

Bettina ist Witwe und Mutter von zwei Kindern. Ihren Mann verlor sie durch einen Autounfall; sie selbst entkam als Beifahrerin nur knapp dem Tod. Nach etlichen Operationen übernahm sie wieder die Erziehung ihrer Kinder und den Haushalt. Für Trauer war keine Zeit, und die unfallbedingten Schmerzen und Einschränkungen führten zusätzlich zu Schlaflosigkeit und depressiver Verstimmung. Dann entwickelte Bettina trotz gesunder Ernährung und regelmäßiger Bewegung eine Verengung der Herzkranzgefäße, so dass sie mehrfach jährlich operiert werden musste. Hinzu kam eine chronische Blasenentzündung. Können seelische Belastungen zu einer chronischen Erkrankung führen? Ja, sagen die Forscher des noch relativ jungen medizinischen



## Wie die Psyche den Körper beeinflusst

*Die Homöopathin Tanja Hofmann erläutert die Zusammenhänge zwischen Seele und Krankheit*

Fachgebiets der Psycho-Neuro-Immunologie, kurz: PNI. „Die Psyche, das Nervensystem, das Hormonsystem und das Immunsystem sind über Botenstoffe miteinander vernetzt“, erläutert die Buxtehuder Homöopathin Tanja Hofmann. „So wurde beispielsweise in verschiedenen Studien nachgewiesen, dass Verlustsituationen – z.B. Trennung oder Tod eines Angehörigen – zu einer deutlichen Schwächung des Immunsystems führen. Die Psychologie- und Psychiatrie-Professorin Janice Kiecolt-Glaser hat festgestellt, dass Frauen

in Scheidungssituationen eine verringerte Anzahl von sogenannten „Natürlichen Killerzellen“ haben. Diese Zellen des Immunsystems können beispielsweise Krebs bekämpfen.“

Tanja Hofmann setzt sich in ihrer Praxis seit Jahren mit den Auswirkungen seelischer Belastungen auf den Körper auseinander und macht deutlich, dass sich die Psyche und der Körper nicht trennen lassen. Nach einem einfachen Beispiel gefragt, führt Tanja Hofmann aus: „Nehmen Sie die Prüfungsangst. Eine Prüfung steht bevor,

und man schläft schlechter, die Verdauung verändert sich, Kopfschmerzen entstehen. Kurz vor der Prüfung sind die Hände kalt-schweißig, der Mund ist trocken, das Herz rast, die Atmung ist flach. Ausgelöst wird die körperliche Reaktion durch die Angst vor dem Versagen. Zum Glück bilden sich diese Symptome nach der Prüfung zurück. Belastende Gedanken und Gefühle, die über längere Zeiträume bestehen, können jedoch auch zu chronischen Erkrankungen führen.“ Die klassische Homöopathie betrachtet den Körper, den Geist und die Seele als Einheit; die krankmachenden Gedanken und Gefühle bilden immer einen wesentlichen Teil der Anamnese und der arzneilichen Verschreibung. Bettina ist mittlerweile seit einem Jahr in homöopathischer Behandlung. Die Blasenentzündung gehört der Vergangenheit an, und seit zehn Monaten muss auch kein Stent mehr gesetzt werden.