblatt geraten und hat sich dabei drei Zentimeter tief in den Handteller gesägt. Dabei wurde der Daumen fast und die Beugesehnen ganz abgetrennt. Nach zwei Operationen kam er Mitte Dezember 2011 in die Handreha am ukb. Er konnte seine Finger kaum bewegen und litt unter starken Schmerzen. Auf dem Therapieplan des Dachdeckers stand nach zwei Wochen Reiki. „Mein Gott, was ist denn das?“, war seine erste Reaktion, als Marc Bendach ihm die Sache mit dem Handauflegen erklärte. Von anderen Patienten hörte er, Reiki mache „müde und schlapp“. Carsten Mut ließ sich darauf ein und beschreibt seine erste Behandlung so: „Man liegt so da, der Körper wird warm, die Hände werden warm, die Füße werden warm, die Zehen fangen an zu kribbeln, und dann wurde die Leber warm“.

### „Die Energie fließt.“

Marc Bendach erklärt, dass die Energie in die „Baustellen des Körpers“ fließt. Seit 2008 ist er auch in Jikiden Reiki eingeweiht und behandelt in diesem Reiki-Stil. Das beinhaltet vor allem die Praxis des Byosen, kurz: das Erspüren energetischer Ungleichgewichte mit den Händen, beispielsweise bei Verletzungen,

Stauungen, Zerrungen, Entzündungen oder Vergiftungen im Gewebe. „Manchmal ist nicht primär die Stelle der Verletzung Ziel der Behandlung, sondern die Energie fließt in ein anderes akutes Leiden, wo die eigentliche Schwachstelle sitzt“, so Marc Bendach. Bei Carsten Mut war ziemlich schnell klar, dass seine Leber eine intensive Reinigung nötig hat und er rechtsseitig Beschwerden durch einen abgenutzten Lendenwirbel habe. Als Marc ihn nach der Behandlung darauf hinwies, war Herr Mut ziemlich überrascht: „Das mit der rechten Seite, das weiß ja keiner außer ich.“ Tatsächlich litt der Dachdecker schon länger an



Schmerzen in der rechten unteren Körperhälfte. Davon hatte er nur noch nie jemandem etwas erzählt.

### Physiotherapie und Reiki

Carsten Mut bekam während seiner sechswöchigen Reha im ukb alle drei Tage 45 Minuten Reiki. „Alles ist wesentlich besser geworden“, sagt er heute. Seine Finger sind wieder beweglich, die Schmerzen sind weg. Das ist das Ergebnis intensiver Physiotherapie und Reiki, sagt der Dachdecker. Doch nicht nur körperlich geht es Herrn Mut deutlich besser, sehr viel hat sich auch seelisch für ihn verändert.

Jetzt sagt er Dinge wie: „Für meine Gesundheit fange ich an, mehr zu tun.“ und: „Ich nehme mir Zeit für mich selber, nicht nur für andere.“ Dachdecker Mut, der erst gar nicht zur Reha erscheinen wollte – zu Hause auf seinem Hektar Land war so viel zu tun – hört sich beeindruckend geläutert an: Er sieht den Unfall jetzt als „Chance“ für sich. Vorher arbeitete er bis zu 90 Stunden die Woche, keiner konnte es ihm recht machen, am Ende hat er auf den Baustellen „lieber selber nochmal angefasst“.

### Wendepunkt im Leben

Die Reha im ukb stellt ohne Übertreibung einen Wendepunkt in seinem Leben dar. Er habe wieder zu alter Lebensfreude zurückgefunden, das sagt sogar seine Frau, die neuerdings wieder liebevoll geneckt wird von ihrem Mann. Doch der größte Nutzen, den Dachdecker Mut Reiki zuschreibt, ist, dass er seinen Körper jetzt so akzeptiere, wie er seit dem Unfall ist: „Ich kann keinen 30er Bordstein mehr alleine setzen“, das ist eine bittere Pille für den Macher Mut, die er jetzt aber geschluckt und verdaut zu haben scheint: Er will künftig allzu schwere

Arbeiten an andere abgeben, ohne damit zu hadern. Und er wünscht sich, zu Hause in Dolgau weiter mit Reiki behandelt zu werden. Seine Berufsgenossenschaft würde das wahrscheinlich übernehmen, doch im Umkreis von 50 Kilometern gibt es dort (noch) keine Reiki-Praxis.

Carsten Mut ist froh, dass er im ukb Reiki kennengelernt hat. Schade findet er nur, dass Reiki nicht von Anfang an auf seinem Reha-Plan stand, sondern erst nach zwei Wochen. Und dann sagt er, mit uneingeschränkter Dankbarkeit: „Das Unfallkrankenhaus Berlin ist ein Top-Krankenhaus!“

der Ärzteschaft entspann sich eine rege Diskussion. Ende 2009 lud Professor Stober Oliver Klatt, Reiki-Meister und Mitautor des Buches „Reiki und Schulmedizin“, zu einem Vortrag ins ukb ein, um das Verständnis von Reiki bei Ärzten und Pflegekräften zu vertiefen.

Letztlich, und das stellt Hans-Peter Brickwede bei unserem Treffen noch einmal ganz klar heraus, war allein die positive Resonanz bei den Patienten ausschlaggebend dafür, dass Reiki sich im ukb etablieren konnte. Nicht unwesentlich dabei ist die Tatsache, dass das ukb ein berufsgenossenschaftliches Krankenhaus ist. Ein Viertel aller Patienten sind bei der Arbeit verunglückt, und oberstes Ziel der Berufsgenossenschaften ist es, diese Patienten medizinisch, beruflich und sozial zu rehabilitieren. Das heißt auch, die Arbeitsfähigkeit schnellstmöglich wieder herzustellen. Und da gehen die Berufsgenossenschaften ganz pragmatisch vor: Bezahlt wird, was hilft. Anders als die Krankenkassen, die sich bei Reiki noch sehr bedeckt halten, übernehmen die Berufsgenossenschaften die Kosten für Reiki-Behandlungen während des Aufenthalts im Krankenhaus und teilweise auch darüber hinaus. Es gibt die Überlegung, in Einzelfällen sogar das Erlernen des ersten Reiki-Grades zu finanzieren.

## Reiki in allen Reha-Bereichen

Das berufsgenossenschaftliche Zentrum für Rehabilitation am ukb ist das einzige seiner Art in Berlin und entwickelt sich rasant. 2007 gab es acht Plätze in der semistationären Weiterbehandlung, heute sind es 40. Der Einsatz von Reiki wurde auf alle Reha-Bereiche ausgeweitet. Nach den Erfolgen im Bereich der Chronischen Schmerzen haben auch die Bereiche für Prothesen-, Schulter-, Hand-, Gleichgewichts- und Knie-Reha Reiki ins Programm genommen. Dr. Benjamin Reicke, einer der verantwortlichen Ärzte für die Knie-rehabilitation im ukb, findet es gut, dass Reiki in seinem Bereich angeboten wird. „Wer hilft, hat Recht“, sagt der angehende Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie. Er sieht den Erfolg von Reiki besonders in dessen entspannender Wirkung. Entspannung führt zu Schmerzlinderung, so brauchen die Patienten weniger Medikamente.

## Vertrauensbildende Maßnahme

Und Dr. Reicke schätzt Reiki als vertrauensbildende Maßnahme. Die Anwendung öffne den Patienten für die folgenden schulmedizinischen Therapien; die Compliance des Patienten, also seine Offenheit für nötige therapeutische Maßnahmen, steige. Das ist sehr hilfreich, denn oft stehen die Patienten unter starkem Stress, wenn sie in der Reha ankommen. Angst und Schmerzen führen zu Verkrampfungen, die beispielsweise die Physiotherapie erschweren können. Reiki hat



Marc Bendach im Gespräch mit Patient Carsten Mut.

hier den Vorteil, dass es sich im ganzen Körper wie von selbst verteilt und zu den Stellen hinfließt, wo es gebraucht wird. So können indirekt auch Stellen behandelt werden, die der Patient aus Schmerz- oder psychischen Gründen nicht berührt haben möchte.

## Psyche muss auch heilen

Reiki-Behandlungen lösen psychische Vorgänge aus – nicht nur bei hypersensiblen Menschen. Deshalb ist eine psychologische Begleitung der Patienten hilfreich. Die Psychologin Annette Brink ist Leiterin der Psycho-traumatologie am ukb und arbeitet eng mit den Entspannungs-Therapeuten zusammen. In der Schmerz- und Prothesenreha bekommt jeder Patient Reiki. In der Hand- und Schulterreha entscheidet die Psychologin von Fall zu Fall. Den meisten empfiehlt sie Reiki ausdrücklich. Zum Beispiel dann, wenn Patienten sich mit ihrer Verletzung nicht auseinandersetzen wollen, Einschränkungen nicht akzeptieren können oder wenn Schmerzen nicht allein auf körperliche Beschwerden zurückzuführen sind. Ihre Erfahrung der letzten drei Jahre mit Reiki ist, dass „in den Behandlungen oft Aspekte des Unfalls selbst hochkommen, beispielsweise wird der Bewegungsablauf beim Sturz wieder bewusst, daraus kann Befreiung entstehen, und Bewegungen, die vorher geklemmt haben, gehen wieder“.

Oftmals bereitet Reiki den Boden für die psychische Verarbeitung des Unfalls. Und der Einfluss der Psyche auf die Genesung ist immens. Marc Bendach gibt ein Beispiel: Eine Patientin kam mit einem gebrochenen Daumen ins ukb, wurde medizinisch gut versorgt, ▶





Marc Bendach, Psychologin Annette Brink und Melanie Heilmann im Gespräch.

und trotzdem verkrampfte sich ihre Hand zur Faust, die sie nicht mehr öffnen konnte und ihr erhebliche Schmerzen bereitete. Körperlich war das nicht zu erklären. Erst die Frage, was zum Zeitpunkt des Unfalls los war, brachte Licht ins Dunkel: Die Patientin litt unter einer sehr belastenden, privaten Lebenssituation. Und dies bereits seit vielen Jahren. Während der Reiki-Behandlungen stiegen nun all die mit ihrer Lebenssituation verbundenen Gefühle auf und schafften den Raum für Klarheit und Verständnis ihrer jetzigen Lage. Durch begleitende Gespräche war es ihr nun möglich, sich selbst und ihre körperliche Behinderung besser zu verstehen und Zusammenhänge zu erkennen. Gleichzeitig nahmen nun auch die Schmerzen und die Krämpfe in ihrem Arm ab.

### „Da passiert was!“

Reiki kann Patienten erreichen, die sich abgeschottet haben. Die meisten Patienten, die im Rehazentrum des ukb eintreffen, müssen zuallererst entstresset werden, um für die Behandlung bereit zu sein, bestätigt Marc Bendach die Einschätzung von Dr. Reicke. Einige stehen kurz vor dem Burn-out. So erklärt Marc Bendach den Patienten, die sich unter Reiki nichts vorstellen können – und das sind rd. 90 Prozent – in einfachen Worten, was er tut: „Ich bin die Tankstelle, die Energie zur Verfügung stellt.“

Viele erfahren die erste Reiki-Behandlung dann allerdings als sehr ermüdend. Die Erschöpfung der letzten Monate, Jahre kommt hervor. Reiki verwirrt anfangs so manchen Patienten, der noch nie zuvor davon gehört

hat. Da geschieht etwas, was er oft nicht einordnen kann, Gefühle kommen hoch, manchmal kommt es zur Erstverschlimmerung, die Schmerzen nehmen kurzzeitig zu. Trotzdem erleben 85 Prozent der Behandelten Reiki insgesamt als sehr positiv, sie merken: Da passiert was! Viele suchen sich nach dem Krankenhausaufenthalt zu Hause einen Reiki-Therapeuten und machen weiter.

### „Reiki hat viele überzeugt!“

Reiki bringt innere Prozesse in Gang, auch bei den Therapeuten. Marc Bendach und seine Kollegin Melanie Heilmann spüren die Auswirkungen der ausgedehnten Behandlungszeiten. Täglich 5-6 Stunden als Reiki-Kanal zu dienen, das bleibt nicht ohne Folgen. Zeitweise hatten beide Rückenschmerzen. „Irgendwann ging das weg. Wir sind gezwungen uns zu entwickeln“, beschreibt Marc Bendach lächelnd die Nebenwirkungen seines Jobs. Entwickeln, das bedeutet für den Reiki-Meister fließen lassen, nichts erzwingen. Auf diese Weise entstand auch der Platz für Reiki am ukb. Marc Bendach hat die Gelegenheiten genutzt, aber nichts forciert. Bis Mai wird die Abteilung für Entspannungstherapie am ukb um drei Therapeuten erweitert, zusätzliche Behandlungsräume sind eingerichtet. Manchmal ist er selbst erstaunt, wie das alles jetzt wachsen konnte. Marc Bendach freut sich, und viele Kollegen im Unfallkrankenhaus Berlin freuen sich mit: „Viele switchen um, kommen vom 400%igen Schulmedizindenken weg und sagen, es muss was dran sein.“

### Wachsende Akzeptanz

Die wachsende Akzeptanz für alternative Heilweisen, das Vertrauen, das Marc Bendach als Person im ukb genießt und der Mangel an Alternativen haben diese Chance für Reiki möglich gemacht. Und Reiki hat viele überzeugt. Ab und an bekommt Marc Bendach auch Anfragen von Schmerztherapeuten und Anästhesisten, die Patienten im ukb betreuen, die keinen Arbeitsunfall hatten, für deren Behandlung nicht die Berufsgenossenschaften zuständig sind. Auch sie würden gerne in einzelnen Fällen Reiki als Therapie einsetzen. Ihnen muss Marc Bendach aber eine Absage erteilen, denn für diese Patienten werden Reiki-Behandlungen bislang nicht übernommen. ■



**Zur Autorin:** Annette Koziel, Reiki-Praktizierende seit 1996, Kommunikationswissenschaftlerin und Gestaltberaterin, arbeitet als freie Journalistin für das deutsche Fernsehen.

Fotos: © Annette Koziel / außer S. 18: © ukb