

## Versuch einer Gesundheitsdefinition auf anthropologischer Grundlage

# Was ist Gesundheit?

**Die Definition von Gesundheit der WHO erscheint als Zielvorgabe überzogen. Der Beitrag versucht, die Definition auf ein tatsächlich erreichbares Ziel hin auszurichten: das Führen eines sinnvollen Lebens.**

Piet van Spijk

Dozent im Certificate of Advanced Studies (CAS) Philosophie und Medizin der Universität Luzern

### Die praktische Bedeutung von Gesundheitsdefinitionen

Ein wichtiges Ziel ärztlicher Bemühungen besteht darin, Menschen zur Gesundheit zu verhelfen. Dies ist allerdings erst dann möglich, wenn vorher bekannt ist, wie das angestrebte Behandlungsziel – die Gesundheit – zu verstehen ist. Ein Verständnis von Gesundheit, das als Zielvorgabe und Richtschnur ärztlichen Handelns dienen kann, bekommt dadurch eine eminent praktische Bedeutung [1].

1946 hat die WHO wie folgt definiert: «Gesundheit ist ein Zustand vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht allein das Fehlen von Krankheit und Gebrechen.» Diese Definition hat sich seither durchgesetzt. Dies verwundert deshalb, weil schon rasch klar wurde, dass sie grosse formale und inhaltliche Mängel aufweist. Wird nämlich (medizinischen) Institutionen die Aufgabe übertragen, ein «vollständiges körperliches, geistiges und soziales Wohlbefinden» zu erreichen, so ist das Scheitern einer derart überzogenen Zielvorgabe auch dann vorprogrammiert, wenn noch so grosse finanzielle Mittel bereitgestellt werden.

gegenwärtigen wissenschaftlichen Kenntnissen kompatiblen Menschenbildes bedarf, dass es daran abschliessend nötig ist, gesunde Menschen zu beschreiben, und erst zuletzt aus diesem Rohmaterial der Allgemeinbegriff der «Gesundheit» gewonnen werden kann.

### Skizze einer Anthropologie

Das hier herangezogene Menschenbild darf nicht für sich beanspruchen, das allein richtige und allgemein akzeptierte sein zu können. Insofern wird die daraus resultierende Gesundheitsdefinition allein schon deshalb angreifbar bleiben. Wenn es darum geht, das Merkmal, das den Menschen von allen anderen Lebewesen unterscheidet, zu nennen, kam es in den letzten hundert Jahren aber zu einem erstaunlichen Konsens. Als das ausgezeichnete Merkmal des Menschen wird sein virtuoser Umgang mit (Sprach-)Zeichen angesehen. Ernst Cassirer nennt den Menschen deshalb *animal symbolicum* und Helmut Plessner meint dazu: «Zuerst ist der Mensch ein sprechendes Wesen», um später anzufügen: (...und) «selbstverständlich ist in der Fähigkeit des Sagens das Vermögen zur Abstrak-

---

**Das Scheitern einer derart überzogenen Zielvorgabe ist auch dann vorprogrammiert, wenn noch so grosse finanzielle Mittel bereitgestellt werden.**

---

In den letzten Jahren sind Anstrengungen unternommen worden, eine neue Gesundheitsdefinition zu schaffen, die sich als Zielvorgabe für die ärztliche Tätigkeit besser eignet. Dieses Unternehmen erwies sich als anspruchsvoller als zuerst angenommen und zeitigte viele, nicht zuletzt auch philosophische Implikationen [2]. Bis jetzt hat sich keiner der gutgemeinten Vorschläge behaupten können [3].

Hier soll ein neuer Versuch, Gesundheit in knappen Worten zu fassen, vorgestellt werden. Er geht von der Hypothese aus, dass es nötig ist, Gesundheit auf eine anthropologische Grundlage zu stellen, dass es mit anderen Worten zuerst eines kohärenten, mit den

tion mit eingeschlossen, das sich in der Bildung von Begriffen manifestiert.» [4]

Einer dieser Begriffe, der nicht nur Ausdruck eines grösser gewordenen Vermögens der Abstraktion ist, sondern selber einer neuen, noch abstrakteren Welt die Tür öffnet, das ist das Wörtchen *Ich*. Wer *ich* sagt, erfährt unwillkürlich die enorme Wirkung dieser kleinen Vokabel, die darin besteht, dass der bzw. die Sprechende sogleich in zwei Teile zu zerfallen beginnt, nämlich in das sprechende Subjekt und das bezeichnete Objekt. So ist beispielsweise in einem Satz wie «ich sehe eine Kuh auf der Wiese», der Sprechende das Subjekt und die Kuh das Objekt. Heisst es

Korrespondenz:  
Dr. med., Dr. phil.  
Piet van Spijk  
Innere Medizin FMH  
Haldenstrasse 5  
CH-6006 Luzern  
pvanSpijk@svsl.ch



Gesundheit lässt sich mit Wohlbefinden und Fitness alleine nicht erfassen. Eine Gesundheitsdefinition, welche dem Menschen gerecht werden will, muss das spezifisch Menschliche mitberücksichtigen.

dagegen «ich stehe auf der Wiese», so bin ich Subjekt und Objekt in Personalunion; es führt jetzt neu eine Grenzen mitten durch mich hindurch. Die natürliche Einheit des Erlebens von Pflanzen und Tieren geht so verloren und macht der inneren Zerrissenheit eines Wesens Platz, das sich selbst beobachtet und beurteilt. Diese Tatsache hat Hegel veranlasst zu sagen: Das *Ich* ist der «durch die Naturseele schlagende und ihre Natürlichkeit verzehrende *Blitz*». [5]

Das-Ich-Sagen erfährt eine zusätzliche Verwicklung, wenn das oben genannte Satzpaar mit Kuh und Wiese in leichter Abwandlung nochmals aufgenommen wird und jetzt wie folgt lautet: «Er (ein Mensch, mein Vater ...) stirbt.» bzw. in der Ich-Variante: «Ich sterbe.» Mit dem letzten Ausspruch wird der Mensch fähig, eine neue Form der Begrenzung – die des eigenen Todes – zu benennen und in Sprache zu fassen.

Der virtuose Umgang mit Zeichen und die damit verbundene Fähigkeit zur Abstraktion hat nicht nur ein Erkennen und Benennen des Todes als ultimative menschliche Grenze zur Folge, sondern zeitigt noch weitere Grenzerfahrungen. Besonders wichtig ist in diesem Zusammenhang die Tatsache, dass jedes Setzen eines *Ichs* notwendig auch ein *Du* benötigt, gegen das sich das *Ich* abgrenzt. So stark eine gemeinsame Sprache auch verbindet, sie schafft mit dem Wörtchen *Du* zugleich auch eine neue Grenze, die sich immer dann erleben lässt, wenn Menschen Mal für Mal daran scheitern, das, was in ihnen vorgeht, anderen Menschen adäquat zu vermitteln.

### Grenzerfahrung und Sinngefühl

Die Erfahrung von Grenzen, die erst durch das Vorhandensein einer differenzierten Sprache möglich wird, weckt in den Menschen heftige Emotionen. Das Wissen um den eigenen Tod erschreckt und schockiert.

Und die Erfahrung, auch von Nahestehenden missverstanden zu werden, ist immer wieder schmerzhaft. Angst (vor dem Tod) und schmerzhaftes Getrenntsein selbst von den nächsten Angehörigen sind unangenehme Emotionen, die wir so schnell und umfassend wie möglich wieder loswerden wollen. So kommt es, dass sich der Mensch immer und immer wieder intensiv mit diesen zwei genannten (und anderen, hier nicht genannten) Grenzen auseinandersetzt.

Immer wenn der Mensch intensiv lebt, stösst er an Grenzen. Ihr blosses Vorhandensein ruft in der Regel unangenehme Emotionen hervor, die er zu beseitigen wünscht. Dies ist auch der Grund, weshalb er immer wieder viel Zeit und Energie dazu aufwendet, das Unmögliche möglich zu machen und so unüberwindliche Grenzen, wie es insbesondere der Tod und die Grenze zum anderen Menschen darstellen, zu überwinden. So können beispielsweise Religionen als Versuch gewertet werden, eine Antwort auf die beängstigende Tatsache zu geben, dass wir alle früher oder später sterben müssen.

Es ist offenbar so, dass die Beschäftigung mit den genannten Grenzen und die Versuche, sie doch noch, zumindest provisorisch oder vorübergehend, zu überwinden, ein ganz besonderes, diesmal angenehmes Gefühl wachrufen können. Es ist dies das Gefühl von Sinn!

Beim Erleben von Sinn geht es mit anderen Worten nicht um Tatsachen, die als «sinnvoll» bezeichnet werden können; es handelt sich nicht um ein Urteil zu einem Gegenstand, sondern um ein subjektives Gefühl. Sinn bezeichnet das Gefühl, das sich dann zeigen kann, wenn Menschen ihr Leben derart ausfüllen, dass sie an ihre Grenzen kommen und diese zu überwinden suchen.

---

## «Gesundheit ist die Fähigkeit, ein sinnvolles Leben zu führen.»

---

Sinn ist, anders ausgedrückt, ein Ausdruck dafür, dass Menschen das ganz spezifisch Menschliche in vollem Umfang leben. Davon leite ich die folgende Definition ab:

*Gesundheit ist die Fähigkeit, ein sinnvolles Leben zu führen.*

Diese Definition lässt einzig den Menschen als zur Gesundheit befähigt erscheinen und schliesst andere Lebewesen – insbesondere Tiere – aus. Dies mag auf den ersten Blick verwundern, wird aber dann verständlich, wenn man beachtet, dass es Menschen – und nur Menschen – möglich ist, sich auch dann noch als gesund zu bezeichnen, wenn dies für andere Lebewesen längst nicht mehr möglich ist. Dies hat damit zu tun, dass den Menschen eine zusätzliche Dimension offensteht, die es möglich macht, durch

eine Vielzahl von Krankheiten und Gebrechen verursachte Defizite auszugleichen. Worin besteht diese zusätzliche Dimension? Sie wurde schon genannt und ist diejenige der menschlichen Sprache (und daraus abgeleitet der menschlichen Kultur).

Ein Pferd mit amputiertem Bein ist todkrank. Ein Mensch mit demselben Gebrechen kann dagegen häufig ein Leben führen, das es ihm erlaubt, der Umwelt gegenüber glaubhaft zu versichern, er fühle sich gesund. Dies hat damit zu tun, dass es Menschen anders als Pferden möglich ist, die verlorengegangene Funktion des Beines ausserhalb körperlicher Fitness z.B. durch – und ganz besonders durch – kulturelle Leistungen zu kompensieren. Der Blinde, der Gelähmte oder Diabetiker kann sich als Musiker, Jurist u. a. m. ein Leben gestalten, in dem sich immer und immer wieder Momente ergeben, die das Gefühl von Sinnhaftigkeit entstehen lassen und diesen Menschen erlauben, sich als gesund zu bezeichnen. Sie sind mit anderen Worten trotz Krankheit und Gebrechen gesund – sie sind kranke Gesunde.

Dieser Widerspruch ist schon Friedrich Nietzsche vor mehr als hundert Jahren aufgefallen, und er hat deshalb eine kleine von einer grossen Gesundheit unterschieden [6]. Einzig die kleine Gesundheit steht im Gegensatz zu Krankheit und Gebrechen, die grosse Gesundheit dagegen ist der kleinen kategorial übergeordnet und kann deshalb auch dann noch vorhanden sein, wenn ein Mensch an einer Krankheit oder einem Gebrechen leidet. Es ist sogar möglich, dass eine Person erst durch Leiden und Gebrechen gezwungen wird, sich mit seinen Grenzen (besonders des Lebens und des Todes) auseinanderzusetzen, und gerade so das Gefühl von Sinn erlebt.

Gesundheit, verstanden als die Fähigkeit, ein sinnvolles Leben zu führen, bezieht sich auf die Grosse Gesundheit Nietzsches und stellt einen Versuch dar, diese zu präzisieren.

### Praktische Konsequenzen eines neuen Gesundheitsverständnisses

Ich habe diesen Artikel mit dem Hinweis begonnen, dass die WHO-Gesundheitsdefinition die gegenwärtig tonangebende sei. Wie bereits gesagt, verwundert es, dass diese inhaltlich und formal falsche Definition so einflussreich geblieben ist. Warum ist das so? Eine (Teil-)Antwort könnte darin bestehen, dass die WHO mehr als eine nur technisch-naturwissenschaftliche Definition gibt. Indem sie eine Art Paradies auf Erden in Form eines «vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens» einfordert, zielt sie auf etwas Grosses und Umfassendes. Sie zielt nicht nur auf die kleine – man könnte sagen veterinärmedizinische – Gesundheit, sondern auf ein umfassenderes Geheiltsein oder Heil des Menschen – sie ist eine Art Heilslehre oder ein Vorschlag, wie Nietzsches Grosse Gesundheit verstanden werden kann.

Das Gesundheitsverständnis, das ich hier beliebt machen möchte, will wie die WHO eine Definition

der Grossen Gesundheit geben, versucht aber, den so wichtigen emotionalen Motor menschlicher Unternehmungen nicht auf ein utopisches, sondern auf ein tatsächlich erreichbares Ziel hin auszurichten: das Führen eines sinnvollen Lebens.

Eine Medizin der Zukunft, die sich diesem Ziel verpflichtet fühlt und so zu einer *sinnvollen Medizin* wird, dürfte sich in verschiedener Hinsicht von der heutigen unterscheiden:

- Da sich das Gefühl von Sinn vornehmlich dort zeigt, wo Menschen sich mit ihren Grenzen auseinandersetzen, wird sie sich aktiv und gezielt mit ihren eigenen Grenzen befassen, diese immer wieder neu ausloten und den Patienten sowie der Öffentlichkeit kommunizieren.
- Ärzte und andere Medizinalpersonen werden sich schon in ihrer Ausbildung mit ihren eigenen, persönlichen Grenzen bekanntmachen und sich mit ihnen auseinandersetzen; es wird dabei um die Grenzen des Wissens und Könnens, um die Grenzen der Leistungsfähigkeit, der Anteilnahme gegenüber Mitmenschen usw. gehen.
- Patienten werden lernen müssen, dass der Versuch, Grenzen zu überwinden – dass Grenzerfahrungen – so unangenehm sie manchmal auch sein mögen, für menschliche, d.h. Grosse Gesundheit konstitutiv sind, und dass sich umgekehrt Gesundheit gerade im Wohlergehen alleine nicht wird entdecken lassen.

Eine vertiefte Auseinandersetzung aus philosophischer Sicht mit der Frage «Was ist Gesundheit?» findet sich im gleichnamigen Buch [2] des Autors dieses Artikels.

### Referenzen

- 1 Ähnlich – allerdings etwas weniger virulent – stellt sich das Problem auch für das andere Behandlungsziel: die Befreiung von Krankheit. Auch hier gilt die Frage: Was sind behandlungswürdige Krankheiten? Gehören beispielsweise Kinderlosigkeit, allgemeine Müdigkeit und Lustlosigkeit, sexuelle Dysfunktionen, Grippe usw. dazu?
- 2 van Spijk P. Was ist Gesundheit? Anthropologische Grundlagen der Medizin. Freiburg: Karl Alber; 2011. S. 40ff.
- 3 Siehe z.B. SAMW. Ziele und Aufgaben der Medizin zu Beginn des 21. Jahrhunderts. Basel; 2004. «In der kritischen Auseinandersetzung mit diesen Definitionen unterschiedlichster Art ist die Expertengruppe zum Schluss gekommen, dass jede für sich genommen lückenhaft bleibt.» (S.19).
- 4 Plessner H. Der Mensch als Lebewesen. In: Plessner H. *Conditio humana*. Gesammelte Schriften. Band VIII. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft; 1980. S. 314–5.
- 5 Hegel GWF. Enzyklopädie der philosophischen Wissenschaften. (1817-30), § 412, 10.198 (kursiv im Original). Frankfurt: Suhrkamp; 1986.
- 6 Nietzsche F. Aus dem Nachlass, zitiert nach Nager F. Gesundheit, Krankheit, Heilung und Tod. Akademie 91, S. 13.