

Traditionelle Chinesische Medizin

Eine Krankheit bedeutet in der TCM immer ein Ungleichgewicht, das es zu balancieren und zu harmonisieren gilt. Körper, Geist und Seele sind aus chinesischer Sicht untrennbar miteinander verbunden; folglich sind bei jedem Krankheitsbild alle drei Aspekte des Menschen integriert und werden bei einer Behandlung mit einbezogen. Voraussetzung für eine Heilung ist es immer, die Wurzel der Erkrankung zu erkennen und zu behandeln. Dieser Ansatz führt zu guten Erfolgen auch bei sogenannten psychosomatischen Erkrankungen.

Grundlegendster Unterschied der TCM zur westlichen Medizin ist wohl die Erkenntnis, dass unser Körper nicht allein durch das Blut ernährt wird, sondern ganz entscheidend auch durch unsere Lebensenergie – dem Qi.

Für den Laien ist dies ein schwer zu erfassener Begriff, umsomehr als dieses Qi unsichtbar ist und auch die Meridiane (die Bahnen, in denen dieses Qi geleitet wird) keiner organischen Manifestation bedürfen.

In meiner Ausbildungszeit wurden die Meridiane mit Luftfahrtsstraßen oder Seewegen verglichen: jeder Pilot oder Kapitän kennt und nutzt sie, und doch ist da nichts zu sehen außer Luft oder Wasser.

Das Qi, so behaupte ich, haben wir alle auch schon einmal deutlich zu spüren bekommen – in Form von Gefühlen.

Denken wir beispielsweise an die überwältigende Wirkung des Verliebtseins, diesem Kribbeln und Flattern in Bauch und Brust, diese pure Lebensfreude, die da erwacht und die uns ohne dass wir etwas essen müssten erquickt und belebt –

oder aber auch, wenn bei einer schlechten Nachricht (nehmen wir an genau dieser geliebte Mensch ist verunglückt) unsere Energie eiskalt hinunterrutscht zu den Füßen und uns erstarren lässt, gerade so, als hätten wir eine Giftspritze bekommen – und wenn es dann doch nicht so schlimm ist, wie uns dann der sprichwörtliche Stein vom Herzen fällt

und eine Erleichterung Einzug hält, da wo vorher unser Herz wie abgeschnürt war.

Dies und vieles mehr sind Bewegungen oder Zustände des Qi, die wir deutlich spüren können – eine große Kraft – unsichtbar und doch von großer Wirkung – ganz besonders natürlich für unseren Körper.

Sollten beispielsweise diese oben genannten eher außergewöhnlichen Zustände längere Zeit bestehen bleiben, so würden wir früher oder später daran erkranken, da sie alle (sowohl die übergroße Freude des Verliebten als auch Schreck und quälende Sorge) ein großes Ungleichgewicht darstellen. Letztendlich wäre die Harmonie und das ausgewogene Zusammenspiel unserer Energien gestört – der ganze Mensch würde nicht mehr richtig "rund laufen".

Beim Verliebten würde der Boden unter den Füßen fehlen. Auszehrung würde sich einstellen mit Symptomen wie Schlafstörungen, innerer Unruhe, Vergesslichkeit, Infektanfälligkeit, Blasen- oder Harnröhrenreizung – und letztendlich und neudeutsch das "Burn-out-Syndrom". Dem traumatisierten Menschen mit seiner quälenden Ungewissheit und Sorge würde dieser Zustand im wahrsten Sinne an die Nieren gehen, und tatsächlich wären hier Nieren, Blase und Knochen gefährdet – vielleicht käme es zu einem Bandscheibenproblem, zu Schwindel, Tinnitus oder Atemproblemen. Weiter Beispiele aus dem Alltag wären ein Ärgernis das uns auf den Magen schlägt oder das zu scharf gewürzte Essen welches uns den Schweiß auf die Stirn treibt.

Auch bei diesen Beispielen zeigt sich, dass Energien in Aufruhr sind und andere Organe irritieren – allesamt Vorgänge, die schwer zu erklären sind, es sei denn man weiß um die Wirkung von beispielsweise Ärger oder zu scharfen Gewürzen auf unser Qi bzw. auf den Magen.

Wir sehen also, dass dieses Qi in hohem Maße das Wohlbefinden und auch das harmonische Funktionieren unserer Organe beeinflusst bzw. regelt – somit ein idealer Ansatz, um wichtige Weichen zu stellen – im Sinne einer Therapie.

Gedenken wir jetzt der wissenschaftlichen These, dass die Materie nur eine Form der Energie ist, unser Körper also „nur“ Aus- bzw. Ab- druck unseres energetischen Potenziales ist, so ist die chinesische Vorgehensweise, den Körper durch Stimulation des Qi zu heilen, gar nicht mehr so befremdlich.

Besonders gut geeignet um das Qi zu erreichen sind die 365 Akupunkturpunkte, die auf unseren Meridianen liegen und je nach Position ganz bestimmte Qualitäten besitzen. Die sogenannten Wasser-Punkte zum Beispiel haben eine kühlende und nährende Wirkung, wohingegen Feuerpunkte ihrer Natur entsprechend eher zum Erwärmen und Bewegen genutzt werden.

Dieses System von Meridianen (es gibt 12 Hauptmeridiane, 8 Sondermeridiane, sowie zahlreiche Verbindungs- und Nebenbahnen) ist vergleichbar mit unserem Blut- oder Lymphgefäßsystem, mit dem Unterschied, dass es keine Materie befördert, sondern Energie.

Die Chinesen vergleichen dieses System von Meridianen gerne mit einem Netz von Bewässerungsgräben, die den Feldern das lebensspendende Wasser bringen. Ist ein Graben verstopft, so folgt unweigerlich Dürre und man wird versuchen ihn wieder durchgängig zu machen – führt hingegen ein Graben zu viel Wasser, so droht eine Überschwemmung und wir müssen das Wasser umleiten oder verteilen und für einen besseren Abfluss sorgen. Was in der Landwirtschaft der Bauer mit Hacke und Schaufel ist, das ist in der Chinesischen Medizin der Heilkundige mit Nadel, Kräutern und Wärme.

Es geht also in der TCM immer darum das Qi, bzw. über das Qi den Menschen wieder in Ordnung zu bringen. Um dies zu erreichen, haben sich bereits im alten China neben der Akupunktur noch eine Reihe anderer Techniken und Praktiken entwickelt.

Weniger bekannt ist beispielsweise die behutsame Erwärmung von Akupunkturpunkten mittels glühenden Beifußkrautes (Moxibustion), das Schröpfen oder Schaben bestimmter Körperregionen, um das Qi zu wecken, die Ernährungslehre nach den 5 Elementen, die Atemtherapie

oder das Qi Gong und natürlich die sehr ausgereifte Kräuterheilkunde. Das wichtigste an einer erfolgversprechenden Behandlung ist jedoch, in der westlichen wie auch in der chinesischen Medizin, eine korrekte Diagnose.

Obgleich in diesem Punkt Einigkeit besteht, so ist doch die Vorgehensweise und die Gewichtung der einzelnen Parameter anders als wir es von der Schulmedizin her kennen.

An erster Stelle steht in der TCM eine *a u s f ü h r l i c h e* Anamnese. In diesem Gespräch werden Vorerkrankungen und Lebensumstände des Patienten besprochen. Vorlieben, Abneigungen, Ängste, Schlaf- und Essgewohnheiten etc. können hierbei erste Hinweise geben auf eine bereits bestehende oder drohende Störung.

Ein weiteres wichtiges Instrument bei der Diagnosestellung ist das Erasten der Pulse. Bei der Pulstastung, wie sie der Westen kennt, spielen die Herzfrequenz, also die Anzahl der Herzaktionen pro Minute, und das Erasten des Herzrythmus, ob regelmäßig oder unregelmäßig, die Hauptrolle. Zusammen mit der Messung des Blutdruckes ist dies eine sehr aussagekräftige Methode, wenn es darum geht, eine Herzschwäche oder einen Herzfehler zu erkennen.

Im Unterschied zur westlichen Pulstastung fühlt man in der chinesischen Medizin die *Qualität* des Pulses, das heißt man differenziert, ob es sich beispielsweise um einen: tiefen, oberflächlichen, langsamen, leeren, schlüpfrigen, kurzen, überflutenden, behäbigen, rauhen, saitenförmigen, haftenden, gespannten, verschwindenden ... Puls handelt.

All diese Pulsqualitäten haben ein genau definiertes "Aussehen" und weisen auf ebenso klar definierte Störungen hin – so zeigt beispielsweise ein schlüpfriger Puls ein zu viel an Feuchtigkeit oder Schleim an, ein rauher Puls deutet auf Blut oder Säftemangel bzw. Yinmangel hin.

Gefühlt wird der Puls auch hier am Handgelenk, jedoch gibt es in der TCM sechs verschiedene Positionen von denen eine jede jeweils zwei unserer Organe repräsentieren.

Auf diese Weise ist der chinesisch arbeitende Therapeut in der Lage, sich ein Bild von unserem ganzen Körper bzw. dessen Qi zu machen – inklusive natürlich unserer emotionalen Lage, sofern sie ein Ungleichgewicht aufweist (s.o.).

Ähnlich aussagekräftig ist die Inspektion unserer Zunge. Besonderes Augenmerk legt der Behandler hierbei auf die Farbe der Zunge, ob blass, rot oder livide (leicht bläulich verfärbt) und auf den Zungenbelag. Wichtig ist auch hier die Farbe, die Dicke des Belages wie auch die Lokalisation.

Weitere wichtige Merkmale sind die Form der Zunge ob spitz, rund, breit, lang, dick oder dünn, der Zustand der Zunge, ob trocken, feucht, nass, zitternd, rissig, ob mit Mulden oder Aufquellungen verziert, und sogar die Art des Herausstreckens geben dem Therapeuten wichtige Informationen bei der Suche nach der Ursache einer Erkrankung.

Neben diesen drei wichtigen Informationsquellen Anamnese, Zungendiagnose und Pulstastung spielen noch weitere, weniger auffällige Merkmale des Patienten eine Rolle. Das kann der etwas weinerliche oder kichernde Unterton in der Stimme sein oder der Körpergeruch der, ohne dass der Patient stinken würde, süß, sauer, verbrannt oder moderig sein kann.

Röte, Blässe oder dunkle Schatten im Gesicht und deren Lokalisation (z.B. die dunklen Augenringe) sind ebenso weitere Puzzelsteine wie der Zustand von Nägeln, Haaren oder Zähnen.

Natürlich werden heutzutage klinische Untersuchungsergebnisse und Laborbefunde bei einer Behandlung brücksichtigt, in das traditionell chinesische Konzept indes lassen sie sich nicht integrieren. Zu unterschiedlich ist hier die Sicht auf das Phänomen Krankheit.

Während unsere überwiegend wissenschaftlich orientierte Medizin mit einer stets wachsenden Zahl an Fachärzten weiter den Fehler im Detail sucht, hat sich die chinesische Medizin ihr altes Wissen um das große Ganze bewahrt. Es wurde im Laufe der Jahrtausende verfeinert und weiterentwickelt, basiert aber in unveränderter Weise auf den Gesetzen von:

Yin Yang

den 5 Elemente (Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser)

der Wirkung äußerer Einflüsse

und der Energetik, also dem Wesen und Wirken des Qi

Allesamt Themen von großer Tiefe und Umfang, die es Wert sind genauer betrachtet zu werden.

© Copyright

Ulrich Korfmann

Praxis für Naturheilkunde

Heidelberger Straße 10

69126 Heidelberg