

Herr Graf, seit Ende November sind im Zuge der „Kleeblatt“-Verlegung Patienten aus Oberbayern zu Ihnen nach Lübeck gebracht worden. Wie viele Covid-19-Patienten behandeln Sie zurzeit auf Ihrer Intensivstation? Wir haben gerade zehn Covid-Patienten, alle invasiv beatmet. Fünf von ihnen stammen nicht aus Schleswig-Holstein. Es ist ein Patient mit einem Impfdurchbruch dabei. Die anderen neun sind ungeimpft.

Spätestens seit August könnte in Deutschland jeder Erwachsene geimpft sein. Verändert diese Tatsache Ihren Blick auf die nicht geimpften Patienten?

Ich muss sagen: ja. Die Versorgung von Covid-Patienten, die Ärzte und Pflegekräfte auf Intensivstationen in Deutschland und Europa übernehmen, ist eine extrem anstrengende Arbeit. Das bringt jeden ans Limit. Wir sehen schwerste Verläufe bei Menschen, die unter 50 sind. Das ist normalerweise auf Intensivstationen im konservativen Bereich nicht der Fall. Dort ist das Durchschnittsalter der Patienten sonst deutlich höher. Das greift unser Team an, und das macht auch etwas mit unserer Empathie. Wir arbeiten natürlich so professionell wie immer, wir sagen niemandem: Du bist selber schuld, wir wollen dir nicht helfen. Aber wenn wir mal Pausen haben, stellen wir uns natürlich die Frage, ob das nicht eine vermeidbare Situation ist. Warum bringt sich der Patient in Gefahr? Wir haben die Pandemie jeden Tag vor Augen, wir fragen uns, warum Menschen bei so viel Leid immer noch nicht bereit sind, die Situation ernst zu nehmen. Welche Desinformation muss vorherrschen, dass sich jemand selbst in Gefahr bringt? Das ist mir unbegreiflich.

Auch am Telefon kann ich spüren, dass Sie das bewegt ...

Es bringt mich an meine Grenzen, diese späte Reue mitzuerleben, meist erst kurz vor der Aufnahme auf die Intensivstation. Warum kann man eine einfache Impfung, die schmerzfrei ist, die Kinder locker über sich ergehen lassen, warum kann man die nicht machen lassen? Sie kostet nichts, sie hat einen Gemeinschaftsaspekt. Wir könnten in einer deutlich weniger angespannten Situation sein in den Krankenhäusern, wenn mehr Menschen geimpft wären. Wir könnten wahrscheinlich auch ein anderes öffentliches Leben führen. Die Ablehnung dieser Impfung führt doch zu einer weiteren Einschränkung für uns alle. Zudem werden dadurch Eingriffe verschoben, die notwendig sind; diese Patienten müssen länger leiden, bevor wir ihnen helfen können.

Macht Sie das auch mal wütend?

Uns beeinflusst es extrem, diese Machtlosigkeit zu spüren, wenn junge Menschen an dieser furchtbaren Krankheit sterben. Der jüngste Patient, der bei uns gestorben ist, war 24, ohne schwere Vorerkrankung, mutwillig ungeimpft. Ich glaube, ich wäre falsch in dem Beruf, wenn ich kein Mitgefühl hätte, wenn Patienten sterben. Aber jetzt, wo die

# „Unter die Trauer mischt sich bei mir auch Wut“

Intensivmediziner Tobias Graf über bayerische Covid-Patienten in Lübeck, verzweifelte Angehörige und schwindendes Verständnis für Ungeimpfte



Eine vermeidbare Situation: Die Intensivstationen in deutschen Kliniken sind wieder mit vielen Corona-Patienten belegt.

Foto dpa

Impfung da ist, mischt sich bei mir unter die Trauer tatsächlich auch Wut.

Stellen Sie bei Patienten und Angehörigen fest, dass diese nicht verstehen, welches Risiko eine Infektion bedeuten kann?

Ich glaube, dass viele trotz 20 Monaten Pandemie die Gefahr der Covid-Pneumonie bis hin zum Tod nicht verinnerlicht haben. Diese Menschen denken, dass sie aufgrund ihres Alters und ihrer Fitness um einen schweren Krankheitsverlauf herumkommen und die Impfung deshalb keine Priorität hat. Wir erleben hier geimpfte Menschen, die ihren ungeimpften Angehörigen besuchen kommen und fassungslos sind, mit welchem Verlauf sie konfrontiert werden. Sie haben dann Angst, was noch passieren wird, und verspüren gleichzeitig Reue, nicht mehr eingewirkt zu haben, um die Impfbereitschaft zu verstärken. Das sind Angehörige, die durch die Situation traumatisiert werden. Das ist Leid, das in einer nun schon länger andauernden Pandemie mit einem bekannten Erreger vermeidbar wäre.

Haben Sie schon erlebt, dass Sie mit Patienten über die Behandlung ihrer Covid-Erkrankung diskutieren mussten?

Ja, habe ich. Auf der einen Seite wird die Krankheit negiert. Gleichzeitig gaukelt Covid den Leuten vor, dass es nicht so schlimm ist. Sie kommen mit schweren

Einschränkungen ihrer Sauerstoffversorgung ins Krankenhaus, fühlen sich aber gar nicht so schwer krank. Dann kann es aber plötzlich sehr schnell gehen mit der massiven Verschlechterung.

Hatten Sie ungeimpfte Patienten, die sich nach dem Aufwachen über die Behandlung beschwert haben?

Nein, ich schließe aber auch nicht aus, dass das noch vorkommen kann.

Auch unter Menschen, die im Gesundheitssektor arbeiten, gibt es welche, die sich nicht impfen lassen. Verstehen Sie deren Bedenken?

Ich verstehe es noch weniger als bei den medizinischen Laien. Auf unserer Station

sind 99 Prozent geimpft. Wir hatten auch keine Kündigung von Pflegekräften aufgrund der Pandemie. Wir sind, was die Quoten der Covid-Erkrankungen angeht, in Schleswig-Holstein aber auch eine Insel



Foto privat

Tobias Graf, Internist und Intensivmediziner, leitet am Universitätsklinikum Schleswig-Holstein in Lübeck den Bereich der interdisziplinären, konservativen Intensivmedizin. Er hat seit Beginn der Pandemie mehr als 200 Covid-19-Patienten behandelt.



Hummels auf ihrem Instagram-Account mit „Hye“

Foto Cathy Hummels/Instagram

in Krankheitsbild, das in den vergangenen Jahren wohl am meisten an Bekanntheit gewonnen hat, ist die Depression. Nicht nur ist sie mit jährlich mehr als fünf Millionen erkrankten Erwachsenen in Deutschland zu einer Volkskrankheit geworden; etwa jede vierte Frau und jeder achte Mann ist im Laufe des Lebens von einer Depression betroffen. Öffentliche Aufklärungskampagnen zu Symptomen und Ursachen der Depression ebenso wie gegen die Stigmatisierung von Betroffenen haben auch dazu geführt, dass jeder schon einmal von der Erkrankung gehört hat oder jemanden kennt, der darunter leidet. Und ist nicht direkt jemand aus dem eigenen Bekannten- und Freundeskreis betroffen, dann weiß man mindestens von einem Prominenten, der seine Depression öffentlich gemacht hat. Auf der Liste der bekannten Persönlichkeiten befinden sich Schauspielerinnen Nora Tschirner oder Tennisspielerinnen Naomi Osaka. Doch Bekanntheit und Einfluss misst sich heute ja nicht mehr nur an Leistung, sondern auch daran, wie viele Menschen einem auf Instagram, Twitter oder TikTok folgen.

Eine, die über ihre Depression redet und nach dem Maßstab der neuen Medien den Einfluss und die Reichweite hat, viele für die Krankheit zu sensibilisieren, ist Cathy Hummels. Der Moderatorin, Influencerin und Ehefrau von Fußballer Mats Hummels folgen auf Instagram deutlich mehr als eine halbe Million Menschen. Hummels erkrankte als Teenager an einer Depression. Im Studium war sie dann erneut betroffen und fand die richtige Therapie. Mit ihrem Bruder, einem Psychiater, schrieb sie im vergangenen Jahr ein Buch darüber. In Kooperation mit der Stiftung Deutsche Depressionshilfe kündigte sie jüngst das „Cathy-Hummels-Programm“ an, das sich speziell an Jugendliche mit psychischen Problemen wendet. Daneben organisiert und moderiert sie Charity-Events, bei denen sie

## Zu viel versprochen?

Wer sich für psychische Gesundheit einsetzt, trägt besondere Verantwortung. Cathy Hummels überschreitet dabei nun eine gefährliche Grenze.

Von Eva Schläfer und Lucia Schmidt

Spenden für die Umsetzung des Programms und für Aufklärung über seelische Gesundheit sammelt. Unter dem flotten Namen „WiesnWiesn“ fanden diese Events zuletzt an ausgefallenen Orten und mit jeder Menge Glamour statt.

Nun muss man sagen: Jeder, der zur Aufklärung von psychischen Krankheiten beiträgt, tut etwas Gutes. Denn über Depressionen, aber auch Schizophrenie oder Zwangskrankheiten gibt es noch immer Vorurteile. Viele wissen nicht, wie man mit Betroffenen umgehen soll.

Und diese wiederum erfahren noch immer, dass es auf weniger Akzeptanz in der Gesellschaft stößt, wenn einem das Leben aufs Gemüt schlägt, als wenn man an einer rein körperlichen Erkrankung leidet. Es ist eben für die meisten Menschen schwieriger zu verstehen, dass jemand endlos traurig ist, als dass das Herz nicht im richtigen Rhythmus schlägt.

Aber wer sich entscheidet, über psychisches Leid und seelische Gesundheit zu sprechen, dem muss auch klar

sein, welche Verantwortung er damit trägt. Er darf mit seiner Arbeit natürlich Geld verdienen, denn gute, zugeschnittene Aufklärung und das Mindern von Diskriminierung kostet Zeit, Energie und fordert kreative Ideen. Aber es darf dabei nie aus dem Blick geraten, worum es wirklich geht.

Cathy Hummels hat da jetzt eine Grenze überschritten. Sie bewirbt nicht nur ihr Buch, indem sie in TV und Radio zum Thema psychische Gesundheit spricht. Seit wenigen Wochen gibt sie ihr Gesicht auch für ein Start-up aus Augsburg her, sie wird sogar als „Co-Founder“ vorgestellt. Die Geschäftsidee: ein Getränk namens „Hye“ – ein Wasser, mit Wirkstoffen versetzt, die entspannen und die Stimmung aufhellen sollen.

Es zu konsumieren soll zum „Mental Wellbeing“ beitragen. Auf der Flasche steht „Mind & Mood“. In sozialen Medien und auf der Website gebraucht Hye die Begriffe „Think Dich glücklich“ oder „Happy Drink“.

Bei der Suche danach, was genau in diesem Drink eigentlich so happy macht, findet man auf der Website Antworten. Dort dreht sich alles um das Nootropikum L-Tyrosin und das Adaptogen Ashwaganda. Man kann zum Beispiel lesen: „Ashwaganda wirkt angstlösend, immunmodulierend, antioxidativ, entzündungshemmend und hat eine hohe Anti-Stress-Wirkung.“ Das könnten Gesundheitsversprechen sein, die nach der EU-Health-Claims-Verordnung zugelassen sein müssten, um damit für Produkte zu werben. Diese Zulassung liegt aber etwa für Ashwaganda nicht vor, was Wiebke Franz von der Verbraucherzentrale Hessen sowie das Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit gegenüber der F.A.S. bestätigen. Das Bundesamt fügt hinzu, ihm sei nicht bekannt, dass die für Ashwaganda genannten Wirkungen in lebensmittelüblicher Dosierung wissenschaftlich belegt sind. Spricht man Andre Klan, CEO von Hye, darauf an, heißt es: „Wir vermitteln kein Wirkungsversprechen.“

Ganz offensiv, und das muss man an dieser Stelle fairerweise sagen, stellt Hummels keinen konkreten Bezug zwischen dem Konsum von Hye und der Verbesserung einer depressiven Erkrankung her. Auch der Hersteller Hye betont, dass es keine „thematische Verbindung“ zwischen Hummels' früherer Erkrankung und dem Getränk gebe. Die 33-Jährige selbst ließ eine Anfrage unbeantwortet.

Aber für ihre Follower und für Menschen mit gedrückter Stimmung und depressiven Symptomen ist diese Verbindung mehr als naheliegend. Zumal ein erheblicher Anteil ihrer Follower Teenager und junge Erwachsene sein dürften, die nicht immer in der Lage sind, zwischen ehrlichen Gedanken und werbenden Botschaften ihres Idols zu unterscheiden – das betont gut gelaunt mit ihnen kommuniziert, sich für mentale Gesundheit einsetzt und gleichzeitig zum Abendessen ein Getränk, das mentales Wohlbefinden ver-

der Glückseligen. Das ist eine andere Belastung als die, die wir in Kliniken in NRW oder Bayern gesehen haben.

Seit dieser Woche ist Karl Lauterbach neuer Gesundheitsminister. Was halten Sie von dieser Entscheidung? Es steht mir nicht zu, politische Entscheidungen zu kommentieren, aber was ich sagen kann: Herr Lauterbach lag in der Pandemie mit vielen seiner Aussagen richtig.

Sie stammen aus Sachsen. Können Sie erklären, was dort los ist?

Zunächst: Ich glaube, „die Sachsen“ gibt es nicht. Ich habe viel Verwandtschaft dort, die sind alle geimpft. Das ist ein regionales Gesellschaftsphänomen, das viel mit Information und Desinformation zu tun hat. Jeder Mensch hat das Recht zur Unvernunft, muss aber am Ende auch mit den Konsequenzen leben. Und die heißen: schwere Erkrankungen, möglicherweise Intensivaufenthalt mit Beatmung. Das kann man in Sachsen genauso wie in Schleswig-Holstein vermeiden, indem man sich impfen lässt. Schleswig-Holstein ist übrigens das Flächenland mit der besten Impfquote. Schleswig-Holsteiner haben verstanden, dass die Impfung der beste Weg aus der Pandemie ist.

Wenn Sie nach einer Schicht die Intensivstation verlassen: Können Ihnen dann die Diskussionen um Weihnachtsmärkte und Zuschauer beim Fußball irreal vor?

Ich stelle mir schon Fragen, die wir uns auch als Gesellschaft stellen sollten: Braucht man in Zeiten mit den höchsten Inzidenzwerten wirklich Weihnachtsmärkte? Geht es um Weihnachtsstimmung, geht es um Konsum? Keiner will mehr in den Lockdown, aber Dinge, die vermeidbar sind, sollten unterbunden werden. Auch meine Kinder wollen gerne Karussell fahren, aber sollten wir nicht noch ein Jahr auf Weihnachtsmärkte verzichten, damit es weniger Tote durch die Coronapandemie gibt? Damit wir unser normales Leben als Familien, in der Schule, bei der Arbeit im kommenden Jahr wieder so aufnehmen können, wie wir es gewohnt waren.

Der Scheitel der vierten Welle wird etwa zu Weihnachten erreicht, also circa in zwei Wochen. Wie sind die Prognosen bei Ihnen: Wie viele Covid-19-Patienten werden die Weihnachtsfeiertage auf Ihrer Station verbringen?

Das ist schwer vorzusagen. Die Anzahl an Intensivpatienten ist statistisch erreichbar. Ich denke, dass wir über das „Kleeblatt“ noch mehr Patienten aus Hochinzidenzgebieten bekommen werden. Wir sind darauf vorbereitet, dass der Winter wieder komplett im Zeichen der Pandemie stehen wird.

Wo werden Sie an den Weihnachtsfeiertagen sein?

Ich werde arbeiten.

Die Fragen stellte Eva Schläfer.

spricht, ins Glas schüttet. Oder das Hye in die *goodie bags* steckt, die Besucher nach einer WiesnWiesn-Veranstaltung mit nach Hause nehmen dürfen.

Am 12. November in Berlin postete Hummels auf Instagram ein Foto von sich mit einer rosafarbenen Flasche Hye. Dazu schrieb sie: „Mir persönlich helfen die Getränke in stressigen Situationen.“ Zwei Stunden später sah man sie bei ihrer Spendenveranstaltung, was sie unter anderem kommentierte mit: „Die seelische Gesundheit ist unsere Vision und wir wollen Depressionen ein Gesicht geben.“ Sechs Flaschen Hye kosten 17,94 Euro. Noch ist das Getränk nur online zu bestellen. Vor einigen Tagen verkündete Hummels, dass Hye nun für einen Getränke-Award nominiert sei.

Eine solche Verschmelzung verschiedener Botschaften kann gefährden, was bei der Aufklärung zu psychischem Leid schon erreicht wurde. Es trägt nicht dazu bei, dass endlich verstanden wird: Eine Depression zu haben heißt nicht, einfach mit dem falschen Bein aufgestanden zu sein, einen schlechten Tag zu haben oder eine stressige Phase zu bewältigen. Eine Depression ist eine ernst zu nehmende, behandlungsbedürftige Erkrankung, die das Leben der Betroffenen aus der Bahn werfen und schwerwiegende Folgen haben kann. Ein Getränk in schillernden Farben hilft in keinem Fall da heraus.

LEIB & SEELE  
IM PODCAST



In dieser Woche geht es im Gesundheitspodcast um das Thema unerfüllter Kinderwunsch. Sie finden die aktuelle Ausgabe unter: [www.faz.net/podcasts/f-a-z-gesundheit-der-podcast/](http://www.faz.net/podcasts/f-a-z-gesundheit-der-podcast/).