



# CHINESISCHE MEDIZIN

## GEHEIMNISVOLLE HEILKUNST AUS FERNOST

Die Jahrtausende alte Heilkunst der Chinesen fasziniert die Menschen im Westen. Denn die Traditionelle Chinesische Medizin, kurz TCM genannt, hilft sogar in manchen Fällen, die schulmedizinisch als aussichtslos galten.

Die Nervenschmerzen im Gesicht hielten bei Melanie Fehrmann\* oft wochenlang an: ein heftiges Stechen, das vom Nacken über den Hinterkopf bis in die Wange ausstrahlte. »Ich hatte so schlimme Krisen, dass mich der Arzt deswegen häufig krankschreiben musste«, erinnert sie sich. Sie wanderte von Arzt zu Arzt: Allgemeinarzt, Zahnarzt, Kieferchirurg, Neurologe, Psychiater. Bald kannte sie Dutzende Praxen von innen. »Aber nach einer Weile waren alle Mediziner mit ihrem Latein am Ende«, berichtet die 56-Jährige. »Austherapiert« hieß es. Den Tipp, es mit TCM zu probieren, gab ihr schließlich ihr HNO-Arzt. Er kannte einen TCM-Therapeuten, der gute Erfolge in der Schmerztherapie hatte.

Das Beispiel von Frau Fehrmann zeige eine typische Schwäche der westlichen Schulmedizin, meint Dr. Christian Schmincke, Ärztlicher Leiter an der Klinik am Steigerwald in Gerolzhofen, im Gespräch mit der Neuen Apotheken Illustrierten. »Der Schmerz wird als Krankheit angesehen, die mit Schmerzblockern ausgeschaltet werden soll. Aber dass dahinter eine komplexe Störung steht, die man heilen kann, ist aus dem Bewusstsein verschwunden.«

Anders die Traditionelle Chinesische Medizin. Der TCM-Therapeut möchte mit seinen Maßnahmen möglichst dicht an die Wurzel der Erkrankung herankommen. Er zeichnet alle Äußerungen des Organismus minutiös auf: wie sich der Patient fühlt, wie sein Schweiß riecht, wie er schläft, wie seine Hautfarbe und seine Zunge aussehen oder sich sein Puls anfühlt. Daraus schließt der TCM-Arzt, welche Störung des inneren Gleichgewichts vorliegt. Es geht ihm also nicht um ein Teilsymptom, sondern um das aus den Fugen geratene »Gesamtsystem Mensch«.

### Aus dem Gleichgewicht geraten

Der Mensch wird nach Auffassung der chinesischen Medizin und Philosophie durch das Gegensatzpaar Yin und Yang bestimmt. Yin steht dabei für das Dunkle, Feuchte und Kalte. Yang symbolisiert Sonne, Wärme und Trockenheit. Bei einem gesunden Menschen befinden sich die Yin- und Yang-Energien des Körpers in völliger Balance. Kippt dieses Gleichgewicht, wird der Mensch krank.

*\*Name von der Redaktion geändert*

*> Lesen Sie weiter auf Seite 14.*

Der gelbe Fluss, der Jangtse, ist eine der Lebensadern Chinas. Er spiegelt Tradition und Moderne im Reich der Mitte wider: neueste Technik und Großprojekte auf der einen, Fischer- und Transportboote, mit Muskelkraft bewegt, auf der anderen Seite. Und auch in der Heilkunde lebt althergebrachtes Wissen der Traditionellen Chinesischen Medizin neben Verfahren der modernen westlichen Medizin fort.



Auch Melanie Fehrmann merkte sofort, dass ihr TCM-Therapeut anders arbeitete als seine schulmedizinischen Kollegen. »Er hat ganz ungewohnte Fragen gestellt: zu meinem Leben, zu meinen Ess- und Schlafgewohnheiten, was die Schmerzen mit mir machen, wie sie sich anfühlen und wann sie auftreten.« Auf Anraten des Arztes stellte Fehrmann ihre Ernährung um und wurde mit chinesischen Heiltees, sogenannten Dekokten, behandelt.

Bei einem Dekokt wird nicht einfach ein Kraut mit heißem Wasser überbrüht und eine Weile ziehen gelassen wie beim westlichen Teeaufguss. Vielmehr kocht man die Arzneikräuter oft längere Zeit aus, wie man das beispielsweise bei einer Hühnersuppe macht.

Die Rohstoffe für die Dekokte kommen direkt aus China und werden von spezialisierten Großhandlungen an Apotheken geliefert. »Wir Apotheker legen größten Wert darauf, nur geprüfte und zertifizierte Heilkräuter in den Rezepturen zu verarbeiten«, betont Patrick Kwik. Der Apotheker ist chinesischer Abstammung und 1. Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft deutscher TCM-Apotheken.

Momentan gibt es etwa 70 Apotheken in Deutschland, die mit der TCM

**Die Lebensenergie Qi bewegt sich nach Vorstellung der Traditionellen Chinesischen Medizin auf Bahnen, den Meridianen, durch den Körper. Jedem Meridian ist ein Organ beziehungsweise Organsystem zugeordnet. Auf den Meridianen liegen die Akupunkturpunkte.**

## TCM-KRÄUTER NUR NACH EINGEHENDER DIAGNOSE



»In der chinesischen Kräutertherapie gibt es keine Standardrezepturen, mit denen sich der Patient beispielsweise bei Erkältung selbst behandeln kann«, erklärt Apotheker Patrick Kwik. »Allein gegen Fieber existieren etwa 400 verschiedene Grundrezepturen. Nur eine genaue Diagnose durch den Therapeuten kann klären, welche für den Patienten in diesem Moment geeignet ist.«

arbeiten. Da die Herstellung der Rezepturen sehr aufwendig ist, erfordert die TCM viel Erfahrung. In der chinesischen Medizin werden keine einzelnen Kräuter als Arzneimittel eingesetzt. Jede Rezeptur besteht aus verschiedenen Komponenten: dem Hauptwirkstoff, auch Kaiser genannt, mehreren Ministern, die die Hauptwirkung ergänzen, und verschiedenen Assistenten und Adjutanten, die gegebenenfalls unangenehme Effekte des Kaisers ausgleichen und harmonisieren sollen.

### Chinesische Arznei darf bitter sein

Da der Geschmack bereits einen Teil der Wirksamkeit dieser Rezepturen ausmacht, wird er nicht künstlich verbessert wie bei vielen westlichen Arzneien. Davon war Melanie Fehrmann zunächst nicht gerade begeistert: »Die Dekokte schmecken teilweise, naja, sehr gewöhnungsbedürftig und bitter.« Aber durch die Behandlung kam bei ihr »etwas ins Rollen«. Sie ließ sich nicht abschrecken.

*> Lesen Sie weiter auf Seite 16.*

## WELCHE KRANKHEITEN SPRECHEN GUT AUF TCM AN?



»Eine TCM-Behandlung ist nur erfolgversprechend, wenn der Patient gut mitarbeitet«, sagt TCM-Arzt Dr. Christian Schmincke von der Klinik am Steigerwald. Ist diese Grundvoraussetzung gegeben, sprechen Krankheiten wie chronische Schmerzen, Allergien, Rheuma, Asthma, Herz-Kreislauf-, neurologische oder psychosomatische Erkrankungen gut auf die Heilmittel

der TCM an. Bei akut lebensbedrohlichen Zuständen, zum Beispiel Herzinfarkt, rät er dagegen von einer ausschließlichen TCM-Behandlung ab. »Auch bei Tumorerkrankungen sind wir auf die Zusammenarbeit mit der Schulmedizin angewiesen«, präzisiert Schmincke. »Aber wir können helfen, dass Maßnahmen wie die Chemotherapie besser vertragen werden und besser greifen.«



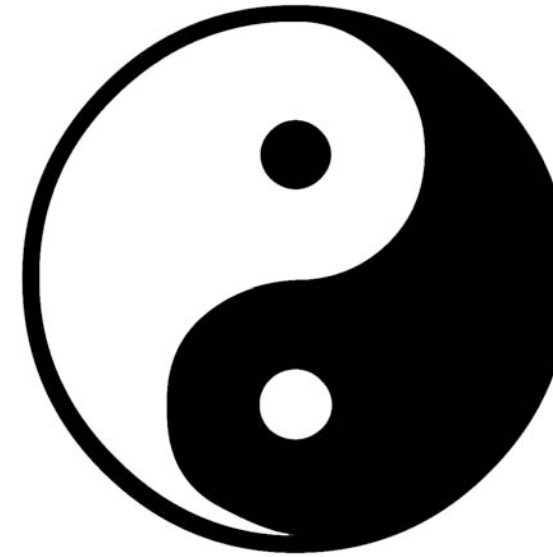
Um noch gründlicher an der Linderung ihrer Schmerzen zu arbeiten, begibt sie sich für mehrere Wochen in eine TCM-Klinik. Dort bekommt sie weitere Dekokte, Akupunktur-Behandlungen, spezielle chinesische Massagen und psychologische Betreuung auch Qi-Gong-Übungen stehen regelmäßig auf ihrem Programm. Diese Anwendungen dämpfen zum einen ihre Schmerzattacken und tragen zum anderen dazu bei, dass diese später nicht mehr so häufig wiederkehren.

Die TCM ist sicher nicht jedermanns Sache, denn sie erfordert viel Einsatz vom Patienten. Es reiche nicht, einfach

mal zwei Wochen lang Tee zu trinken, bestätigt Melanie Fehrmann. »Mein Weg war lang und hart«, sagt sie rückblickend. »Aber mir hat die chinesische Medizin sehr geholfen.« Ihre Schmerzen sind nicht komplett verschwunden, treten aber nur noch ein- oder zweimal im Jahr auf, statt zwei- bis dreimal in der Woche. »Ich fühle mich nicht mehr als chronische Schmerzpatientin, sondern als gesunder, lebensfroher Mensch, der wie andere auch hin und wieder einmal Schmerzen hat.« •

Apotheker Rüdiger Freund

Das chinesische Zeichen steht für das, was die Traditionelle Chinesische Medizin auszeichnet: Menschen zu helfen, gesund und fit zu bleiben, statt nur Krankheiten zu behandeln.



Der Mensch wird der chinesischen Medizin und Philosophie zufolge durch den Gegensatz von Yin und Yang bestimmt. Yin steht für das dunkle feuchte und kalte, Yang für Sonne, Wärme und Trockenheit.



#### Lesetipp

### SO WIRKT CHINESISCHE MEDIZIN

Seit über 20 Jahren erfreut sich die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) auch in Europa immer größerer Beliebtheit. Und dies, obwohl die westliche Medizin in vielen Bereichen große Erfolge vorzuweisen hat.

Was kann diese asiatische Heilkunst uns geben, das unsere Schulmedizin nicht erfüllen kann? In diesem Buch zeigt Professor Dr. med. Stefan Englert, wie die TCM »funktioniert« und beantwortet Fragen nach ihren Vorzügen und Grenzen.

Er nennt Krankmacher und beschreibt die ganzheitliche Untersuchung. Dabei betrachtet er Patienten neben der schulmedizinischen Sicht noch aus einem weiteren Blickwinkel, um die »Wurzel« einer Krankheit zu verstehen. Viel Raum widmet er den Behandlungsmethoden: von Kräutertherapie, Akupunktur und Ernährung bis zu Qi Gong und der chinesischen Massage »Tuina«. Die TCM ist aber nicht nur eine großartige Heilmethode, sondern hält auch für das tägliche Leben viele praktische Tipps bereit: zum Gesundbleiben und für mehr Lebensenergie. Lassen auch Sie sich von dieser »anderen« Sicht auf den Menschen und das Wesen von Krankheit und Heilung inspirieren.

Professor Dr. Stefan Englert: »So wirkt chinesische Medizin«, Govi-Verlag, 2009, 96 S., 9,90 € (D), ISBN 978-3-7741-1110-3, PZN 5468481