Zur physiologischen und psychosomatischen Basis der gynäkologischen Onkotherapie

M. Ch.		Michailov
E.		Neu
S.		Molnar
A.		Schumitz
W.		Jaud

Urolog. Klinik **München-Großhadern** (Direktor Prof. Dr. A. Hofstetter) Gynäkol. Abt., Krankenhaus der Barmherzigen Brüder, München

Dr. Eva Neu, Urologische Klinik, Marchionistraße 15, D-8000 München 70

[sec]

Physiologie und Psychosomatik sind für die experimentelle und klinische Onkologie essentiell: Die neuro-vegetative Regulation pathologischer und therapeutischer Reaktionen hängt eng mit den psychischen Einflüssen zusammen. Ihrer Bedeutung für die gynäkologische Onkotherapie ist ein besonderer Wert beizumessen, da das Genitalsystem stark vom psychischen Leben beeinflusst wird. Längst bekannte westliche und östliche psychosomatische Therapiemethoden sollten verstärkt erforscht und in der täglichen Praxis der modernen operativen und konservativen Onkotherapie integriert werden. In diesem Beitrag wird über physiologische und psychische Effekte einfacher psychosomatischer Übungen aus der traditionellen indischen Yoga-Medizin berichtet. Dabei wurde auch „Meditation“ angewandt, deren Bedeutung der prominente Naturforscher und Philosoph Carl Friedrich von Weizsäcker in zahlreichen Schriften begründet hat [4].

Methode

Es wurden physiologische und psychische Effekte von psychosomatischen Übungen bei Probanden und onkologischen Patientinnen (mit genitalen Neoplasmen nach chirurgischer und Strahlenbehandlung) untersucht. Im einzelnen wurden getrennt und in Kombination für 20–30 Minuten Übungen aus dem Hatha-Yoga angewandt: Einige Körperstellungen (Asanas) inkl. Yoni Mudra und Atemtraining (Pranayamas; PY) nach dem Integrierten Yoga von Sri Yogendra [5] sowie „Musikmeditation“ als psychische Übung nach Sunil Bhattacharya, Sri Aurobindo Ashram, Pondicherry/Indien. Dabei wurden elementare kardio-vaskuläre und respiratorische Parameter – Atemfrequenz und -volumen, Herzfrequenz, auch nach Belastung mit 10 Kniebeugen gemessen. Die psychischen Veränderungen wurden mittels eines (Selbst-) Beobachtungsbogens für die Grundbereiche (categories) in Form einer polaren Eigenschaftsliste (items) erfaßt. Die einzelnen Veränderungen (schwach, mittel, stark, z. B. zappelig/vorher, entspannt/nachher) wurden mittels einer sechsstufigen Skala gemessen, sodaß die 5 Intervalle zwischen den einzelnen Meßwerten der subjektiven Befindlichkeit von maximal $5 \times 20 \% = 100 \%$ bis unverändert (0 %) entsprachen (n = Anzahl der Meßwerte einzelner Personen) [1, 2].

Ergebnisse:

Physiologische Effekte: Nach körperlichen Atemübungen wurden positive physiologische Sofortreaktionen beobachtet: Die willentliche Apnoe (Atemstillstand nach maximaler Inspiration) verlängert sich (um 20%), Atem- (um 30%) und Herzfrequenz (auch nach Belastung um ca. 10%) nehmen ab. Diese Effekte, am Beispiel von willentlicher Apnoe mit dem Training (täglich zu Hause), können progressiv gesteigert werden: Nach 3 Monaten konnte der Atemstillstand von 80–90 s erreicht, d. h. nahezu um 200 % verlängert werden. Dabei nahm die Vitalkapazität um 10% zu (nach maximaler In- und Expiration) und die Herzfrequenz nach Belastung um mehr als 10% dauerhaft ab (n = 5–10) (Abb. 1).

Psychische Effekte: Interessanterweise konnten spezifische psychische Effekte durch die verschiedenartigen Übungen sowohl bei individuellen als auch im Gruppentraining beobachtet werden.

$\pi \cdot 9$

$\pi \cdot 4 \text{ } P < 0.05$

[ccm]

n.10 $\uparrow \pi \cdot 11$

n-11 n-9 $p > 0.05$

$P < 0.01$

$P > 0.05$

·20t

100

200t

rh

80

50

3000

100

n-10 $P < 0.01$

$\cap$

Voluntary Vital

apnoe(V.A.) capacity

Heart rate before after 10 Knee bends

$J \pm L$

V.A. Vital Heart rate

capacity before after

10 Knee bends

Effects of Hatha-Yoga on some Respiratory and Cardiac Parameters after 3 months

B Initial Value

Abb. 1. Effekte von Körperstellungen und Atemübungen (Hatha-Yoga) auf respiratorische und kardiale Parameter.

Immediate changes ("*") in some psycho!*

attributes after music meditation (M W), Pīanayama (PY and Yoni-Mudra

□ NI<rl:[] = 28–33 EO PY B YM

-25% 20 15 10 5 0 5 10 15 20 25 30 35 40 45 50*

Abb. 2. Effekte von Musik-Meditation (MM), Atemübungen (PY) und Yoni Mu-dra (YM) auf psychische Parameter ($p < 0,05$ – 0.01).

‘■- Jiff

Literatur

Michailov MCh. Ebert B. Neu E. Ebert U: On the psycho-physiological effects of yoga-training. Proc hit Un Physiol Sci 1980, Vol XIV. 580.

Michailov MCh

Ebert B: Yoga als Wissen-schaft. Dt. Yogaforum 1980

21–26. Michailov MCh. Neu E

Elsäßer E

Penning W: On the physiological effects of hatha-yoga and their psychosomativ application; wie 4

pp 240–241.