

## 10 Fragen an ...

### ... Dr. Sabine Vollstedt



*Dr. Sabine Vollstedt ist seit 2017 Referentin bei den berliner fortbildungen und betreut die beiden Blockkursreihen zur Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Aufgrund eines Aufenthalts und Studiums der Veterinärakupunktur in Beijing, China, spricht sie die chinesische Sprache fließend und bringt den Teilnehmenden in ihren Kursen mit großem fachlichen Wissen und Enthusiasmus die Philosophie der TCM und in kleinen Exkursen die chinesischen Schriftzeichen und die Aussprache der Fachbegriffe näher.*

**1** Liebe Frau Dr. Vollstedt, liebe Sabine, wir sind seit langer Zeit beim Du, deswegen möchte ich es in diesem Interview auch gern dabei belassen. Du hast in Leipzig Tiermedizin studiert und bist während des Studiums für ein Jahr nach China gezogen, um dort Veterinär-Akupunktur an der Landwirtschaftlichen Universität von Beijing zu erlernen. Wie bist Du auf diese außergewöhnliche Idee gekommen?

Als ich mit dem Tiermedizinstudium begann, wollte ich gerne etwas machen, das mich von all den anderen Tierärzten absetzte. Da ich seit meinem 12. Lebensjahr Kung-Fu trainiert hatte und mich auch mit dem taoistischen und buddhistischen Gedankengut auseinander gesetzt hatte, war mir die TCM schon relativ nah. Ich wollte etwas machen, das die Schulmedizin ergänzen konnte und entschied mich dementsprechend, nach China zu gehen, um dort die TCM zu lernen.

**2** Welche Eindrücke und welche Begegnungen sind Dir aus China in Erinnerung geblieben und beeinflussen Dich bis heute in Deiner Arbeit aber auch in Deinem Privatleben? Warst Du seitdem einmal wieder in China und hast Du noch Kontakt zu ehemaligen Studienkolleginnen und -kollegen?

Zunächst einmal war es für mich eine der schönsten Zeiten überhaupt. Es war ein so anderes Leben. Ich wohnte mit einer Koreanerin in einem Zimmer zusammen, lernte und arbeitete von früh morgens bis spät abends. Dabei war es aber wie ein Abenteuer, da ich mich immer wieder neuen Situationen stellen musste. Ich wusste, dass ich mich ganz auf diese Kultur einlassen musste, um sie vollständig zu verstehen und von daher war ich froh, dass meine Zimmergenossin nur Chinesisch mit mir gesprochen hat. Ich habe in der Zeit auch Kung-Fu mit einem Meister trainiert, der mich so geschunden hatte, dass meine T-Shirts tropfnass nach dem Training an der Wäscheleine hingen. Ich habe in der Uniklinik mitgearbeitet, habe mit den Tierärzten zusammen

gekocht, gegessen und gefeiert. In der Zeit habe ich nur wenig Kontakt mit anderen Ausländern gehabt, weil es schon eine Barriere gegeben hat zwischen Chinesen und Ausländern und diese wollte ich nicht hochkommen lassen. Ich habe mich mit Absicht in Situationen begeben, die schwierig zu lösen waren, damit ich dazulernte, wie z.B. alleine in Urlaub fahren während der Ferien, um zu gucken, ob ich mich zurecht finde. Ich habe gelernt, in Zeichen zu schreiben und zu denken, habe die Grundlagen der TCM kennen gelernt und festgestellt, dass es sich einfach nur um eine andere Blickweise auf genau die gleichen Grundlagen wie in der Physiologie handelt, aber dass diese Blickweisen auch weiter gefasst werden können. Mit anderen Worten, diese gesamte Zeit hat mein Leben massiv bis heute beeinflusst.

Ja, ich war zwischendurch noch einmal da und war schockiert von den Veränderungen. Die Luftverschmutzung war fast unerträglich, ganze Stadtteile waren völlig verändert und es ist furchtbar modern geworden. Ich habe nach wie vor leichten Kontakt mit einem der Tierärzte, mit dem ich zusammen gearbeitet habe. Er ist inzwischen aber auch in die USA ausgewandert.

**3** Nach Deinem Aufenthalt in Beijing hast Du in Leipzig Dein Studium beendet und die Approbation erhalten und bist dann zunächst als PhD-Student und später als wissenschaftliche Mitarbeiterin nach Zürich an das Institut für Virologie der veterinärmedizinischen Fakultät gegangen. Was fasziniert Dich an der Virologie bzw. Immunologie?

Seit meiner ersten Vorlesung hat es mich fasziniert, wie sich das Immunsystem auf die unterschiedlichsten Pathogene einstellen kann, als ob es eine eigene Intelligenz besäße. Die regulatorischen Mechanismen waren so ausgeklügelt und effizient und letztendlich war es eine der Grundlagen für Gesundheit. Als ich aus China zurückkam und ich mich intensiver mit dem Immunsystem zu beschäftigen begann, wurde es deutlich, dass sich sehr viele TCM-Prinzipien im

Immunsystem wiederfanden, wie z.B. die Th1- und Th2-Antwort im System des Yin und Yang. Das half mir, vieles besser zu verstehen oder auch nach fehlenden Komponenten zu suchen und teilweise zu finden, was mir sehr half, da ich ja wissenschaftlich tätig war.

Ich mag gerne Dinge verstehen, Zusammenhänge erkennen und Erklärungen finden, so dass sich am Ende ein ganzes Bild ergibt. Daher ist die Immunologie ein Gebiet, das mich bis heute fasziniert.



**4** Einen weiteren Auslandsaufenthalt als wissenschaftliche Mitarbeiterin hattest Du dann von 2005 – 2007 an der Universität von Tokio in der Abteilung Immunologie, bevor Du Dich 2007 in Deutschland als Tierärztin niedergelassen hast. Warum hast Du Deine wissenschaftliche Karriere nicht weiter verfolgt und Dich für eine Niederlassung entschieden?

Um heutzutage wissenschaftlich richtig erfolgreich zu sein, muss man sich sehr auf einen Forschungspunkt fokussieren, um ihn dann von allen Seiten zu beleuchten. Das geht soweit, dass dieser wissenschaftliche Fokus als der wichtigste überhaupt angesehen werden muss. Das war mir immer etwas zu einseitig. Ich mag es, die Dinge im Kleinen

zu erkennen, um dann das große Bild zu sehen. Diese Freiheit hätte ich aber in der Wissenschaft nicht gehabt und daher war mir klar, dass es nicht der Bereich ist, in dem ich optimal arbeiten kann.

**5** Als Wissenschaftlerin, der evidenzbasierte Forschung wichtig ist und als Praktikerin, die ihren Schwerpunkt auf die Traditionelle Chinesische Medizin gelegt hat, verfolgst Du die sehr kontrovers geführte Diskussion um den Einsatz von Homöopathie, Biologischer Tiermedizin aber auch TCM sicher mit großem Interesse. Was entgegnest Du Skeptikern, die die ganzheitliche Medizin aufgrund fehlender wissenschaftlicher Daten für Humbug und Geldschneiderei halten?

Zunächst einmal muss ich gestehen, dass ich selber sehr, sehr kritisch bin. Dadurch bin ich auch immer in den wissenschaftlichen Publikationen unterwegs und gucke genau, was tatsächlich evidenzbasiert ist und was nicht. Da komme ich dann ganz schnell auch an die konventionelle Tiermedizin, also die Schulmedizin, die vieles einsetzt, obwohl es da keine wissenschaftlichen Beweise für gibt. Da ich aus der Grundlagenmedizin komme und streng wissenschaftlich geschult bin, muss ich ab und zu lachen, wenn ein Tiermediziner die fehlende Evidenz bei der TCM mokiert, wobei er selber fast ähnlich arbeitet. Inzwischen gibt es sogar im Bereich der Akupunktur und auch der Chinesischen Kräuter sehr viele wissenschaftlichen Arbeiten mit genialen Erklärungen und von daher fühle ich mich in der TCM relativ wohl.

Auch habe ich sozusagen zwei Persönlichkeiten. Wenn ich mein wissenschaftliches Käppi aufsetze, bin ich sehr streng und übe Kritik an allen, was nicht sauber wissenschaftlich belegt werden kann. Wenn ich aber mein Praktiker-Käppi aufsetze, dann muss man wissen, dass eine Therapie aus mehr als nur einem Medikament besteht. Besonders heute muss auch viel beraten werden, um überhaupt einen Behandlungserfolg zu erzielen und das gilt in der TCM genauso wie in der Schulmedizin.





**6** Du engagierst Dich in verschiedenen Netzwerken für die Ganzheitliche Tiermedizin und hältst Vorträge auf Tagungen zum Thema TCM z.B. bei der DVG und der GGTM. Was bedeutet Dir die Zusammenarbeit mit den Kolleginnen und Kollegen in diesen Netzwerken, was möchtest Du mit Deinem Engagement bewirken? Könnt Ihr noch Mitstreiter gebrauchen und welche Voraussetzungen müssen Interessenten mitbringen, um diesen Netzwerken beizutreten?

Ich bin in diesen Kreisen immer die Wissenschaftlerin, die kritisch alles hinterfragt. Denn auch wenn ich der Meinung bin, dass es mehr als Schulmedizin gibt, so stelle ich immer alles auf eine gute Basis der Medizin. Es braucht immer eine gute Diagnostik und eine klare Struktur für eine Behandlung. Es ist wichtig, offen zu bleiben, ohne völlig abzuheben.

Auf jeden Fall können wir noch Unterstützung gebrauchen, vor allem von aktiven Tierärzten, die bereit sind, sich weiterzubilden, um neues Wissen zu erlangen. Aber die ebenfalls

kritisch bleiben, die vielleicht auch gerne mal eine oder mehrere wissenschaftliche Publikationen durcharbeiten, um Zusammenhänge zu erkennen. Am wichtigsten dabei ist aber, der Spaß am Lernen und Behandeln, die Offenheit, sich Neuem zu stellen und der Austausch mit Kollegen.

**7** Als Mutter von zwei Kindern, selbständige Tierärztin in eigener Pferde-Fahrpraxis, Referentin mit zahlreichen Seminar-Einsätzen im Jahr und berufspolitisch engagierter Mensch hast Du viele Verpflichtungen und Termine unter einen Hut zu bringen. Wie schaffst Du es, Arbeit und Familie zu vereinbaren und allen Parteien gerecht zu werden?

Ich baue mir immer bewusst Zeiten ein, in denen ich frei habe. Das ist etwas, das ich schmerzlich lernen musste, weil ich schon zweimal aus Überarbeitung im Krankenhaus gelandet bin. Da ich ein hoch-organisierter Mensch bin (böse Zungen behaupten, es wäre schon pathologisch) kann ich sehr gut planen und bin rigoros geworden, in den Zeiten, die mir gehören.





## 8 Was motiviert Dich als Referentin, anderen Tierärzten die Traditionelle Chinesische Medizin zu lehren?

Ich sehe meine Berufung darin, die TCM besser zu etablieren. Leider gibt es viele falsche Ansätze im Westen und sie wird oft ganz falsch verstanden, da viele Übersetzungen nicht richtig sind. Mit der TCM haben wir die Möglichkeit, unsere Schulmedizin zu bereichern und Grenzen zu erweitern. Dort, wo die Schulmedizin kein Werkzeug mehr besitzt, geht es besonders gut mit der TCM. Andererseits gibt es auch Grenzen in der TCM und diese sind gut durch die Schulmedizin zu ergänzen. Je mehr Wissen wir haben, desto besser und definierter können wir behandeln und durch das Erlernen der TCM wird unser Behandlungsspektrum reicher.

## 9 Welche Musik hörst Du in Deinem Praxiswagen, wenn Du von einem Termin zum nächsten fährst und singst Du bei einem guten Song und guter Laune laut mit?

Tendenziell Hardrock und Heavy Metal und ich mag die Musik der 80er Jahre. Vor Corona bin ich auch einmal die Woche in einen Chor gegangen und bei bekannten Liedern singe ich auch gerne mit. Allerdings bin ich ein lupenreiner Sopran und von daher sing ich bei diesen Liedern fast nie die Hauptstimme.

## 10 Wie entspannst Du nach einem anstrengenden Praxistag am besten?

Indem ich mich an die Weide meiner Pferde setze und über die Grünflächen zum Wald schaue, um dann die Pferde, Rehe, Hasen und Bussarde zu beobachten.

Liebe Sabine, vielen Dank für dieses interessante Gespräch.