

Der Heuschnupfen aus psychosomatischer Sicht

Sich durch Jagen fit halten, das Revier verteidigen und die Sippe durch Wehrhaftigkeit beschützen – das waren die Mannesaufgaben. Bei kleinen Jungen kann man beobachten, dass sie in ihren Handlungen noch nicht zwischen gut und böse unterscheiden, wenn sie Mitschüler treten. Dies lernen sie durch Eltern und Erzieher, die Repräsentanten des Über-Ich. Wird dieses Über-Ich im Erwachsenenalter übermäßig groß, dann haben wir es mit einem Menschen zu tun, der seine Wut und seinen Zorn in allen Situationen unterdrückt. Dieses Ablehnen des männlichen Ur-Prinzips geht eine Weile gut, aber auf die Dauer ist mit einer Somatisierung zu rechnen. Der Körper übersetzt nicht gelebte Aggression und Wut und lässt sie zum Beispiel als wütende Entzündung an den Nasennebenhöhlen aufführen – wie auf einer Ersatzbühne. Die Psychologie nennt diese extreme Art von Kulturschranke *Aggressionsretention*.

Seit einigen Jahren gibt es Bücher mit Untertiteln wie „Warum Nett-sein uns nicht weiter bringt“. Die Autoren haben einen Trend erkannt und versuchen uns zu vermitteln, dass wir ein Stück weit lernen sollten, nicht nur das Böse in unseren Rivalen zu verfluchen, sondern es auch ein Stück weit als Strategie selbst zu benutzen. Zu allen Zeiten gab es männliche mythologische Figuren, die das Männliche in einer rohen Art und Weise auslebten.

Piraten, Banditen und Gangster fackeln nicht lange. Sie nehmen sich, was sie wollen. Piraten benutzten ihre Säbel selbstbewusst im zweifachen Sinne. Dieses Verhalten nennen Frauen, die es bewundern, „straight“. **Es sind Männer, die in berühmt-berüchtigter Weise ihre dunkle Seite leben, ohne jede Hemmung** (damit wäre die Eingangsfrage beantwortet!). Können im Körper Adrenalin und Testosteron nicht nur fließen, sondern durch Aktion schnell abgebaut werden, so kommt es auch zu keiner Somatisierung.

Anders sieht es aus, wenn natürliche Aggression (ich meine keinesfalls Gewalt!), die sich nun einmal in unserem Alltag immer wieder ergibt, in den Schatten gestürzt ist. Dann übersetzt der Körper das Verleugnete als *Entzündung* oder *Allergie*. Als Beispiel soll die Schuppenflechte dienen. Durch die meist gut sichtbare Hauterkrankung vermittelt der Patient seiner Umgebung: „Ihr seid schuld an meiner Krankheit, denn ihr habt mich immer nur verletzt“. Damit weist sich der Patient als Opfer aus, das nicht handeln und sich nicht wehren kann. Vielleicht sollte sich dieser Patient das Plastikschwert seines kleinen Sohnes aus dem Schrank entleihen und ein wenig üben?

Bei der atopischen Dermatitis und dem Heuschnupfen (Rhinitis allergica) haben wir es mit einem Sonderfall innerhalb des Aggressionsthemas zu tun. Diese Patienten haben nicht nur Aggression (für sich und andere) zur Sünde erklärt, sondern reagieren zusätzlich sehr störrisch gegenüber kleinsten Partikeln aus der Umwelt. Die Ursachen sind wiederum sehr vielfältig. Die Erfahrung zeigt jedoch, dass wir es häufig mit Menschen zu tun haben, die auf der positiven Seite sehr ordentlich und detailgenau arbeiten und leben, aber dabei auch ständig befürchten, die Übersicht zu verlieren.