

## Arsenicum: Frühjahrmüde

Meine Patientinnen und Patienten bestehen darauf, unter Frühjahrs- müdigkeit zu leiden. Die ersten Symptome treten bereits am 2. Januar auf, die letzten gehen nahtlos über in die Sommerschlapheit. Einerseits ist die Frühjahrs- müdigkeit etwas sehr Entlastendes und Be- quemes für den diagnostikfaulen Hausarzt, denn die Patienten nehmen freundlich achselzuckend alles hin, was sie in dieser Jahreszeit plagt, und machen weder ihrem Doktor noch den höheren Mächten einen Vorwurf. Die grössten Hypo- chonder lächeln angstfrei, wenn bei ihnen 38 °C Temperatur oder ein Blutdruck von 200/100 mmHg ge- messen wird. Ob ein erhöhtes PSA, eine Eisenmangelanämie, die Pro- dromi eines grippalen Infekts oder eine Depression – alles wird unter dem Titel Frühjahrs- müdigkeit ab- gehakt. Andererseits ist die Früh- jahrs- müdigkeit aber etwas sehr Lästiges für den pädagogisch ver- anlagten, der Wissenschaft vertrau- enden Hausarzt, der zudem seine Patienten ungerne arbeitsunfähig schreibt. Es gibt sie nämlich nicht – wenn man die wissenschaftliche Evidenz anschaut. Alle Serotonin- und Melatonintheorien halten kei- ner Prüfung stand. Aber erklären Sie das bitte mal Ihren Patientinnen und Patienten, die seit mehr als 20 Jahren jedes Jahr unter Früh- jahrs- müdigkeit leiden! Ich tue es – seit mehr als 20 Jahren – ohne jeg- lichen Erfolg. Mit zusammenge- pressten Lippen, die nur durch ein vermehrtes Gähnen entspannt wer-

den, hören die Patientinnen und Pa- tienten wenig aufmerksam zu, wenn ich erläutere, dass es keiner- lei Belege für die Existenz der Früh- jahrs- müdigkeit gibt. Aus müden Augen schauen sie mich an, sehen aber nicht, wie klar die Argumente sind, die gegen dieses Syndrom sprechen. Und dann kontern sie mit dem Killerargument: «Ich hab sie aber!» Und nicht nur sie, sondern die Bürokollegen, die Verwandten, Bekannten, Freunde und Nachbarn leiden auch darunter. Trotz Frühjahr werde ich nicht müde, gegen dieses Phantom anzupredigen – man ver- zeihe mir dieses religiöse Verb, aber mich packt ein heiliger Eifer, und ich rede sozusagen in Zungen. Doch meine Botschaft trifft nur auf taube Ohren. Auch meine Versuche, über das Steigen der Säfte zu scherzen und auf den Wonnemonat zu pochen, waren erfolglos. Meine Patientin- nen und Patienten wollte ich für das pralle Leben in der Natur sensibi- lisieren, das allgemeine Treiben, Knospen, Blühen, Balzen um sie herum – doch es ist ihnen egal. Sie sind frühjahrs- müde. Mögen die Kreaturen um sie herum noch so sehr mit Sex beschäftigt sein – sie interessieren sich für nichts und niemanden ausser der eigenen Schlapheit. Wach werden sie al- lenfalls, wenn ich sie nicht arbeits- unfähig schreibe. Mein unbarm- herziges «Nein!» löst dann die Bitte nach Therapie aus. Das Heublum- menbad in der eigenen Badewanne reicht nicht aus. Da müssen stär- kere Roboranzien eingesetzt wer-

den. Vitamine. Extrakte aus Gingko oder anderen mehr oder weniger exotischen Pflanzen. Vermutlich wäre es sinnvoller, dem/der Part- ner/Partnerin einen Blumenstrauss mitzubringen, als Phytotherapeu- tisches zu schlucken, aber das fällt ihnen nicht ein. Sie wollen eine Kur verschrieben haben. Massage. Wickel. Irgendwann bin ich es dann müde – völlig jahreszeitenunabhän- gig – und verweise sie an unseren exzellenten Apotheker, der ein gros- ses Drogeriesortiment hat. Damit mache ich ihn, meine Patientinnen und Patienten und die Wirtschaft glücklich. Aus seinem Dorado voller Brennesselentschlackungstees, Heilerdemasken, Saftkuren, Vitamin- kombinationen, Seesandpeelings und Duftkerzen kommen meine Patientinnen und Patienten nach längerer Beratung mit prall gefül- lten Taschen hervor – und schon geht es ihnen besser. Sie schlucken, salben, baden und können so ver- meiden, sich gesund zu ernähren und für mehr Bewegung zu sorgen. Denn das wäre nicht gut bei ihrer Frühjahrs- müdigkeit – die könnte ja besser werden oder gar verschwin- den. Bei einem ausgedehnten Spa- ziergang während der Kirschblüte treffe ich den Apotheker, ein Veil- chen im Revers, einen grossen Korb mit frisch gepflücktem Bärlauch am Arm. «Gegen Frühjahrs- müdig- keit?», frage ich. «Der Spaziergang, ja!», meint er lachend. «Aber das Zeug hier schmeckt einfach nur gut, als Pesto zu Pasta!»

