



Detektivische Medizin



Prof. Dr. Bijan Amini
Tel.: 0171 - 3456 271

professor@bijanamini.de

Detektivische Medizin Körperliche Symptome

Anna Sophia: 1,5 Jahre Übelkeit

Anfang Juni 2019 rief mich die Mutter von Anna Sophia an. Sie hatte einen Vortrag von mir gehört und war voller Hoffnung, dass ich ihrer Tochter helfen könnte. Ich regte an, dass ihre Tochter mich direkt kontaktiert und einen Bericht schreibt, in dem sie ihre Symptome schildert.

1. Vorarbeit

Am 16. Juni 2019 schrieb Anna Sophia (18 Jahre alt, gerade das Abitur bestanden) mir folgende E-Mail:

Hallo Herr Prof. Amini,

meine Mutter hat vor kurzem einen Vortrag von Ihnen gehört. Daraufhin kam sie auf die Idee, dass ich Sie kontaktieren sollte. Danke, dass Sie mich behandeln wollen. Gern schildere ich meine Symptome.

Ich leide seit eineinhalb Jahren an *Übelkeit* und *Bauchschmerzen*. Es begann Ende 2017. Ende April 2018 wurde bei mir eine Magenspiegelung durchgeführt und dabei eine leichte Magenschleimhautentzündung festgestellt. Die Medikamente halfen gut, sodass die Magenschmerzen verschwanden, aber die Übelkeit nicht. Sie ist nach wie vor noch da. Mir wird täglich mehrere Male übel, wobei es nicht immer zum Erbrechen kommt. Ich habe auch weitere Sym-

ptome, die mir das Leben schwermachen:

- Ich fühle mich schon seit geraumer Zeit selbst nach acht Stunden Schlaf sehr müde.
- Mir fehlt tagsüber der Antrieb, irgendetwas zu unternehmen.
- Ich mache mir oft Gedanken über alles Mögliche und zweifle ständig an mir selbst. Nach außen wirke ich überwiegend fröhlich und selbstbewusst, aber im Inneren fühle ich mich immer unsicher.

Wenn Sie meinen, dass Ihre Methoden mir helfen könnten, wäre ich für einen Termin sehr dankbar.

Mit freundlichen Grüßen, Anna Sophia

2. Bewusstseinsarbeit

Drei Tage später (am 19. Juni 2019) wurde das erste Gespräch durchgeführt. Es dauerte 46 Minuten, wurde per Video aufgezeichnet und führte zur folgenden zentralen Erkenntnis:

- Anna Sophia ist von Natur eine stark strukturierte und bestens organisierte Persönlichkeit. Sie plant den Tag minutiös, hält aber nicht alles konsequent ein, was sie sich vorgenommen hat. Ihr Wille ist zwar stark, aber wenn einmal etwas dazwischen kommt, wird sie wankelmütig, gibt nach und ärgert sich anschließend maßlos über sich selbst.
- Die entscheidende Frage war: Ist das übertriebene Bestreben nach einer strikten Einhaltung des Tagesplans, was bei einer 18-Jährigen ja schon auffällig ist, möglicherweise die Quelle für Symptome wie Selbstzweifel, chronische Müdigkeit und Übelkeit?

Die Antwort sollte Anna Sophia durch einen Traum bekommen. Die induzierte Traumformel lautete:

Ich bitte um einen Traum, der mir zeigt, ob der Grund für meine Symptome in der nicht konsequent eingehaltenen Planung liegt. Ich möchte mich nach dem Erwachen an alles erinnern, was ich geträumt habe.

3. Traumarbeit

Am nächsten Morgen (den 20. Juni 2019) schrieb Anna Sophia, dass sie viele Träume gehabt hätte. Darum begannen wir unverzüglich mit der Traumarbeit. Zunächst redigierten wir den Text gemeinsam, was eine gute Stunde in Anspruch nahm. Dann schaltete ich die Kamera ein und wir filmten unser Gespräch, das 40 Minuten dauerte. Anna Sophia erzählte ihren Traum wie folgt:

Erste Sequenz

Meine Mama und mein Papa kamen früher als erwartet vom Arzt nach Hause zurück. Sie stellten das Auto verkehrt herum auf der Auffahrt ab. Sie stiegen nicht aus, sondern blieben im Auto sitzen.

Zweite Sequenz

Ein guter Freund wollte mich nach Hause fahren. An der Gabelung bog er aber in die falsche Richtung ab.

Dritte Sequenz

Ich saß zu Hause am Schreibtisch. Da kam eine Schulkameradin vorbei und fragte, ob sie oben im Flur Handball spielen darf. Ich erlaubte es ihr ausdrücklich.

Vierte Sequenz

Ich wollte mit meinen Klassenkameraden Frisbee spielen. Als Zuschauer saßen Schüler da, die auf Sport spezialisiert waren. Ich mag sie alle nicht. Da ich mich nicht vor ihnen traute, habe ich nicht mitgespielt.

Fünfte Sequenz

Eine Ex-Freundin, die auf schiefe Bahn geraten ist (Alkohol etc.) und mit der ich keinen Kontakt mehr habe, fragte mich nach einer anderen Freundin. Doch sie wartete meine Antwort nicht ab und ging weg. Ich war richtig traurig, dass sie mich so wenig beachtete.

Sechste Sequenz

Das Auto eines Schulkameraden stand auf dem Parkplatz, und ich daneben. In meiner Hand hielt ich einen Schokoriegel, den ich noch nicht bezahlt hatte. Da war aber weder ein Geschäft noch ein Au-

tomat. Auf einmal wurde ich von drei Schülern ausgelacht, die in einem anderen Auto saßen.

Siebte Sequenz

Mein Freund und ich standen in meinem Zimmer. Ich kämmt mir die Haare. Er sagte: *Ist denn eine Umarmung Grund genug für Trennung?*

Nun begann die Deutung des Traumes mit dem Ziel, aus dem Wirrwarr eine sinnvolle Botschaft herauszuhören.

Deutung

- In den ersten zwei Sequenzen passieren lauter ungewöhnliche Dinge: Eltern kommen früher als erwartet nach Hause. Sie parken das Auto verkehrt und steigen auch nicht aus. Ein Freund will Anna Sophia nach Hause fahren, nimmt aber den falschen Weg. Eigentlich nichts Besonderes, aber für Anna Sophia ist das schon belastend, weil es unplanmäßig geschah. Der Traum warnt Anna Sophia davor, derart unbedeutende Ereignisse zu einem Problem zu machen. Die Botschaft lautet:

Anna Sophia, nimm doch nicht alles so tierisch ernst. Lass bei deiner Planung Freiräume für Flexibilität zu!

- In der dritten Sequenz wird ein Muster für Flexibilität gezeigt. Da will eine Schulkameradin oben im Flur des Hauses Handball spielen. Das ist sehr ungewöhnlich, denn der Flur ist für diesen Sport alles andere als geeignet. In der Realität wäre Anna Sophia über einen solchen Gedanken entsetzt. Aber im Traum erlaubt sie das ausdrücklich. Die Botschaft lautet:

Anna Sophia, lass doch einmal Dinge zu, die aus dem Rahmen deiner strengen Ordnung fallen, aber jemandem eine Freude machen.

- In der vierten Sequenz hat Anna Sophia Angst, bei dem harmlosen Frisbee-Spiel mitzumachen, weil sie sich vor den auf Sport spezialisierten Schüler keine Blöße geben will. Sie ist bestrebt, perfekt zu sein und durch ihre Perfektion zu glänzen, Aufmerksamkeit auf sich zu lenken, Zuwendung und Anerkennung zu bekommen. Der Traum zeigt, dass Anna Sophia übertrieben auf Anerkennung angewiesen ist. Das wird in der fünften Sequenz

noch krasser gezeigt. Da ist eine ehemalige Freundin, die auf schiefe Bahn geraten ist. Zuwendung bzw. Anerkennung von ihr sind nicht gerade ruhmreich. Dennoch ist Anna Sophia sehr traurig, da sie von dieser Person nicht beachtet wird. Die Botschaft lautet:

Anna Sophia, du hast es wirklich nicht nötig, von jedem anerkannt zu werden. Dieses Bedürfnis macht dich schwach und abhängig.

- In der sechsten Sequenz hat Anna Sophia einen Schokoriegel in der Hand. Ihr strenges Pflichtgefühl sagt, sie müsse erst bezahlen und dann essen. Das ist übertrieben, da sich in der Umgebung weder ein Geschäft noch ein Automat befindet. Wegen ihrer übertriebenen Verantwortung wird sie von Gleichaltrigen ausgelacht.
- In der siebten Sequenz schließlich finden wir den Schlüssel zur Lösung des Problems. Die Botschaft lautet:

Anna Sophia, wenn du aus deinem Lebenskonzept eine Planwirtschaft machst, dann opferst du wegen jeder Kleinigkeit etwas Wichtiges, am Ende sogar die Liebe und endest einsam.

Als Anna Sophia diese Botschaft aus meinem Munde hörte, fiel ihr spontan ein, warum sie die Beziehung zu ihrem Ex-Freund aufgelöst hatte, nämlich: Wenn die beiden am Abend gemütlich zusammensaßen und einen Film anschauten, hatte ihr Freund immer wieder das Bedürfnis, Anna Sophia einen Kuss zu geben oder sie zu drücken, zu streicheln oder zu liebkosen. Dieses eindeutige Zeichen von Herzlichkeit, Liebe und Zuwendung betrachtete Anna Sophia aber als Störung beim Filmschauen. Das war einer der Hauptgründe, weshalb sie mit ihrem Freund Schluss gemacht hatte. Nach der Traumarbeit wurde ihr klar, dass dies ein Fehler war, eine hilfreiche *Selbsterkenntnis*.

Das Ergebnis der Traumarbeit lässt sich in zwei Punkten zusammenfassen:

1. Anna Sophia hat eine latente Angst davor, nicht beachtet, nicht geachtet, nicht wertgeschätzt oder nicht geliebt zu werden. Daher entwickelt sie eine schonungslose und geradezu selbstzerstörerische

sche Disziplin bei der Einhaltung ihres strikten Tagesplans. Damit will sie Bewunderung, Wertschätzung, Akzeptanz, Anerkennung und am Ende Zuwendung und Liebe aller Menschen *erzwingen*. Dahinter steckt die fixe Idee, in allem perfekt sein zu müssen.

2. Die Selbsterkenntnis lautet: Ich setze mich in allem unnötigerweise unter Druck. Ich tue meinem Körper und meinem Geist Gewalt an. Ich gönne mir keine Ruhe. Wenn ich eine Pause mache, bekomme ich schlechtes Gewissen. Ich erzeuge bei mir selbst nur Stress und dadurch isoliere ich mich selbst. Ich habe es verlernt, Ruhe, Entspannung und Genuss zuzulassen. Ja, ich bin genuaunfähig geworden. Auf mich trifft der Spruch hundert Prozent zu: *Wer nicht genießt, wer ungenießbar. Ich muss meine Einstellung ändern, sonst werde ich nicht weder gesund noch glücklich.*

4. Begleitung

Erste Rückmeldung (20. Juni 2019)

Die erste Rückmeldung kam am selben Tag, etwa neun Stunden nach unserem zweiten Gespräch. Anna Sophia schrieb folgende E-Mail an mich:

Lieber Herr Prof. Amini,

ich habe heute ganz normal wie immer gearbeitet, war aber total entspannt. Jetzt, da ich langsam zur Ruhe komme, bin ich erschöpft und freue mich auf den Schlaf. Ich bin sehr erleichtert, endlich den Grund für meine Symptome gefunden und auch verstanden zu haben. Die Selbsterkenntnis war für mich völlig neu und hat mich wachgerüttelt. Meine Familie und ich waren fast am Verzweifeln. Doch jetzt sehe ich sehr positiv in die Zukunft und bin auch zuversichtlich.

Ein riesiges Dankeschön an Sie, auch von meinen Eltern.

Viele Grüße, Anna Sophia

Zweite Rückmeldung (24. Juni 2019)

Vier Tage später bekam ich folgende E-Mail:

Hallo Herr Prof. Amini,

mir geht es seit Donnerstag nach der Traumarbeit deutlich besser. Übel war mir seitdem gar nicht mehr. Nur heute Morgen hatte ich Magenschmerzen, die sich aber nach dem Frühstück legten.

Meine Eltern und auch mein Freund sagen mir, dass ich viel entspannter geworden bin. Mir geht es wirklich gut! Das wollte ich Ihnen nur mitteilen.

Viele Grüße, Anna Sophia

Dritte Rückmeldung (9. Juli 2019)

Die letzte Nachricht, die ich von Anna Sophia bekam, war eine E-Mail am 9. Juli 2019. Da schrieb sie, dass ihr Symptom *Übelkeit* völlig verschwunden sei. Lediglich die Müdigkeit sei noch da, wenn auch nicht mehr so stark wie vor drei Wochen.

Ich habe zurückgeschrieben und ihr gegen Müdigkeit Eisen am Morgen und Magnesium am Abend empfohlen.