

Die Haut als Spiegel der Seele

Was jeder Heilpraktiker und Therapeut über Hautkrankheiten wissen sollte



© Patricia Tilly - Fotolia.com

Wenn uns hautkranke Patienten in der Praxis aufsuchen, haben nicht nur sie ein Problem, sondern oft auch der Therapeut selbst. Es beginnt damit, einem Patienten mit großflächigen Ekzemen an Händen und Armen zur Begrüßung die Hand zu schütteln.

Jeder Kranke kann selbst entscheiden, ob er mit anderen über sein Leiden spricht – beim Hautkranken stellt sich diese Frage nicht, denn durch die Sichtbarkeit seines Leidens konfrontiert er damit zwangsläufig jeden, der ihm gegenübersteht. Die erste Reaktion der Gesunden sind meist eine zögernde und doch merkliche Ablehnung, und der Versuch, körperlicher Berührung auszuweichen. Und davon sind Therapeuten nicht ausgenommen.

Viele Hautkranke beschwerten sich darüber, dass sie nicht einmal richtig angesehen werden, geschweige denn berührt. Wir müssen nur ein kleines Stück in der Geschichte zurückgehen, damit wir in der Lage sind, dieses Phänomen zu erklären. Zwar sind nahezu alle Hautkrankheiten, die heute auftreten, nicht ansteckend (Neurodermitis, Urtikaria, Psoriasis, Vitiligo etc.), aber die Reaktion unsererseits, also der Gesunden, ist gerade so, als wären sie hochinfektiös.

Das liegt daran, dass die großen Seuchen der Menschheit (Lepra, Lues, Pest, Fleckfieber etc.)

mit einem Hautausschlag im Krankheitsverlauf einhergingen. Somit war jeder, der Hautveränderungen zeigte, potenziell gefährlich – könnte er doch eine der großen (meist tödlichen) Seuchen mit sich tragen. Und so wurden die Hautkranken zu Aussätzigen. In der Gruppe Gleichgeplagter hatten sie die Möglichkeit zu heilen und wurden mit Glück wieder in der (haut)gesunden Gruppe aufgenommen, oder sie starben dort. Wenig wünschenswerte Aussichten für jeden Gesunden, und so wurden Hautkranke von jeher gemieden.

Bis vor ca. 200 Jahren wusste niemand, dass es Mikroben gab, und keiner konnte konkrete dermatologische Diagnosen stellen. Diese jahrhundertelange Angst vor Ansteckung durch Hautkranke hat sich – sieht man es wie C.G. Jung – ins kollektive Unbewusste eingebrannt, und noch heute reagieren wir abweisend, auch wenn wir sicher sind, dass es sich um eine Psoriasis handelt oder um Neurodermitis, und damit eine Ansteckung ausgeschlossen ist.

Noch bevor wir uns tiefer auf das Thema Haut und Seele einlassen, sind wir aus therapeutischer Sicht nach obiger Ausführung bereits an einem wesentlichen Punkt angelangt: dem richtigen Umgang mit Hautkranken. Der besteht neben einer intensiven Blickdiagnostik in erster Linie in der Berührung, wobei natürlich nicht die erkrankte Hautstelle gemeint ist,

sondern der Patient an sich. Händeschütteln, die Hand auf die Schulter legen, die gesunde Haut berühren, wenn Sie dem Patienten z. B. vom Stuhl aufhelfen, oder das Gesicht ins Licht drehen – es gibt viele Möglichkeiten, hautkranken Patienten zu zeigen: „Ich nehme dich so an, wie du bist. Ich hole dich dort ab, wo du stehst. Und das bei jedem Besuch!“

Würden wir die Hautkrankheiten allein auf körperlicher Ebene behandeln, so wäre die Berührung schon von Bedeutung, doch wenn wir uns auch der seelischen Problematik des Hautkranken annehmen, so ist die Berührung unerlässlich. Denn wer lässt seinen Therapeuten schon in sein Innerstes, „unter die Haut“ blicken, wenn dieser nicht einmal in der Lage ist, diese zu berühren?

Kontakt wird über die Haut hergestellt und gerade beim Hautkranken ist der Schlüssel für fruchtbare Zusammenarbeit die Berührung.

Der Hautkranke ist ein Gezeichneter, das ist sein Hauptproblem: Er zieht die Aufmerksamkeit auf sich und stößt gleichzeitig den Betrachter ab. Die Sichtbarkeit ist somit das, was den Hautkranken am meisten belastet, denn außer dem Juckreiz bei einigen (meist allergischen) Hautbildern tut eine Hautkrankheit ja nicht weh. So gesehen ist der Patient körperlich nicht weiter eingeschränkt. Und doch hat er das

Gefühl, einen sichtbaren Makel zu tragen oder „unrein“ zu sein, was sich zum Beispiel bei der Akne heute noch in der umgangssprachlichen Bezeichnung „Unreinheiten“ widerspiegelt. Dieses Gefühl, unrein zu sein, ist ebenfalls begründet in verschiedenen kulturellen und religiösen Anschauungen, wonach eine Hautkrankheit als „Strafe“ für einen Verstoß gegen die jeweils geltenden Regeln verstanden wurde. Und so wundert es niemanden mehr, dass wir bei Hautkranken oft einen Waschzwang finden, gerade so, als wollten sie diesen Makel abwaschen, sich „rein waschen“.

Aber noch problematischer als zu häufiges Waschen ist für den Therapeuten die zwangsläufig aus dem oben gesagten resultierende Ungeduld. Ein Hautkranker will sofort geheilt werden, diesen Makel los werden. Das von der Schulmedizin eingesetzte Kortison tat hierbei zweifellos willkommene Dienste, konnte es innerhalb kürzester Zeit das Hautbild vermeintlich heilen, doch nach dem Absetzen kommt die Hautkrankheit zurück und das Ganze beginnt von vorne. Dem Patienten sind die Nebenwirkungen bekannt und er ist in der Bredouille: Entweder er riskiert dauerhafte Hautschäden oder er trägt seinen Makel weiterhin.

Aus psychologischer Sicht reduziert sich die Compliance der Patienten auf nahezu NULL, wenn wir als Therapeut dem Betroffenen die Anwendung von Kortison strickt untersagen – auch wenn die Argumente noch so zutreffend sind. Denn Kortison ist für den hautkranken Patienten wie ein Psychopharmakum: Es gibt da etwas, was ihm sofort hilft. Ihm das endgültig wegzunehmen ist wie jemandem mit 2 Gipsbeinen die Krücken zu nehmen. Patienten, die sich für eine naturheilkundliche Therapie, eine ganzheitliche Behandlung ihrer Hautkrankheit entschieden haben, werden ohnehin sehr bewusst mit Kortison umgehen und man kann ihnen die kleine „Nothilfe“ ruhig in der Hausapotheke lassen.

In nahezu 25 Jahren Praxis habe ich noch keinen Fall gesehen, der durch eine notwendige Anwendung von Kortison den Therapieverlauf gefährdet hätte. Wer seinen Patienten endgültig verlieren möchte, kündigt ihm eine Erstverschlimmerung an. Allen Patienten sind Erstverschlimmerungen – so sie nicht vermeidbar sind – zuzumuten: außer Hautkranken. Die Sichtbarkeit des Leidens erträgt keine Verschlechterung, zumal wir das unausgesprochene Versprechen geben, dass diese Erstverschlimmerung auch wieder verschwindet.

Aber das können Sie dem Patienten nicht mehr beweisen, denn er kommt nicht wieder.

Die Haut ist als einziges Organ in der Lage, das zugrunde liegende Problem ANSCHAUlich darzustellen. Es ist gerade so, als würde die Seele ein Bild auf die Haut zeichnen. Demnach ist die Hautkrankheit ein „Kunststück“ der Seele – und vielleicht auch der Schlüssel zum seelischen Konflikt.

Wenn in der klassischen Malerei der Künstler das Bild interpretiert, so ist es in der Dermatologie der Therapeut, der versucht, zusammen mit dem Patienten das HautBILD zu entschlüsseln. Dazu haben wir mehrere Sichtweisen: Der Ort der Hautkrankheit und die im Volksmund oft sehr deutliche symbolische Beschreibung, wie folgende Beispiele zeigen:

Stirn – es steht einem etwas auf die Stirn geschrieben. Dies ist deutlich sichtbar für alle. Hinter der Stirn sind unsere Gedanken, unser Wollen, unser Verhalten.

Wangen – gerötete Wangen zeigen normalerweise Verlegenheit, entweder aus Wut oder aus Scham.

Hände – unsere HANDlungen sind zu überdenken. Wir HANDhaben etwas nicht richtig.

Diese kurzen Beispiele dienen als Anregung, mithilfe der wunderbaren symbolischen Vielfalt unserer deutschen Redewendungen dem Grundproblem näherzukommen.

Betrachten wir das Hautbild näher, so stellen wir fest, dass unser Künstler – die Seele – nur sehr wenige Farben verwendet – überwiegend Rot, gelegentlich Lila. Rot gehört zu den Signalfarben, ist die Farbe des Blutes, und außer dem Lippenrot wird diese Farbe auf der Körperoberfläche immer eine schockierende Wirkung haben. Sie erinnert uns an eine Verletzung und das erfordert eine sofortige Handlung, oder besser Behandlung.

Diese schockierende Wirkung ist beim Hautpatienten anhaltend, und man versteht ein zweites Mal seine Ungeduld, wenn es darum geht, seine Hautkrankheit loszuwerden. Rot steht in Verbindung zum Feuer, und nicht selten „brennt“ eine Hautkrankheit. Ebenso verbindet man Rot mit dem Planeten Mars und daher mit kämpferischen, aggressiven und kriegerischen Auseinandersetzungen. Der Gegenkampf bei juckenden, geröteten Hautkrankheiten ist daher auch oft marsisch-aggressiv, nämlich brachial: Kratzen bis auf's Blut.

Die Signalwirkung der Farbe Rot zeigt die Dringlichkeit, mit der das zugrunde liegende seelische Problem angegangen werden muss. Es gilt, keine Zeit zu verlieren, denn die symbolische Doppelbedeutung von Rot auf der Haut, nämlich Blut oder Ekzem, duldet keinen Aufschub. Schließlich bedeutet Blutverlust Verlust des Lebens, und so ähnlich wird auch ein gerötetes Ekzem von unserem Unbewussten gewertet.

Einige Hautbilder sind in Lila gehalten. Lila ist eine Mischung zwischen Rot und Blau, symbolisch vertreten durch Feuer und Wasser. Wasser löscht Feuer, es beruhigt und heilt. Kaltes Wasser ist die erste Hilfe bei Verbrennungen. Daher findet sich Lila meist bei „alten“ Entzündungen, auf einer verlöschenden, absterbenden Hautkrankheit, in der Reparaturphase. Ein passendes Beispiel hierfür sind Narben, vor allem Aknenarben.

Neben der Farbe spielt die Form des Hautbildes eine bedeutende Rolle bei der symbolischen Deutung. Die Haut als Grenze zwischen innen und außen wertet alles, was innerhalb liegt, als eigen, das was außerhalb von ihr liegt, als fremd. Sie kommuniziert zwischen diesen beiden Welten. Demnach bedeuten Hautkrankheiten immer auch ein Grenzproblem. Der Patient ist offensichtlich nicht in der Lage, Grenzen zu ziehen, sie aufrechtzuerhalten und gegebenenfalls neu zu bestimmen. Entweder lässt er zu viel herein, oder er gibt zu viel ab, oder er bedient sich der Hautkrankheit, um sich zu wehren, weil er auf der Persönlichkeitsebene damit Schwierigkeiten hat.

Und so hilft die Betrachtung der Form ein weiteres Mal, unbewusste Inhalte zu deuten: Sehr viele Hautbilder sind erhaben. Sie deuten auf ein hervorstechendes Problem, das die Haut-Grenze von innen nach außen durchbrechen möchte. Noch deutlicher sind sämtliche bläschenförmigen Hautkrankheiten. Bläschen ähneln einem Vulkan, und unter einem Vulkan brodelnd es, was gleichbedeutend ist mit einem brodelnden Inneren und einer aggressiven Grundhaltung, die im Alltag jedoch nicht gelebt werden kann oder darf. Die Akne mit ihren vulkanartigen Pusteln in einer sehr unruhigen, aufständischen Pubertätszeit ist hier wieder ein schönes Beispiel.

Sehr deutlich in ihrer symbolischen Aussage ist die vermehrte Schuppung, die die Haut gepanzert aussehen lässt. Wenn sich jemand einen Panzer zulegt, so hat er Angst vor Verletzungen, in unserem Fall seelischer Art. Hautkrankheiten mit starker Schuppen-



bildung wie Psoriasis gehören nur selten den selbstsicheren, wehrhaften Persönlichkeiten. Meist finden wir eher introvertierte, verletzte „Panzerträger“, oder Menschen, die in der Vergangenheit verletzt wurden.

Auch das Tierreich zeigt uns diese Tatsache: Nehmen wir einer Schildkröte, einem Seeigel, einem Seestern oder einer Auster die Schale weg, so bleibt ein weiches, verletzliches Wesen zurück. Ist es Zufall, dass in der Homöopathie diese Mittel als Heilmittel bei Psoriasis empfohlen werden?

Neurodermitis und Psoriasis gehören in der ganzheitlichen Therapie zu den sogenannten „Meilensteinkrankheiten“. Das heißt: Sie kommen und gehen mit einschneidenden Erlebnissen im Leben des Patienten. Diese können auf körperlicher Ebene sein, zum Beispiel ein Umzug oder ein Arbeitsplatzwechsel, in erster Linie aber sind es persönliche Erlebnisse wie z. B. Schulbeginn, Hochzeit, Todesfall, Scheidung, Geburt eines Kindes etc.

Fast jeder Patient kann sich ein solches Ereignis, das im zeitlichen Zusammenhang mit dem Ausbruch der Krankheit steht, erinnern. Wenn die Therapie in Ihrer Praxis zu den Meilensteinen im Leben des Patienten gehört, haben Sie eine Chance, die Hautkrankheit zum Verschwinden zu bringen. Nur können Sie nie die Garantie geben, ob nicht ein weiteres Ereignis sie wieder hervorbringt.

Die Haut ist wie kein anderes Organ berechtigt, sich als Spiegel der Seele zu bezeichnen, denn sie entwickelt sich zusammen mit dem Nervensystem und den Sinnesorganen aus dem Ektoderm, dem äußeren Keimblatt. Somit hat sie von Anfang an eine direkte Verbindung zu unserem Nervensystem, zu unserer seelischen Verfassung, und sie reagiert mit diesem auf Belastungen, Veränderungen, Freuden, Leid, Angst, Erregung und nahezu alle uns bekannten Emotionen.

Wir haben eine „ehrliche“ Haut, wie der Volksmund sagt, denn wenn wir auch in der Lage sind, Emotionen zu verstecken oder zu verdrän-

gen – über die Haut werden sie früher oder später sichtbar. Wenn wir gerade erst 2,5 cm groß sind, ist das erste funktionierende Sinnesorgan die Haut, wir sind also in der Lage zu fühlen, während Augen und Ohren noch nicht einmal fertig angelegt sind. Die Sinne der Haut sind die ersten Sinne, die entwickelt werden, und somit auch die wichtigsten. Und von der sogenannten „kutanen Zuwendung“, also der Berührung der Haut, hängt ganz wesentlich die Entwicklung des Menschen ab (eindeutig bewiesen durch die Arbeiten und die Forschung von Dr. Ashley Montague). Wir können also einen kleinen Menschen in seiner persönlichen Entwicklung und im Wachstum fördern, wenn wir ihn oft berühren und ihm positive Zuwendung in Form von Zärtlichkeit geben. Funktioniert auch noch beim Erwachsenen ...

Leider beschränkt sich die kutane Zuwendung in unseren Industrieländern beim Erwachsenen meist auf die Sexualität. Berührungen im Alltag sind nicht üblich, während in den Drittländern Berührungen beim Plaudern, bei der Begrüßung und beim Abschied eher selbstverständlich sind. So kann eine Hautkrankheit auch den Effekt haben, dass sich der Körper kutane Zuwendung erkämpft, und sei es nur in Form von Einsalben und Eincremen der erkrankten Hautzonen.

Nach allem, was wir jetzt über die Haut als Spiegel der Seele wissen, ergeben sich einige therapeutische Ansätze: Symbolisch für die eigene Persönlichkeit kann sich der Patient einen abgeschlossenen Bereich schaffen (Zimmer/Gartenanteil/Zimmerecke/Telefonanschluss etc.), über und in dem er uneingeschränkt selbst bestimmen kann. Der Lernprozess ist hierbei, den anderen rechtzeitig und bestimmt die Grenzen zu zeigen.

Das Annehmen der kranken Haut durch Berührung wäre ein nächster wesentlicher Punkt. Wenn schon kutane Zuwendung von außen verwehrt wird oder nur selten stattfindet, so hat der Patient doch die Möglichkeit, sich selbst zu verwöhnen: mit Bädern, Massage-



ölen, natürlicher Kleidung (besonders geeignet: Reine Seide). Der Lernprozess hierbei ist, dass die kranke Haut nicht mehr als Feind, sondern als Wegweiser, ja fast als Freund verstanden wird, der ein sensibler Sensor ist für alles, was einem gut tut und was nicht, auf körperlicher wie seelischer Ebene.

Da die Haut auf positive Reize von außen mit gesteigertem Wohlbefinden reagiert, ist es heilsam, die 4 Elemente Luft, Licht, Wasser und Erde an die Haut zu lassen. Nicht umsonst ist ein Urlaub am Meer, wo diese 4 Elemente alle zusammentreffen, so sehr beliebt und für viele Patienten heilsam.

Die besten Wegweiser seelischer Problematik sind neben der Deutung des Hautbildes die Träume des Patienten. Traumanalyse und Traumdeutung nach C. G. Jung sind hierzu die besten „Werkzeuge“.

Als Autor ist man versucht, einige Blütenessenzen oder Heilmittel aus der Spagyrik oder Homöopathie zu nennen, welche die Haut über die Seele heilen könnten. Doch sind die Wege eines jeden Patienten so individuell, dass es nicht nur unmöglich, sondern auch schade wäre, würde man die vielen tausend Hautkranken in eine Schublade stecken. Das Spannende in unserem Beruf ist ja die breit gefächerte Betrachtungsweise der Entstehung von Krankheiten und die ebenso zahlreichen Möglichkeiten der einzelnen Therapieformen.

Sollte in Ihrer Familie jemand an einer Hautkrankheit leiden, können Sie sofort mit der Therapie auf der seelischen Ebene beginnen: Umarmen Sie ihn und schenken Sie ihm kutane Zuwendung!



Anita Kraut
Heilpraktikerin mit
Schwerpunkten Derma-
tologie, Frauen- und
Kinderheilkunde

info@anita-kraut.de

www.paracelsus-bookshop.de

Literaturempfehlungen:

Anita Kraut, Vom richtigen Umgang mit Haut und Haar, Siegani-Verlag, Steingaden, 2004

Ashley Montague, Körperkontakt. Die Bedeutung der Haut für die Entwicklung des Menschen, Klett-Cotta-Verlag, Stuttgart, 1995