

Am HerdBRANDHEISS UND
HÖCHST PERSÖNLICH

Warum **Männer** häufiger morden und Frauen oft zu Opfern werden – und was das alles mit unserer Kultur zu tun hat bzw. mit der islamischen. Und ja, es geht um beide.

VON BETTINA STEINER

Die Frage ist nicht neu. Sie wurde mir – bzw. den Feministinnen dieser Welt – in den vergangenen Jahren immer wieder gestellt, und ich gehe jetzt darauf ein, weil es mir erstens zu blöd wird und weil ich mir zweitens nicht sicher bin, ob diese Frage ernst gemeint ist oder man mich damit nur provozieren will. Was in dem Fall geklappt hat. Sie lautet: Wo bleibt ihr, wenn ein Afghane ein Mädchen ermordet? Wenn ein Mazedonier eine Frau vergewaltigt? Wenn ein Syrer übergriffig wird? Wo seid ihr Feministinnen dann? Na?

Wir Feministinnen (und feministische Männer sind hier ausdrücklich mitgemeint) sind da. Wir waren es schon lang und werden auch nicht weichen. Wir haben schon gegen die Macho-Kultur gekämpft, als ihr noch geglaubt habt, Frauen seien zu blöd für ein Studium und zu emotional, um an den Wahlurnen eine Entscheidung zu treffen. Wir haben euch erklärt, dass Vergewaltigung in der Ehe keine „private Angelegenheit“ ist, weil Gewalt nie privat ist, wir haben Frauenhäuser erbaut und Notrufnummern eingerichtet. Ihr dagegen habt diese Frauenhäuser als „Gefahr für die Ehe“ bezeichnet, gegen den von euch augenzwinkernd so genannten „Pograpisch“-Paragrafen gewertet – „testen“ werde doch erlaubt sein – und wenn ein Mann seine Frau und seine Kinder mit der Axt erschlagen hat, habt ihr von „Beziehungsdrama“ gesprochen. Überhaupt wart ihr ausnehmend verständnisvoll, wenn es um Übergriffe und Gewalt durch Männer ging. Männer sind eben so, habt ihr erklärt. Aggressiver. Triebhafter. Das Erbe der Jäger. Das Testosteron.

Es ist die Kultur! Jetzt seht ihr es also endlich auch: Es ist nicht einfach das Testosteron. Es ist natürlich auch die Kultur! Eine Kultur, die den Mann als Oberhaupt der Familie und Frauen als dessen Besitz betrachtet. Die Sexualität allgemein für gefährlich hält und weibliche Sexualität im Besonderen. Die Frauen ins traute Heim verbannen will, weil sie so besser kontrollierbar sind. Und die „Ehre“ schreit, wenn es einfach darum geht, Frauen etwas zu verbieten oder zu befehlen. So wie eine patriarchale Kultur eben aussieht, wenn wir Feministinnen sie noch nicht ein Jahrhundert lang in der Mangel hatten.

Aber es freut mich zu hören, dass wir jetzt Verbündete haben. Also kämpfen wir gemeinsam gegen das antiquierte Bild vom „richtigen“ Mann, der stark sei und durchsetzungsfähig und natürlich heterosexuell. Tun wir soziales Verhalten nicht mehr als „Lausbubenstreich“ oder „Kavaliersdelikt“ ab. Stellen wir klar, dass ein Blick kein Versprechen ist, sexuell neugierige Frauen keine Flittchen sind, dass kein Mann jemals das Recht auf Sex hat. Es gibt viel zu tun. Keine Macht den Machos!

Ich sollte das sehr viel häufiger schreiben. ///

bettina.eibel-steyner@diepresse.com

diepresse.com/amherd

»Mit dem Muskeltest hätte ich mir drei Herzoperationen erspart«

Ein Zahn, der Kniesschmerzen verursacht? Ein Oberschenkel, der den wunden Blinddarm anzeigt? Ein kurzer Druck gegen das Bein, um die falschen Pillen auszusortieren? Mit der **Funktionellen Myodiagnostik** werden über Muskelkraft Diagnosen gestellt.

VON HELLIN JANKOWSKI

Michael ist 54 Jahre alt. Gerade ging er mit Freunden den Karnischen Höhenweg – zwei Tage, vierzig Kilometer, 3500 Höhenmeter. Davor war er in Südamerika auf einer Trekkingtour. Der Oberösterreicher ist fit – zumindest ist er es heute wieder. Tatsächlich schwebte er in den vergangenen 24 Monaten mehr als einmal in Lebensgefahr: Sein Herz umgeben mittlerweile vier gitterförmige Stützen, Stents genannt. Ein Stück Vene musste aus seinem Fuß entnommen und als Bypass eingesetzt werden – da seine Herzkranzgefäße derart verengt waren, dass kaum noch Blut durchgepumpt wurde. Das Schlimmste aber, so erzählt er: „Alles ging extrem schnell, dabei war ich nie ein Risikopatient, ich ernähre mich gesund und ich gehe regelmäßig zum Arzt, um mich untersuchen zu lassen.“

GESUNDHEIT

Michaels Krankenakte erinnert an einen Abenteuerroman: Im August 2016 bemerkte der Unternehmer Spuren eines Zeckenbisses an seinem Bein. Die „Wanderröte“, ein roter Kreis um die Bissstelle, war zu sehen. Fieber meldete sich an. Der Hausarzt verschrieb ihm eine zweiwöchige Antibiotikakur. Michael tat, wie es ihm aufgetragen wurde: Er schonte sich, nahm die Medikamente ein. „Sache erledigt“, hieß es sodann.

Plötzliche Atemnot. Der Geschäftsreise nach Asien einige Wochen später stand folglich nichts im Wege. Einer dortigen Laufrunde, um zwischen den Terminen wieder einen freien Kopf zu bekommen, ebenso wenig. Doch schon nach wenigen Metern spürte Michael einen Stich in seiner Brust, der ihn kaum noch atmen ließ. Die Diagnose: eine Verengung eines Herzkranzgefäßes, Ursache unbekannt. Zwei Tage vor Weihnachten wurde ihm ein Stent gesetzt. „Dabei hat in der Familie niemand Herzprobleme“, sagt Michael. „Mein Kopf war voller Fragezeichen.“

Der nächste Schock folgte im Jänner 2017. „Sie haben einen ungewöhnlichen Riss in der Aorta, ganz nahe der Herzklappe“, teilten ihm die Mediziner bei der Nachbefundung mit. Ein Bypass wurde gelegt, eine Reha absolviert. Doch schon im April, am Palmsonntag, kehrte Michael auf den Operationstisch zurück: „In der Nacht war ich durch ein heftiges Ziehen in der Brust wach geworden“, erinnert er sich. „Ich rief die Rettung an, wurde ins Spital eingeliefert und umgehend aufgeschnitten.“

Die Situation war mehr als kritisch: „90 Prozent der Herzkranzgefäße hatten sich wie von Geisterhand geschlossen.“ Drei weitere Stents wurden gesetzt. „Ich überlebte, doch meine Nerven lagen blank: Die Ärzte hatten keine Erklärung für meinen Zustand.“

Anders Ivan Ramšak. „Bakterien der Gattung Borrelia können Gefäße wie das Herz befallen“, erläutert der Allgemeinmediziner. In anderen Worten: Michael litt an einer durch einen Zeckenbiss ausgelösten, aber von den Ärzten unentdeckt gebliebenen Infektionskrankheit, die sein Herz fortwährend schwächte. Ein äußerst seltener Befund. Des Rätsels Lösung brachte die FMD – die Funktionelle Myodiagnostik.

STECKBRIEF

Ivan Ramšak lehrt in Österreich seit 2004 die Funktionelle Myodiagnostik (FMD). In den vergangenen 15 Jahren nahm er allen, die sie in Österreich ausführen dürfen, die Prüfung ab.

1992 kam Ramšak erstmals in Kontakt mit der Funktionellen Myodiagnostik. Im Jahr 1996 legte er das sogenannte A-Diplom bei dem deutschen Mediziner Hans Garten ab, im Jänner 2000 wurde er von FMD-Begründer George J. Goodheart zum ersten österreichischen „Diplomate“ (bezeichnet die international höchste Lehrberechtigung) geprüft.

Seit 1996 betreibt Ramšak überdies gemeinsam mit seiner Frau eine Wahlarztpraxis in Kärnten. Zudem ist der Allgemeinmediziner staatlich geprüfter Fußballtrainer und war als solcher beim SV Ruden und dem SAK Klagenfurt eingesetzt.

„Bei der FMD gibt es verschiedene Testpositionen und Schwächungspunkte, je nachdem, welcher Muskel auf welche Beschwerden hin getestet werden soll“, sagt Ramšak. Meist liegt der Patient auf dem Rücken, ein Bein im Hüft- und Kniegelenk um 90 Grad gebeugt. „Der Patient spannt den Kniestrecker für etwa eine Sekunde maximal an, der Tester widersteht dem Druck.“ Danach erhöht der Tester seine Kraft für eine bis zwei Sekunden um etwa 30 Prozent, „hält der Muskel diesem Extradruck stand, ist es eine starke Reaktion“. Tut er das nicht, handelt es sich um eine Hyporeaktion, die auf eine Funktionsstörung hinweist.

„Der starke Muskel sollte sich über die Stimulation eines schwächenden Akupunkturpunktes kurzzeitig abschwächen lassen, was einer normalen Funktionslage entspricht und als Normoreaktion bezeichnet wird“, erläutert Ramšak. „Verhärtet sich hingegen der starke Muskel und lässt sich durch den Akupunkturpunkt nicht beeinflussen, wird dies als Hyperreaktion bezeichnet und entspricht ebenfalls einer Funktionsstörung.“

»Wie von Geisterhand hatten sich 90 Prozent der Herzkranzgefäße geschlossen.«

Besteht kein Normalzustand, macht sich Ramšak, der in den vergangenen 15 Jahren allen, die die FMD in Österreich ausführen dürfen, die Prüfung abgenommen hat, auf Ursachensuche. Konkret: Verdächtige Punkte am Körper werden während des Testens berührt und die Reaktion des Muskels darauf wird beobachtet. „Hege ich etwa den Verdacht, dass die Beschwerden eines Patienten von der Schilddrüse ausgelöst werden, wird ein Punkt beim Ellenbogen gehalten, während ein Schultermuskel über den Unterarm nach innen gedrückt wird. Besteht eine normale Schilddrüsenfunktion, lässt sich der vorab starke Schultermuskel mit dem Punkt am Ellbogen abschwächen.“



Ivan Ramšak führt seit 1996 eine Wahlarztpraxis in Kärnten – und lehrt die FMD in ganz Österreich.

/// Lukas Aigner/retter

chen – das entspricht einer normalen Muskelreaktion als Ausdruck einer normalen Schilddrüsenfunktion“, sagt der Mediziner.

Um Diagnosen treffen zu können, „müssen die Testpositionen perfekt beherrscht werden – das kleinste Verrutschen verfälscht das Ergebnis – und vorab ausführlich mit dem Betroffenen besprochen werden“, betont Ramšak. „Wer blind drauflostest, hat die Methode nicht verstanden.“ Denn: „Ich kann nur finden, was ich weiß. Werden mir Operationen, Allergien oder Narben verschwiegen, fehlt ein Teil des Puzzles und es wird sehr schwer, den Ursprung der Beschwerden zu finden.“

Vom Knie zum Zahn. Ein Beispiel: Im Jahr 1996 schwoll das rechte Knie der damaligen Slalomläuferin Claudia Strobl-Traninger plötzlich an, ließ sich nicht mehr abbiegen. „Ich konnte keine Stufen mehr steigen, nur noch rückwärtsgehen“, erzählt die Präsidentin des Kärntner Landeskiverbands. Eine Verletzung oder einen Sturz, der das Knie beschädigt haben könnte, gab es nicht. Keiner wusste zunächst Rat.

Während der Funktionellen Myodiagnostik gab das Bein ständig nach. „Mir fiel ein, dass ich immer schon Zahnprobleme hatte, das erwähnte ich, obwohl ich gerade beschwerdefrei

war.“ Als die Sportlerin dann mit dem Finger auf einen wurzelbehandelten Zahn drückte, hielt ihr Bein dem Druck unvermittelt stand. „Der Zahn stört und gehört aufgemacht“, lautete die Diagnose, obgleich er im anschließenden Röntgen keine Auffälligkeiten zeigte. „Der Zahnarzt wunderte sich, folgte aber dem Befund, und tags darauf konnte ich zusehen, wie die Schwellung verschwand – und nie wiederkam“, sagt Strobl-Traninger.

»Der Muskel hatte selbst gezeigt, wo der Grund für seine Schwäche lag.«

Begründet wurde die FMD nicht von einem Arzt, sondern von dem US-Chiropraktiker George J. Goodheart. „Er beobachtete in den 1960er-Jahren einen Fleischer, der über Schmerzen im Rücken klagte und erkannte, dass er Verhärtungen in den Sehnenansätzen seines Schultermuskels hatte. Als er sie drückte, wurde der Muskel wieder stark“, erzählt Mediziner Ramšak. „Der Muskel hatte Goodheart gezeigt, wo der Grund für seine Schwäche lag.“ Letzterer selbst notierte einst dazu: „Der Körper ist unglaublich einfach und zugleich einfach unglaublich.“

In den 1980er-Jahren belegten klinische Studien, dass der Befund des Amerikaners kein Glückstreffer, sondern reproduzierbar war. Die deutschen Ärzte Wolfgang Gerz und Hans Garten fassten die Erkenntnisse als „Applied Kinesiology“ zusammen. Ein Begriff, der bald durch „Funktionelle Myodiagnostik“ abgelöst wurde, „da so gleich klar ist, worum es geht – um die funktionellen Zusammenhänge von Störungen“, sagt Ramšak. Gemeint ist: „Über den Körper lässt sich ein Netz spannen, die Meridiane. Sie zeigen, welche Muskeln auf einer Linie miteinander liegen und sich beeinflussen können – anhand dieser Linien wird nach Störfeldern gesucht.“

Bein führt zum Blinddarm. So auch bei Marlene. Von einem Tag auf den anderen spürte sie ein Ziehen im rechten Oberschenkel. Sie legte eine Sportpause ein, schmierte Salben, doch der Schmerz nahm zu. „Oberschenkel und Dickdarm liegen auf einer Meridianlinie“, sagt Ramšak. Als Marlene beim Muskeltest die Hände auf den Blinddarm legte, ließ das Ziehen nach. „Für mich stand fest: Der Blinddarm muss hinaus“, so Ramšak. Er schickte Marlene zu Internist und Gynäkologin. „Der Laborbefund zeigte nichts, die Frauenärztin bemerkte nur etwas Flüssigkeit hinter der Gebärmutter – was das bedeute, wusste sie aber nicht“, wurde der Lehrerin mitgeteilt. „Die Schmerzen konnten beide nicht erklären.“ Marlene folgte Ramšaks Rat und entschied sich für eine Operation. „Der Chirurg war skeptisch, schnitt mich aber auf – und sagte später, ich hätte großes Glück gehabt: Der Blinddarm war verdreht, lag in einer eitrigen Höhle und wäre bald durchgebrochen.“

»Der Chirurg reagierte zuerst äußerst skeptisch, schnitt mich aber auf.«

„Meistens kommen die Leute mit einem Berg von Befunden – Koloskopien, Gastroskopien, CTs, MRTs –, die wenig bis keine Auffälligkeiten zeigen, und haben trotzdem Beschwerden“, sagt Caroline Kunz. „Mit zunehmender

»Der Körper ist unglaublich einfach und zugleich einfach unglaublich.«

GEORGE J. GOODHEART

Der US-Chiropraktiker legte in den 1960er-Jahren den Grundstein für die FMD.

FAKTEN

FMD steht für Funktionelle Myodiagnostik (vormals Applied Kinesiology) und geht auf den US-amerikanischen Chiropraktiker George J. Goodheart zurück. Es handelt sich um eine diagnostische Methode für Ärzte, Zahnärzte und Physiotherapeuten, mittels derer funktionelle Störungen erkannt werden können. Durchgeführt wird sie in Form eines Muskeltests, der Rückschlüsse auf Unstimmigkeiten bei Organen und Akupunkturmeridianen zulässt, aber auch Aussagen über Nahrungs- und Medikamentenverträglichkeit erlaubt. Die Ausbildung umfasst 220 Stunden.

In Österreich ist die Funktionelle Myodiagnostik – als weltweit einziges Land – seit dem Jahr 2004 als siebente komplementärmedizinische Methode anerkannt.

Spezialisierung in der Medizin wird der Mensch nicht als Ganzes gesehen“, bedauert die Allgemeinmedizinerin. Hier liege die Stärke der FMD: „Sie zeigt Verbindungen zwischen Symptom, Muskeln, Organen oder Stoffwechselvorgängen auf.“ Zudem lasse sich die Verträglichkeit von Substanzen, wie Lebensmittel oder Medikamenten, testen. „Werden Brösel einer Tablette auf die Zunge gegeben, reagiert der Körper in Sekunden über den vorher definierten Testmuskel und zeigt an, ob eine Substanz verträglich ist oder nicht – etwa ein Antibiotikum“, so Kunz.

»Komplementärmedizin wird viel zu oft zu Unrecht als Hokuspokus abgetan.«

Weitere Einsatzgebiete: „Fehlbesiedelungen in der Darmflora, wie Candida- oder Parasitenbelastungen, lassen sich genauer feststellen als in einer Stuhlanalyse, da die Keime in Nestern in den Zotten der Darmflora sitzen und nicht in jeder Probe enthalten sind“, sagt Kunz, die in Wien auch als Psychotherapeutin tätig ist. Auch könnten chronische Erkrankungen wie Migräne gemindert werden.

Etwa bei Klaus. „Seit meiner Kindheit leide ich an argen Kopfschmerzattacken – bis zu 15 pro Monat“, sagt der Rechtsanwalt. Im April unterzog er sich einer FMD. „Ich war misstrauisch“, räumt er ein. „Es hieß, mein Problem liege im Darm, weshalb mir eine achtwöchige Diät und eine langfristige Ernährungsumstellung verordnet wurden.“ Seither verlor der 51-Jährige nicht nur an Gewicht, auch die Migräneanfälle wurden weniger und schwächer: „Aktuell sind es drei pro Monat.“

Methodische Grenzen. Wie jede Methode stößt auch die Funktionelle Myodiagnostik an Grenzen. „Bei schweren psychischen Erkrankungen kann der Muskeltest nichts ausrichten. Gleiches gilt bei Personen, die eine Chemotherapie durchlaufen“, sagt Ramšak. „Hohe Dosen von Cortison blockieren die Regulation ebenfalls, dann reagieren auch die Muskeln nicht.“

Momentan zählt die Internationale Ärztesellschaft für Funktionelle Myodiagnostik (Imak) in Österreich 500 Mitglieder, „darunter zu wenige Zahnärzte“, meint Ramšak, der 2001 als erster FMD in Österreich eine internationale FMD-Lehrberechtigung verliehen bekam. „Die 101 spannendsten Fälle, die mir seither untergekommen sind“, bindelt er derzeit in einem Buch, das im Frühjahr erscheinen soll. „Ich hoffe, damit Mut zu machen, Schul- und Komplementärmedizin zu kombinieren. Letztere wird viel zu oft zu Unrecht als Hokuspokus abgetan.“

Eine Kritik, der sich Michael anschließt: „Wenn ich meine Geschichte erzähle, kommentieren sie viele mit: ‚Zufall.‘ Tatsache ist: Ich fahre regelmäßig Rad, laufe, wandere – bin fit, trotz Stents und Bypass. Vor allem aber: Mit dem Muskeltest hätte ich mir die drei Herzoperationen erspart.“ ///

Leseratte Nele entdeckt die Welt. Sei dabei!



„Die Presse“-Kinderzeitung für junge Leserinnen und Leser bietet gehaltvolle Information, spannende Geschichten, wertvolle Tipps, Rätsel und Inhalte, die zum Selbstermachen anregen. Jeden Samstag. Nur im Abo. Jetzt 4 Wochen kostenlos testen!

DiePresse.com/kinderzeitung

4 Wochen kostenlos lesen
DiePresse.com/kids-test

ERSCHIENEN

Ivan Ramšak erläutert die wichtigsten Testpositionen der FMD. Aktuell arbeitet er an einem Buch über die 101 spannendsten Fälle, die ihm in seiner medizinischen Tätigkeit untergekommen sind.