

# TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

## Was kann die Traditionelle Chinesische Medizin?

### Einige Anwendungsbeispiele

### Die Behandlung

### Geschichte

### Grundlagen

## Was kann die Traditionelle Chinesische Medizin?

Die TCM ist ein ganzheitliches medizinisches Konzept zur Gesunderhaltung, zur Wiederherstellung von Gesundheit und zur Linderung von Leiden. Indikationen für die Behandlung mit Akupunktur gibt es z. B. von der Weltgesundheitsorganisation WHO und von dem Consensus Panel des National Institutes of Health NIH.

Domänen der TCM sind heutzutage bei uns die Behandlung von chronischen Krankheiten, auch begleitend zur schulmedizinischen Behandlung, sowie die allgemeine Schmerzbehandlung, die begleitende Behandlung bei Suchtentzug, die Behandlungen in der Gynäkologie und bei sexuellen Störungen.

Das ursprüngliche Ziel der TCM ist jedoch, es gar nicht erst zu Krankheitserscheinungen kommen zu lassen: im alten China wurden Ärzte nur so lange bezahlt, wie diejenigen, die ihnen ihre Gesundheit anvertraut hatten, nicht erkrankten. Dies wurde erreicht durch entsprechende Ernährungs- und Bewegungskonzepte, sowie durch manuelle Therapien, um Verspannungen und Schmerzen vorzubeugen.

### Einige Anwendungsbeispiele

Akne, Allergische Erkrankungen, Alkoholismus, Anästhesie bei kleineren Eingriffen wie Zahnbehandlung, Arthritis, Arthrose, Asthma, Augenerkrankungen, Bettnässen, Bindehautentzündung, Blasenleiden, Bluthochdruck, Bronchitis, Chemotherapie-Nachbehandlung, Colitis ulcerosa, Depression, Durchfall, Epilepsie, Essstörungen, Gallensteine, Gastrointestinale Störungen, Geburtsvorbereitung, Genitalausfluss, Haarausfall, Halswirbelsäulenschmerzen, Hauterkrankungen, Heuschnupfen, Hüftschmerzen, HWS-Syndrom, Infekte, Impotenz, Ischialgie, Karpaltunnelsyndrom, Kieferschmerzen, klimakterischen Beschwerden, Knieschmerzen, Kopfschmerzen, Lumbalsyndrom, Magenschleimhautentzündung, Magenschmerzen, Manie, Menstruationsstörungen, Migräne, Morbus Crohn, Narbenentstörung, Nasennebenhöhlenentzündung, Neurodermitis, Nikotinabhängigkeit, Prostatabeschwerden, Raucherentwöhnung, Rheumatische Beschwerden, Rückenschmerzen, Schlafstörungen, Schlaganfall-Vorbeugung und Nachbehandlung, Schluckauf, SCHMERZTHERAPIE, Schulter-Arm-Schmerzen, Schwangerschaftsbeschwerden, Sehnenscheidenentzündung, Sinusitis, Suchterkrankungen, Tennisarm, Tinnitus, Trigemineuralgie, Übergewicht, Unfruchtbarkeit, Verspannung, Verstopfung, Zahnfleischentzündungen, Zahnschmerzen.

### Die Behandlung

Durch Befragung, Betrachtung und ein ausgeklügeltes System von Zungen- und Pulsdiagnose entsteht ein Bild von der energetischen Verstimmung der Funktionskreise. Dementsprechend werden Punkte gewählt, über die mittels Akupunktur, Moxibustion, Schröpfköpfe und Daumendruck die energetische Distonie harmonisiert werden kann. Zusätzlich werden ergänzende Arzneien verschrieben und entsprechende Ernährungs- und Bewegungsempfehlungen gegeben. Akupunktur ist die Manipulation von Punkten mittels Nadeln. Verwendet werden sehr feine steril verpackte Einmal-Akupunkturadeln. Der Nadeleinstich wird häufig als feiner kurzer Schmerz empfunden, als Reaktion der Schmerzrezeptoren der Haut. Dann kann ein leichtes dumpf ziehendes Gefühl an dem gestochenen Punkt wahrgenommen werden. Dies wird als Qi-Gefühl bezeichnet. Qi kann, wenn auch nicht ganz hinreichend, mit „Lebenskraft“ übersetzt werden. Das Eintreten des Qi-Gefühls bedeutet, dass Energien in Bewegung kommen. Allerdings kann dieses Gefühl in der Intensität sehr variieren. Mit der fortlaufenden Behandlung wird das zu starke aber auch das zu schwache bzw. nichtvorhandene Qi-Gefühl ausgeglichen.

In akuten Fällen wird täglich genadelt, chronische Krankheiten werden 1-2mal wöchentlich behandelt. Die Nadeln verbleiben ca. 5-30 Minuten im Punkt. Dauernadeln, die bis zu 14 Tage

verweilen, werden z. B. bei der Ohrakupunktur angewandt (z.B. bei der Raucherentwöhnung). Linderung bzw. Heilung tritt, abhängig von dem Krankheitsbild, sofort oder erst nach einigen Sitzungen ein. Bei chronischen Leiden sollte nach ca. 10 Sitzungen eine spürbare Besserung eintreten. Nebenwirkungen oder Folgeerscheinungen sind nicht zu erwarten, sofern die Behandlung sachgemäß durchgeführt wird.

Bei der Moxibustion werden ausgesuchte Punkte durch Hitze von abbrennendem Moxakraut (Beifußkraut, lat. *hb.artemisiae*) behandelt.

Mit Schröpfgläsern kann eine Ausleitung durch verstärkte Durchblutung und Durchwärmung an determinierten Hautarealen erzielt werden.

## Geschichte

Die überlieferten Beobachtungen und Erfahrungen der alten chinesischen Ärzte wurden schon vor ca. 2500 Jahren aufgezeichnet. Auch in unserer Zeit werden aus diesen erkannten Systemen weitere Erkenntnisse hinzu gewonnen.

## Grundlagen

Die philosophischen Hintergründe dieser Medizin sind die Yin-Yang-Theorie, die Theorie der Fünf Wandlungsphasen und die Lehre der Substanzen.

Der Yin-Yang-Theorie zufolge sind alle Dinge in zwei Polaritäten zu teilen, die in Opposition und gleichzeitig in gegenseitiger Abhängigkeit zueinander stehen und zudem einander gegenseitig erzeugen. Zur Veranschaulichung: Helligkeit kann nur wahrgenommen werden, wo es im Kontrast dazu auch Dunkelheit gibt. Weitere Zuordnungsbeispiele:

Yin	Yang
kalt	warm
Nacht	Tag
Ruhe	Bewegung
Erde	Himmel
Norden, Westen	Süden, Osten
unten	oben

Gemäß der Theorie der Fünf Wandlungsphasen lassen sich alle Dinge, Geschehen und Stadien den Qualitäten der Fünf Elemente zuordnen. Einige Beispiele:

Element	Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Jahreszeit	Frühling	Sommer	Hochsommer	Herbst	Winter
Himmelsrichtung	Osten	Süden	Zentrum	Westen	Norden
Phase	Geburt	Wachstum	Vollendung	Ernte	Speicherung
Yin-Organ	<i>Leber</i>	<i>Herz / Perikard</i>	<i>Milz</i>	<i>Lunge</i>	<i>Niere</i>
Yang-Organ	<i>Gallenblase</i>	<i>Dünndarm/ 3-Erwärmer</i>	<i>Magen</i>	<i>Dickdarm</i>	<i>Blase</i>

Im Schema sind die 12 wichtigsten Organe in der chinesischen Medizin aufgezeigt. Jedes wird einem der 5 Elemente zugeordnet, und ist als Yin- oder Yang-Organ klassifizierbar. Sie sind als Funktionskreise zu verstehen. Dem Funktionskreis der Niere sind z.B. die Knochen, das Mark, die Haare, die Ohren und der Wille (als geistige Qualität) zugeordnet.

Untereinander agieren diese Funktionskreise in einem feinen Gleichgewicht.

Ebenso müssen laut der Substanzenlehre die verschiedenen Ausformungen des Qi – das Xue als materielle Form des Qi, die Körperflüssigkeiten Jin-Ye, die Essenz-Jing und der Geist-Shen – in einer ausgewogenen Beziehung zueinander stehen, um Gesundheit zu gewährleisten.

Krankheit entsteht, wenn durch äußere oder innere Einflüsse das harmonische Wechselspiel zwischen den Fünf Elementen, zwischen Yin und Yang oder zwischen den Substanzen gestört wurde.

Die chinesische Medizin zielt darauf ab, unter Anwendung von Akupunktur, Moxibustion, manueller Therapie wie Daumendruck-Massagen, Arzneien auf pflanzlicher, mineralischer und tierischer Basis, durch Ernährungsumstellung und Körperübungen wie Qigong den Einklang dieses Wechselspiels präventiv zu wahren und im Krankheitsfall wieder herzustellen.

Jeder Funktionskreis ist über bestimmte Punkte an unserem Körper beeinflussbar. Verbindet man die Punkte, die einem bestimmten Organ zugeordnet sind, entsteht eine Leitbahn. Diese Leitbahnen verlaufen netzartig durch unseren Organismus.