Dr. Mertcan Usluer, was ist Gesundheit?

Dr. Mertcan Usluer was bedeutet Gesundsein für Sie?

Gesund sein heißt für mich nicht nur frei von Krankheit zu sein, sondern ein Leben führen zu können, in dem Körper, Psyche und Umfeld in Balance sind. Gesundheit ist auch politisch: Wer arm ist, rassistisch diskriminiert wird oder in patriarchalen Strukturen lebt, hat ein höheres Risiko krank zu werden.

Interviewreihe “Was ist Gesundheit”

In unserer Reihe erzählen jeden Monat Menschen, wie sie Gesundheit erleben – und was sich ändern muss, damit Gesundheitsversorgung für alle gerecht und wirksam ist. Durch das Zuhören von unterschiedlichen, marginalisierten Perspektiven hoffen wir auf eine Antwort zu “Was ist Gesundheit?”

Was bedeutet Gesundheit in Ihrem Arbeitsalltag?

Als Arzt in der Gynäkologie heißt Gesundheit für mich, Patient:innen zuzuhören, ihre Beschwerden ernst zu nehmen und ihnen den Raum zu geben, ihre eigene Geschichte zu erzählen. Gesundheit bedeutet auch, Ungleichheiten sichtbar zu machen – und nicht nur Symptome, sondern auch Strukturen zu behandeln. Gesundheit ist ein Menschenrecht.

Wie hindern Rassismus und Diskriminierung diese Gesundheit zu erlangen?

Rassismus macht krank, das haben Studien bewiesen. Wenn ich täglich Mikroagressoren und chronischen Stress durch Diskriminierung erlebe, nagt das an Körper und Psyche, es zieht Kraft. Diese Energie fehlt, um gesund zu bleiben. Diskriminierung frisst Ressourcen, die eigentlich für Heilung und Wohlbefinden da sein sollten. Außerdem bestehen noch heute rassistische Kontinuitäten in unseren medizinischen Vorlesungen, Leitlinien, und im Zugang zur Gesundheitsversorgung, sodass es diskriminierten Menschen erschwert wird Gesundheit zu erlangen.

Was wünschen Sie sich vom Gesundheitssystem?

Ein System, das nicht nur Krankheiten verwaltet, sondern Menschen stärkt. In dem soziale Herkunft, Geschlecht, Hautfarbe oder Pass nicht darüber entscheiden, welche Versorgung jemand bekommt. Ich wünsche mir mehr Zeit und Empathie, weniger Bürokratie und ein Gesundheitssystem, das Menschen nicht nach Profit, sondern nach Würde behandelt.

Ergibt sich daraus eine Forderung?

Ja: Wir brauchen eine diskriminierungssensible Ausbildung für alle Gesundheitsberufe, verbindliche Antidiskriminierungsstellen in Krankenhäusern und eine Finanzierung, die nicht nach „lohnt sich“ fragt, sondern nach „hilft das“. Gesundheit ist ein Menschenrecht, kein Marktprodukt.

Was tun Sie im Alltag für Ihre Gesundheit?

Ich versuche Grenzen zu setzen – auch wenn's schwerfällt - und auf mich zu achten. Sport hilft mir, mein Kopfkarussell anzuhalten. Oder etwa zur Therapie zu gehen war einer der besten Entscheidungen meines Lebens. Aber auch meine Mitmenschen und gemeinsame Erlebnisse stärken mein Wohlbefinden und meine Gesundheit.

Was ist Ihr Gesundheitstipp?

Therapie normalisieren! Wenn du dir das Kreuzband reißt, gehst du zum Orthopäden. Wenn du seelische Narben hast, such dir genauso Hilfe. Das ist kein Makel, sondern Care-Arbeit für dich selbst. Und sprich über Gesundheit und deinen Körper. Erst wenn wir verstehen wie unser Körper funktioniert und wie wir ihn empfinden können wir erkennen wenn etwas krank wird.

Wollen Sie noch etwas los werden?

Gesundheit darf nicht länger ein Privileg sein. Wir müssen über Macht, Kapitalismus und Diskriminierung reden und endlich die Augen öffnen – sonst bleiben all die Gesundheitsratschläge reine Kosmetik.

Dr. Mertcan Usluer ist Arzt in der Gynäkologie und der Aufklärer hinter @gynaekollege. Er verbindet Medizin mit Aktivismus und Humor, um patriarchale, rassistische und kapitalistische Strukturen im Gesundheitssystem sichtbar zu machen – und Betroffene mit Wissen zu empowern.

© Sascha Swierez

Was bedeutet Gesundheit für dich?

Ein Format des Projektes "Rassismus im Gesundheitswesen"
der Stiftung für die Internationalen Wochen gegen Rassismus
www.stiftung-gegen-rassismus.de/RassismusImGesundheitswesen

STIFTUNG für die Internationalen Wochen GEGEN RASSISMUS

gefördert von:
Deutsche Fernsehlotterie