

Heilkraft aus Fernost

Die Traditionelle Chinesische Medizin – eine Übersicht | Dr. med. Sandra Bürklin

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) basiert auf Erfahrungen und Behandlungen, die sich mindestens 2.000 Jahre in schriftlicher Form zurückverfolgen lassen. Sie wird bis heute als eigenständiges Medizinsystem in China, und zunehmend auch im in der westlichen Medizin angewandt und unterrichtet. Im Gegensatz zur uns bekannten klassischen Schulmedizin ist die TCM eine empirische Medizin, welche den Patienten in seiner Gesamtheit betrachtet und behandelt. Der Artikel gibt eine Übersicht über die Grundprinzipien der TCM, Diagnostik, Therapiemethoden, Ernährung sowie Lebensführung.

Die Diagnose nach den Regeln der TCM wird mithilfe einer ausführlichen TCM-Anamnese, einer vollständigen Untersuchung, der Zungen- und Pulsdiagnose gestellt. Anhand der dann gestellten spezifischen TCM-Diagnose wird ein Behandlungskonzept erstellt, welches je nach Notwendigkeit die Behandlung mit Akupunktur, Pharmakotherapie und Ernährungsberatung einschließt. Zudem werden häufig Hinweise zu einer Verbesserung der Lebensführung gegeben und auch eine Behandlung mit manuellen Therapien, wie zum Beispiel Tuina, sowie das selbstständige Praktizieren von zum Beispiel Taiji oder Qigong durch den Patienten ist hilfreich und gesundheitsförderlich. Eine besondere Bedeutung kommt in der TCM der Gesunderhaltung des Menschen, zusätzlich zur Behandlung von akuten Erkrankungen, zu. In diesem Sinne wurde früher in China ein Arzt als erfolgreich und gut bezeichnet, wenn er keine „kranken“ Patienten hatte.

Chinesische Diagnostik

Die Grundlagen für eine Diagnose nach den Regeln der TCM bilden die Symptome des Patienten, sein äußeres Erscheinungsbild sowie die Zungen- und Pulsdiagnose. Dabei wird schwerpunktmäßig vor allem das aktive Körpergewebe beurteilt. Das schließt die Funktion der inneren Organe und den Zustand der Muskeln und Sehnen ein. Die Befragung der Patienten schließt seine aktuellen Beschwerden und auch zum Bei-

spiel seinen Appetit, seine Verdauung, seinen Schlaf und sein Temperaturempfinden mit ein. Des Weiteren wird auch seinem emotionalen und psychischen Zustand eine große Bedeutung zugesprochen. Das äußere Erscheinungsbild des Patienten wird anhand von bestimmten Kriterien der TCM beurteilt und umfasst sein Erscheinungsbild und auch seinen Geruch, seinen Stimmklang und seine Bewegungen. Die Zunge des Patienten wird als Abbild seines energetischen Zustands angesehen und erlaubt die diagnostische Beurteilung aufgrund der Größe, Form, Farbe und Struktur der Zunge und des Zungenbelags. Da die Zunge im Mund direkt den Beginn des Verdauungstraktes einnimmt, kann sie auch eine Menge über den Zustand der inneren Organe aussagen, da sie mit diesen verbunden ist.

Bei der Pulsdiagnostik ertastet der Arzt an sechs definierten Stellen in jeweils drei definierten Tastniveaus unterschiedliche Pulsqualitäten. Sie geben ihm einen Hinweis auf die Zusammensetzung der Gewebe (Blutgefäße), die nährenden Flüssigkeiten (Blut) und die aktive Energie (Pulsquelle) des Körpers des Patienten. Der uns aus der Schulmedizin bekannten Feststellung der Herzfrequenz wird nur eine sehr marginale Rolle zugeordnet. Grundsätzlich unterscheidet die TCM bis zu 30 unterschiedliche Pulsqualitäten wie zum Beispiel einen „tiefen“ Puls, einen „leeren“, „saitenförmigen“ oder „überfließenden“ Puls. Die Qualitäten des Pulses geben dem Arzt einen Hinweis auf die energetischen Veränderungen im Körper des Patienten.

Zusammenfassend ergeben diese vier diagnostischen Kriterien eine Diagnose der TCM, aus welcher die weitere Behandlung hervorgeht und anhand derer eine Therapiestrategie entwickelt wird. Sie sollte immer mit dem Patienten ausführlich besprochen werden, sowohl was den wahrscheinlichen Umfang der Behandlung, die unterschiedlichen eingesetzten Behandlungsformen als auch die Dauer der Therapie angeht. Der Patient sollte dabei einen Überblick bekommen, wie sich seine Beschwerden aus Sicht der TCM erklären lassen und wie die eingesetzten Therapien sich wahrscheinlich auswirken werden. Grundsätzliche Erklärungsmuster der TCM

schließen die Einteilung der Beschwerden anhand der fünf Wandlungsphasen oder auch der Sechs-Schichten ein und ermöglichen es häufig, Beschwerden bereits in einem Stadium zu erkennen, in dem die Krankheit noch nicht durch technische Verfahren erkannt werden kann.

Therapien

Zu den Therapien der Traditionellen Chinesischen Medizin zählen die Akupunktur und die Wärmebehandlung mit Moxatherapie, die Pharmako-, die Ernährungs- sowie auch die manuellen Therapien wie zum Beispiel Tuina. Ergänzt wird dieses Behandlungskonzept der Fünf-Säulen durch vom Patienten selbstständig durchzuführende Übungen aus dem Qigong oder Taiji. Im Verlauf sollten die Patienten vor allem ihre Lebensführung anpassen und optimieren, um den erzielten Behandlungserfolg und vor allem eine Gesunderhaltung ihres Körpers zu fördern.

Mit diesem Ansatz eignet sich die TCM sowohl hervorragend zur Behandlung von akuten Erkrankungen wie zum Beispiel akuten Rückenschmerzen oder Infektionen, als auch zur Behandlung von chronischen Erkrankungen.

Akupunktur

Die Traditionelle Chinesische Medizin betrachtet den Menschen in seiner Gesamtheit und ihre Behandlungen beruhen vor allem auf einer Wiederherstellung des energetischen Gleichgewichtes des Körpers.

Das energetische Potenzial des Menschen wird als „Qi“ bezeichnet und soll sich im gleichmäßigen Fluss auf definierten Leitbahnen (Meridianen), welche unterhalb der Haut vorhanden sind, befinden sowie die Organe des Körpers versorgen und erhalten. Durch die Behandlung mit Akupunktur wird an verschiedenen, genau definierten Punkten, das Qi und sein Fluss in den Meridianen beeinflusst. Dadurch ist es möglich den Energiefluss im Körper zu harmonisieren, Organe gezielt zu stärken oder überschüssige Energie abzuleiten und pathologische, krankheitsauslösende Faktoren wie zum Beispiel „Wind“, „Kälte“ oder „Hitze“ gemäß der TCM-Diagnose zu eliminieren.

Normalerweise dauert eine Behandlung etwa 25 bis 30 Minuten und es werden mehrere Punkte stimuliert. Für die Behandlung von akuten Erkrankungen werden meist zwischen zwei und zehn Behandlungen benötigt, bei chronischen Erkrankungen können auch mehr Behandlungen nötig und sinnvoll sein.

Die dabei benutzten Akupunkturnadeln sind sehr filigran und haben meistens einen Durchmesser von etwa 0,25 mm im Gegensatz zu zum Beispiel Blutabnahmekanülen. Dadurch ist überwiegend sogar eine Behandlung von Patienten möglich, die eigentlich sehr große Angst „vor Nadeln“ haben. Zudem spüren viele Patienten bereits bei der ersten Behandlung eine positive Wirkung auf ihren Körper und bauen die Behandlung bewusst in ihren Alltag ein, um sich Zeit für sich zu nehmen und etwas Gutes für ihre Gesundheit zu tun.

Pharmakotherapie

In der Traditionellen Chinesischen Medizin stellt die Behandlung mit Pharmakotherapie eine wichtige Basis dar. Hierfür werden vor allem pflanzliche Heilmittel wie zum Beispiel Blüten und Rinden benutzt.

In Deutschland werden die unterschiedlichen Einzelmittel und ihre Zusammensetzungen in speziell auf den Patienten abgestimmten Rezepturen nur über Apotheken abgegeben. Dadurch ist die Qualität und Herkunft der Heilmittel gesichert. Es besteht auch die Möglichkeit der Therapie mit fertig hergestellten Tabletten, welche nach höchsten Qualitätsstandards hergestellt werden und einer ständigen EU-Kontrolle unterliegen.

Die Arzneimittelsicherheit, welche durch den Bezug über Apotheken und die dort vorherrschenden ständigen Qualitätskontrollen gewährleistet werden kann, stellt genauso wie in der Schulmedizin eines der wichtigsten Prinzipien der Therapie dar.

Durch die Behandlung mit chinesischen Arzneimitteln ist es vor allem möglich energetische Mangelzustände im Körper zu beheben, einen gleichmäßigen Fluss von Qi zu gewährleisten und pathogene Faktoren akut und dauerhaft auszuleiten.

Tuina

Die Tuina-Massagetechnik stellt eine der fünf Säulen der Behandlungen nach TCM dar und wird vor allem bei Beschwerden des Bewegungsapparates und zur Behandlung von Kindern eingesetzt.

Ergänzt werden kann die Tuina auch durch andere manuelle Techniken wie zum Beispiel Schaben und Schröpfen. Diese zwei Metho-

den können vor allem angewendet werden, wenn tiefe Stauungen in den Muskel- und Bindegeweben vorhanden sind oder es sich um chronische Verspannungen handelt.

Ernährungsberatung (Diätetik)

In China war man sich schon zu sehr früher Zeit bewusst, dass eine ausgewogene Ernährung eine wichtige Voraussetzung für die Gesundheit ist. Man betrachtete daher Nahrungsmittel als mild wirkende Medikamente und setzte sie gezielt im Alltag ein. Sie können wärmend oder kühlend wirken, stabilisierend und erhaltend oder auch ausleitend sein.

Durch die Verwendung von speziellen Nahrungsmitteln und auch die Vermeidung von nicht förderlichen Lebensmitteln können Sie daher die Wiederherstellung der Gesundheit der Patienten unterstützen und ihr Wohlbefinden steigern und erhalten. Zudem erhalten die Patienten dadurch die großartige Möglichkeit, selbst an der Wiederherstellung und auch Erhaltung ihrer Gesundheit zu arbeiten und sie langfristig gewährleisten zu können.

Zu einer ausführlichen Ernährungsberatung nach den Regeln der TCM gehört somit sowohl die Empfehlung von vorteilhaften Nahrungsmitteln als auch der Hinweis auf die Vermeidung von schädigenden Lebensmitteln. Des Weiteren kommt der Zubereitung der Nahrungsmittel und selbstverständlich auch der Einnahme der Nahrung eine große Bedeutung zu.

Lebensführung

Die Lebensführung hat in China einen sehr hohen Stellenwert und ist zur Erhaltung der Gesundheit in der chinesischen Kultur tief verwurzelt. Die Vermeidung von Krankheiten (die häufig auch tödlich enden konnten) und die Stärkung des Körpers war für die Menschen in der ursprünglichen Zeit das wichtigste Werkzeug um lange zu überleben. Die Menschen führten daher regelmäßig geistige und auch körperliche Maßnahmen wie zum Beispiel Qigong oder Taiji durch und bereiteten auch entsprechend ihres körperlichen und geistigen Zustandes ihre Nahrung zu.

Traten trotz dieser Maßnahmen Beschwerden auf, so wurde umgehend ein Arzt aufgesucht um die Unregelmäßigkeiten im Körper bereits in einem frühen Stadium zu eliminieren. Dieses Vorgehen ist bis heute die Idealvorstellung einer Behandlung mit TCM

und bietet einen großen Vorteil zur Schulmedizin, bei der der Schaden bereits vorhanden und sogar quantifizierbar ist.

Fallbeispiel: Akute Rückenschmerzen

Bei dem Fallbeispiel handelt es sich um das Auftreten von akuten Rückenschmerzen im unteren Rückenbereich bei einem 45-jährigen sportlichen Patienten.

Anamnese

Der Patient begleitete seinen Sohn als Trainer zu einem Fußballspiel. An dem Tag des Ereignisses war es allerdings sehr kalt und regnerisch und der grundsätzlich fitte und trainierte Mann durch seine Position am Rand des Fußballfeldes auch schon nass geregnet und frierend. Auslöser war, dass er einen Fußball, der ins Aus geraten war, ins Spielfeld zurückwerfen wollte und sich dabei den Rücken „verriss“ hat.

Der plötzlich auftretende Schmerz war derart heftig, dass er sich auf den Boden legen musste und nicht mehr selbstständig aufstehen konnte. Der herbeigerufene Notarzt behandelte ihn mit Schmerzmitteln und brachte ihn ins nächstgelegene Krankenhaus, wo mittels einer Bildgebung ein Bruch oder Bandscheibenvorfall ausgeschlossen werden konnte. Nachdem die Schmerzen sich besserten, wurde der Patient nach Hause entlassen.

Allerdings war seine Gesundheit und volle Funktionsfähigkeit nicht wieder hergestellt und er musste mehrfach am Tag Schmerzmittel einnehmen, um seinen Alltag absolvieren zu können. Daraufhin stellte er sich zügig in der TCM-Praxis vor.

Diagnose

Aus Sicht der TCM handelt es sich bei dem oben beschriebenen Fall um das Eindringen von „Wind-Kälte“ in die Leitbahnen am Rücken. Kennzeichnend hierfür ist das plötzliche Auftreten von sehr starkem, stechendem, lokalisierten Schmerz, der sich durch die Behandlung mit Wärme und Bewegung bessert.

Therapie

Therapeutisch macht man die Leitbahnen wieder durchgängig, aktiviert die Zirkulation von Qi und Blut, beseitigt Blockaden und führt Wärme zu.

Der Patient kam daher für insgesamt fünf Termine zur Akupunktur und Moxotherapie zur Behandlung und wurde zudem pharmakotherapeutisch mit einem Rezept zur Be-

seitigung der Blockaden behandelt.

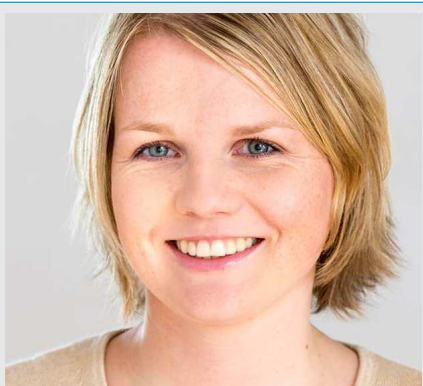
Die Akupunktur erfolgt dabei über Fernpunkte auf der Lungen- und Dickdarm-Leitbahn und auch lokal über Punkte auf der Blasen- und Gallenblasen-Leitbahn. Um die Leitbahnen zusätzlich zu wärmen, wurde auch eine Moxibustion angewendet und dem Patienten wurden Moxazigarren ausgehändigt, damit er sich damit selbst an den definierten Punkten wärmen konnte. Unterstützend wurden des Weiteren Pflaster angewendet, die mit Kräutern versehen sind, die einen gleichmäßigen Fluss von Qi und Blut („Xue“) bewirken und auf die schmerzenden Stellen aufgeklebt werden.

Unter dieser intensivierten Therapie war der Patient nach zehn Tagen vollkommen schmerzfrei und konnte wieder seinen sportlichen Aktivitäten und seinem Alltag nachgehen.

handlungsoptionen, die sowohl bei akuten als auch chronischen Erkrankungen eingesetzt werden können und vor allem die Wiederherstellung als auch die Erhaltung der Gesundheit zum Ziel haben. Hierbei bietet sich dem Patienten die Möglichkeit an seiner Genesung teilzuhaben und die Gesundheit auch langfristig zu erhalten. ■

Fazit

Zusammenfassend bietet die Traditionelle Chinesische Medizin eine Vielfalt an Be-



Dr. med. Sandra Bürklin

Dr. med. Sandra Bürklin ist eine promovierte Ärztin in fortgeschrittener Weiterbildung zur Fachärztin für Neurologie. Sie absolvierte ein Bachelorstudium für Akupunktur (Bachelor in acupuncture, Li Shi Zhen Universität Wien) und beschäftigt sich seit vielen Jahren intensiv mit der Traditionellen Chinesischen Medizin. Sie ist Mitglied der Internationalen Gesellschaft für Chinesische Medizin e. V. (SMS).

Kontakt:

Dr. med. Sandra Bürklin
Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin
Münchner Str. 4
83043 Bad Aibling
www.praxis-buerklin.de

Weitere Informationen

Die Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e. V. (SMS) ist eine der ältesten deutschsprachigen Ärztegesellschaften für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und bildet seit 40 Jahren in allen Disziplinen der Chinesischen Medizin aus: Akupunktur, chinesische Arzneimitteltherapie, Ernährungstherapie Diätetik, den Bewegungstherapien Taiji, und Qigong sowie der manuellen Therapie Tuina.

Weitere Informationen unter:

www.tcm.edu

Kursbeispiel für Ärzte und Medizinstudenten

Chinesische Physiologie & Pathophysiologie – Wochenkurs intensiv

21. bis 27. April 2018 in Prien am Chiemsee

Dieses Seminar ist perfekt für den Neueinstieg und auch zur Wiederholung geeignet! Ziel der Woche ist es, die Entstehung von Krankheiten aus Sicht der Chinesischen Medizin zu lernen, zu verstehen und anhand vieler praktischer Beispiele einzuüben.

Kursbeispiel für Heilpraktiker, Therapeuten und Patienten

Sommerwoche Chinesische Lebenspflege – Qigong, Diätetik & Tuina

12. bis 17. August 2018 im Chiemgau

Einwöchiger Kurs in erholsamer, ländlicher Atmosphäre nach den Prinzipien der TCM. Tägliches, intensives Qigong-Üben, Selbstmassage und Anwendung von Tuina-Massagetechniken, praktisches Kochen und Theorie.