

Traditionell Chinesische Medizin (TCM)

In Anlehnung an das Curriculum Naturheilverfahren und Komplementärmedizin
Dr. A. Hemming

Geschichte

Die Ursprünge der TCM beruhen auf Beobachtungen und Erfahrungen aus der Natur. Diese wurden zunächst mündlich weitergegeben und in der Folgezeit schriftlich niedergelegt. Z.B. wurde eine Behandlung ca. im **3. Jh. v.Chr.** im *Mawangdui-Korpus* beschrieben als eine Art „Brennen“ entlang bestimmter Körperlinien. Vermutlich erst durch die Herstellung feiner Eisennadeln entwickelte sich die Akupunktur wie wir sie heute kennen.

Zu den so genannten „Lehrbüchern“ der Traditionellen Chinesischen Medizin gehört das Huang-ti Nei-king su-wen („Die grundlegenden Probleme des klassischen Lehrbuchs des Huang-ti über die Innere Medizin“) (Illustrierte Geschichte der Medizin, R. Toellner, Bd. 1, 1986) Es geht zurück auf einen mythischen Herrscher um ca. 2000 v. Chr. Die Aufzeichnungen und Zusammenstellungen vermutet man um die Han-Zeit (2. Jh. V. Chr. – 2. Jh. N. Chr.) Das Nei-king besteht aus dem Su-wen (Grundfragen) und dem Tschen-king (Traktat über die Akupunktur) (R. Toellner).

Ab ca. 1. Jh.v.Chr. wird die Medizin stark von philosophischen Erkenntnissen beeinflusst (v.a. die konfuzianisch-legalistische Sozial- und Staatsphilosophie), der **Körper wird als eine Art „Miniaturstaat“** betrachtet. Die Akupunktur spiegelte die soziopolitische Gestaltung des geeinten chinesischen Reiches wieder. („ ... So wie funktionsfähige Handelswege zur Versorgung des riesigen Territoriums nötig waren, so gab es auch im Körper Wege, auf denen das lebenserhaltende Qi und Blut zirkulierten. Die Akupunktur war dafür zuständig diese Wege durchgängig zu halten....“) (Tilpit, Irnich)

Im 16. Jh bringen portugisische Jesuiten erste Berichte aus Japan über Akupunktur und Moxibustion in den Westen.

1774 empfahl Francois Dujardin die Akupunktur zur Anwendung an schmerzhaften Körperarealen. („*Geschichte der Chirurgie*“)

Ab 1794 brachte Isaac Titsingh (Gesandter der Ostindiengesellschaft in Peking und Chirurg) die „**tsoe bosi**“ (buddhistischer Abt) genannten Bronzefiguren nach Europa. Diese wurden seit der Song-Zeit (10.-13. Jh. N. Chr.) als Lehrmaterial zur Darstellung der Akupunkturleitbahnen verwendet. Einen Zusammenhang zwischen Leitbahn und Pulsdiagnostik machte man in Europa nicht, man nadelte Ah-Shi Punkte (Lokalpunkte).

Die Akupunktur wurde als Schmerztherapie akzeptiert, u.a. durch Beobachtungsstudien von Bache (1792-1864) und anderen.

Versuche mit elektrischer Stimulation der Nadeln wurden wegen starker Schmerzen von den Patienten nicht toleriert. (A. Tiplt, D. Irnich)

In China selber, stand man der traditionellen Medizin zunehmend ablehnend gegenüber. Die Medizin des Westens, mit ihren schnellen Erfolgen, schien ein besserer Weg, Krankheiten zu heilen. Erst in der neu gegründeten Volksrepublik China akzeptierte man die Erforschung der traditionellen Medizin und gab ihr wieder mehr Raum. Seit den 50iger Jahren wird die Traditionelle Chinesische Medizin und besonders die Akupunktur in Deutschland erforscht.

Definition

Die Traditionelle Chinesische Medizin setzt sich aus verschiedenen Verfahren zusammen: Akupunktur, Arzneimitteltherapie, Massagen, Ernährungslehre, Bewegungslehre. Bis auf die Akupunktur finden sich die anderen Konzepte auch in der westlichen Medizin bzw. Naturheilkunde wieder. (Curriculum Naturheilverfahren und Komplementärmedizin)

Sie entsprechen somit auch den „5 Säulen der Naturheilkunde“ (s. Einführung Naturheilverfahren).

Grundprinzipien der TCM

Yin und Yang

Entgegen unserem dualistischen System, wird die TCM als „Medizin der systematischen Entsprechungen“ verstanden, basierend auf der **Yin-Yang** Theorie und auf der Lehre von den fünf Kräften, die auch als fünf **Wandlungsphasen** beschrieben werden. Diese Wandlungsphasen haben sich aus den Naturbeobachtungen (Wachstum/Entstehen, Reifung und Absterben) entwickelt.

Die chinesischen Schriftzeichen für „Yin“ und „Yang“ beziehen sich auf die Schatten- und Sonnenseite eines Hügels.

Somit steht also das Schriftzeichen für Yin für die schattige Seite eines Hügels, wohingegen das Zeichen für Yang die sonnige Seite anzeigt. (...)

Yin und Yang als zwei Phasen einer zyklischen Bewegung

Der erste Gedanke an die Yin-Yang-Wechselbeziehung muß wohl der bäuerlichen Beobachtung des zyklischen Wechsels von Tag und Nacht entsprungen sein. Demnach entspricht der Tag dem Yang, die Nacht dem Yin, und in weiterer Folge Aktivität dem Yang und Ruhe dem Yin. Dies führte zur ersten Beobachtung der fortwährenden Änderung jedes Phänomens innerhalb zweier zyklischer Pole, deren einer Licht, Sonne, Helligkeit und Aktivität (Yang), dessen anderer hingegen Dunkelheit, dem Mond, Schatten und Ruhe (Yin) entspricht. (*Maciocia, Giovanni: Die Grundlagen der Chinesischen Medizin: ein Lehrbuch für Akupunkteure und Arzneimitteltherapeuten- Verlag für Ganzheitliche Medizin Wühr, 1994*)

Yin und Yang gehen ineinander über, sie folgen einander, sie bilden zusammen ein Ganzes, sie sind in einem permanenten Gleichgewicht. In jedem Yin steckt bereits ein junges Yang und umgekehrt.

Qi

Die Lebensenergie Qi ist die Lebenskraft der Natur, die allem Lebendigen innewohnt. Qi ist eine ständig in Fluss befindliche Energie, die den gesamten menschlichen Körper durchdringt. (Curriculum)

Wandlungsphasen

Das Konzept der 5 Wandlungsphasen/5Elemente ist gemeinsam mit der Yin-Yang-Theorie die Basis der chinesischen Medizin, wobei die Yin-Yang Theorie früher beschrieben wurde. Es befasst sich mit dem Wandelaspekt aller Naturphänomene und unterteilt diese in 5 Kategorien, die in gegenseitiger Wechselbeziehung stehen. „Man könnte sagen, dass die Theorie der Fünf Wandlungsphasen und ihre Anwendung auf die Medizin den Anfangspunkt einer „wissenschaftlichen“ Medizin und die Abwendung vom Schamansimus markiert.“ (...) Es ist daher kein Zufall, daß Zahlen und Numerierungen mehr und mehr in der Interpretation der Natur und des menschlichen Körpers verwendet werden: 2 grundlegende Polaritäten (Yin-Yang), eine dreistufige kosmologische „Struktur“ (Himmel, Mensch, Erde), 4 Jahreszeiten, 5 Elemente, 6 natürliche Klimata, 5 Yin- und 6 Yang-Organen im menschlichen Körper. (Maciocia)

Das Konzept der Wandlungsphasen hatte während der einzelnen Kaiserzeiten eine unterschiedliche Wertigkeit.

Pathogenese

Pathogenetische Vorstellungen der chinesischen Medizin: Krankheitsursache der meisten Erkrankungen beruhen auf Störungen im harmonischen Fließen der Lebensenergie Qi; Folge sind Fülle oder Schwäche der Lebensenergie in den Organsystemen und Meridianen oder eine Stagnation bzw. Blockade der Qi-Energie in den Meridianen

Pathogenetische Faktoren bei der Krankheitsentstehung im wesentlichen klimatische Ursachen, innere emotionale Faktoren, falsche Ernährung und ansteckende Erkrankungen.

Meridiane

Nach traditionell chinesischer Vorstellung sind Meridiane **Leitbahnen, in denen das Qi zirkuliert**. Meridiane bilden eine **Verbindung zwischen Akupunkturpunkten**. Die Akupunkturpunkte werden vor allem als **Zugangsorte** gesehen, über die man im Falle eines Überschusses, wie auch bei Mangelzuständen oder Stauungen den Fluss des Qi durch die „Organe“ regulieren kann. Bei der Nadelung eines Punktes kann sich ein „Nadelgefühl“ (**De Qi**) entlang des Meridians ausbreiten.

Mit naturwissenschaftlichen Methoden lassen sich die Meridiane bisher nicht nachweisen.

4 Meridiane einer Körperebene bilden einen Umlauf der Folge: *Yin-Yang-Yang-Yin*.

Diagnostik in der TCM

Hierzu gehören, wie in der westlichen Medizin, die Anamnese und die Untersuchung des Patienten als Basis. Darüber hinaus ist aber die Untersuchung von „Puls“, „Zunge“ und „Leitbahnen“ wichtig.

Zur **Pulsdiagnose** führen die Palpation von 3 Pulstaststellen im Verlauf der A. radialis oberhalb der Handgelenksquerfalte. Auf der rechten Seite finden sich die Pulstaststellen für Lunge, Milz und Niere, auf der linken Seite, die des Herzens, der Leber und der Niere. Durch die Palpation von 3 Tiefen, ergeben sich die Möglichkeiten einer Differenzierung der vorliegenden Störung. Es gibt in China Ärzte, die allein aufgrund der Pulstastung zu einer Diagnose kommen und daraus eine Behandlungsstrategie ableiten.

Bei der **Zungendiagnostik** zieht man Abweichungen vom Normalbild der Zunge (mittelschlank, wohl tonisiert, leicht konvex, sagittale Furche, glatte Ränder, blasse/hellrote Farbe, keiner oder wenig weißl. Belag und leichte Feuchte von Körper und Belag) in seine Bewertung des Zungenbildes ein. Es finden sich auf der Zungenoberfläche auch topographische Zuordnungen der Organe. So sind Organe des oberen 3-fach Erwärmers im vorderen Zungenabschnitt zu finden (Lunge und Herz), Organe des mittleren 3-fach Erwärmers im Mittelteil der Zunge (Leber, Gallenblase, Magen und Milz) und schließlich die Organe des unteren 3-fach Erwärmers (vorwiegend Dickdarm und Niere) im hinteren Anteil der Zunge zu finden. Außerdem ist die Dicke und Farbe des Zungenbelages, sowie das Fehlen und das Übermaß an Feuchtigkeit wichtig für die Diagnose. Auch die Farbe der Zunge und der Zustand der Zungenvenen unter der Zunge haben einen diagnostischen Aspekt.

Zur Analyse wird die Ba Gang verwendet. In der Diagnosefindung (**Ba Gang**) finden sich Begriffe wie: Außen (Biao), Innen (Li), Fülle (Shi), Leere (Xu), Hitze (Re), Kälte (Han) sowie die Begriffe Yang und Yin.

Außerdem sind Kenntnisse der betroffenen Meridiane, der Funktionskreise und der Grundsubstanzen erforderlich. Darüber hinaus ist es notwendig, Kenntnisse der auslösenden pathogenen Faktoren zu haben.

Für die Begriffe **Außen/Innen** ist es wichtig, welche Ursachen eine Erkrankung haben könnte. Liegt z.B. ein äußerer pathogener Faktor oder ein innerer vor. Handelt es sich um eine Erkrankung der äußeren Körperschichten (Muskulatur, Haut, Meridiane) oder sind Innere Organe (Zang/Fu), das Blut oder die Essenz Jing betroffen.

In der chinesischen Medizin gehört zur Diagnosestellung ein Erkrankungsauslösender „Innerer pathogener Faktor“ oder ein „äußerer pathogener Faktor“. Der innere pathogene Faktor entspricht „Gefühlsäußerungen“. Es wird die Trauer zur Lunge, die Angst zur Niere, Zorn/Aggressio zur Leber, Hektik zum Herzen und Grübeln/Sorge zu Milz/Magen assoziiert.

Zu den „äußeren pathogenen Faktoren“ zählen: Wind (greift Leber/Gb an), Kälte (greift Niere/Blase an), Hitze (greift Perikard/3fach Erwärmer an), Feuchtigkeit (greift Milz/Magen an) und Trockenheit (greift Lunge/Dickdarm an).

Ist ein Erkrankungsverlauf meist akut oder ist er chronisch. Dazu finden sich dann Kombinationsmuster von Fülle, Hitze und Kälte bei Außenerkrankungen, sowie Fülle,

Leere oder Hitze bei Innenerkrankungen. Bei Außenerkrankungen ist der Puls meist oberflächlich, während er bei Innenerkrankungen häufiger in der Tiefe zu palpieren ist. Die Zunge ist bei Außenerkrankungen meist unverändert, während sie bei den Innenerkrankungen meist verändert ist.

Fülle und *Leere* beschreiben zwei grundsätzliche, polare Reaktionsrichtungen des Organismus auf krank machende äußere oder innere Einflüsse.

Zum Begriff Fülle gehören: stärkere Abwehrreaktionen, eine kräftigere Konstitution des Kranken, lebhafte Bewegungen, eine kürzere Krankheitsdauer, eine laute Atmung, eine kräftige Stimme, der Schmerz ist stärker, der Puls kräftig und der Zungenbelag dick. Zur Leere gehören: eine schwächere Abwehrreaktion, eine schwächere Konstitution, verhaltene Bewegungen, eine längere Krankheitsdauer, eine leise Atmung, eine zarte Stimme, ein eher mäßiger Schmerz. Der Puls ist fein/leer, der Zungenbelag ist dünn oder fehlt.

Hitze und *Kälte* bezeichnen einen äußeren oder klimatischen Einfluss, einen inneren Zustand und werden meist in Kombination mit Fülle oder Leere beschrieben. Zur Hitze gehören folgende Begriffe: schnell, warm/heiß, rot/gelb, trocken. Zur Kälte gehören langsam, kalt, blass/weiß und feucht.

Fassen wir diese Ergebnisse zusammen, erhalten wir eine Diagnose gemäß der TCM. Erst daraus wird ein Therapiekonzept entwickelt.

In der Diagnosestellung der TCM wird zusammen gefasst Folgendes berücksichtigt:

Die Konstitution (Was ist das für ein Typ?), das Agens (Was wirkt da?), das Orbis (Welche Zeichen hat er gerade?) und die 4 x 2 Leitkriterien der Bagang.

Therapieoptionen

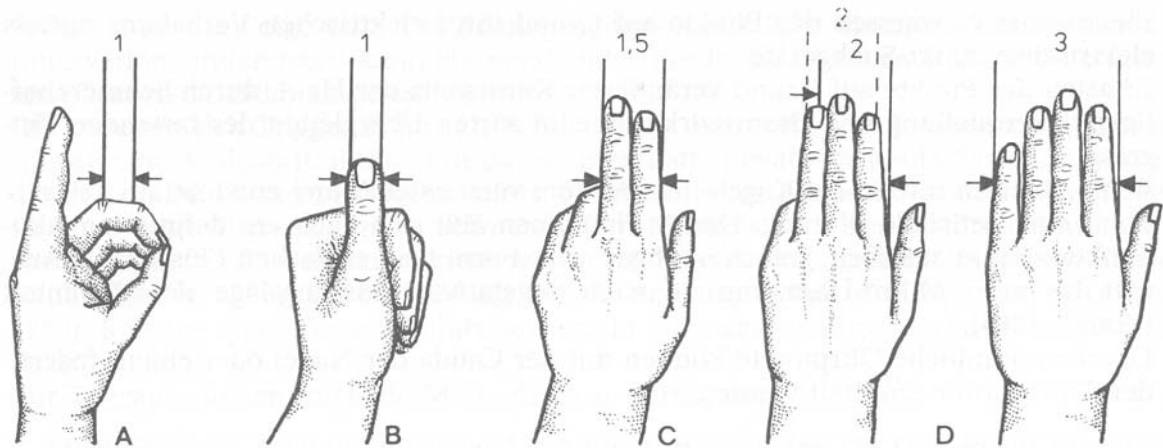
Akupunktur

Die Bezeichnung Acupunctura (lat., **acus = Nadel, punctura = Stich**) wurde 1683 dem niederländischen Arzt Willem ten Rhijne zugeschrieben. Er hat diese Bezeichnung (1647-1700) in seiner *De Acupunctura* eingeführt.

Setzt man die Akupunktur als therapeutische Option bei einem Patienten ein, so sollte man Kenntnis über Meridiane/Leitbahnen und wichtige, auf diesen befindliche Punkte besitzen. Außerdem bilden die vorgenannten Aspekte einen wichtigen Stellenwert in der Therapie.

Will man nun aber die Akupunkturpunkte bei einem Patienten nadeln, so benötigt man genaue Angaben, wo sich diese Punkte befinden. Diese sind genau beschrieben (z.B. Ma 36 Zusanli, Lok.: 3 Cun distal der Mitte des „Äußeren Knieauges“ (Ma 35), 1 Cun lateral der vorderen Tibiakante.)

Hierzu benötigt man die Maßeinheit „Cun“, das Daumenmaß des Patienten.



Akupunktur; Richter, Becke

Die Haltung der Akupunkturnadel erfolgt mit 3 Fingern am Griff, die Nadelführung wird durch den kleinen Finger der Nadelhand abgestützt. Der Akupunkturpunkt ist oft als Gewebeveränderung zu palpieren. Die Nadeltiefe und die richtige Punktlokalisierung, löst beim Patienten ein *De Qi Gefühl* aus.

Als **unerwünschte Wirkungen** der Akupunktur kommen vor:

Gelegentlich: Hämatombildung/Kollaps

Selten: Nervenirritationen, Verbrennungen bei Moxa

Sehr selten: Infektion oder Organverletzung

Überschießenden Reaktionen können sein: Übermäßige Entspannung und Ermüdung, evtl. unter Beeinträchtigung der Verkehrstüchtigkeit, Kreislaufstörungen, vegetative Reaktionen, Schlafstörungen, Erstreaktionen (max. bis 24h nach Therapie) und die potentielle Aktivierung von latenten Krankheitsprozessen.

Moxibustion

1603 in Nagasaki erschienenes Wörterbuch der Jesuiten erwähnt den Begriff *mogusa* zur Bezeichnung der Kräuterzubereitung, aus der die für die Moxibustion benötigten Beifußkegelchen oder „Feuerknöpfe“ hergestellt wurden.

Der niederländische Pfarrer Hermann Buschof, der im Hafen von Batavia auf Java gegen seine Gicht mit Moxibustion behandelt worden war, prägte schließlich in seinem 1675 erschienen Buch: „Het Podagra“ den Begriff *moxa* für die Beifußkegel. (A.Tiplt, D. Irnich)

Die Moxibustion ist eine Therapieoption bei „Kälte-Erkrankungen“ oder zur Behandlung von Erkrankungen, in denen Kälte einen auslösenden Faktor darstellt.

Chinesische Phytotherapie

Die klassische chinesische Phytotherapie ist eine individuell auf den Pathomechanismus der Erkrankung des einzelnen Patienten zusammengestellte Medizin. Sie besteht aus Heilkräutern, Mineralien oder tierischen Bestandteilen. Die Verordnung der Einzelsubstanzen erfolgt ebenfalls in einem streng hierarchischen System, entsprechend dem zuvor erwähnten „Miniaturstaat“.

Chinesische Massagen

Akupressur: Stimulation von Akupunkturpunkten durch Druck

Tuina

Chinesische Bewegungstherapie

Qi-Gong: Übungen zur Lenkung und Harmonisierung des Qi

Tai-Qi: als kombinierte meditative Bewegungs- und Atemübung

Ernährungstherapie

Die chinesische Ernährungstherapie beinhaltet nicht nur die Wirkung der Nahrungsmittel gemäß ihres Temperaturverhaltens, sondern auch nach der Unterstützung der einzelnen Meridiane/Organsysteme und der Regulation des Qi-Flusses. Auch die Zubereitungsform der Nahrungsmittel kann einen entscheidenden Einfluss ausüben.

Indikationen

Erkrankungen des Bewegungsapparates

Suchterkrankungen

Bronchopulmonale Erkrankungen

Gastrointestinale Erkrankungen

Gynäkologische/Urologische Erkrankungen/Störungen

Traumata/postoperative Beschwerden

Neurologische Erkrankungen

Psychische und psychosomatische Störungen

Für die Wirksamkeit der TCM bzw. einzelner Therapieverfahren der TCM bei vielen verschiedenen Indikationen liegen inzwischen wissenschaftliche Nachweise vor.

Kontraindikationen

Erkrankungen, die durch selbstregulative Prozesse des Organismus nicht behoben werden können.

Literatur

Das große Buch der chinesischen Medizin, Ted J. Kaptchuk
Lehrbuch und Repetitorium Akupunktur, U.Hecker, A.Steveling, E. Peuker, J. Kastner
Akupunktur, Richter/Becke
Fünf Wandlungsphasen in fünf Streichen, Antonius Pollmann
Leitfaden Traditionelle Chinesische Medizin, C. Focks, N. Hillenbrand
Die Grundlagen der Chinesischen Medizin, Giovanni Maciocia
Deutsche Zeitschrift für Akupunktur, 53.Jg, 1/2010