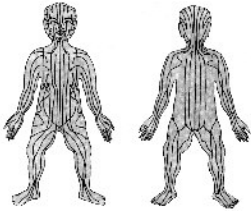


## Was sind ... ?

### TUNIA- und MOXA-THERAPIE



### Traditionelle Chinesische Medizin

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) betrachtet den Menschen als Teil eines kosmischen und energetischen Gefüges. Der Mensch lebt zwischen Himmel und Erde, zwischen den Polen **Yin** und **Yang**.

Die TCM versteht Krankheit als Folge einer Disharmonie oder Entgleisung des energetischen Gesamtgefüges des menschlichen Individuums. Daher interessiert sie sich für alle energetischen Phänomene, für die aktiven Lebensäußerungen, für die Emotionen und vitalen Körperfunktionen, weil sie solche Disharmonien anzeigen können.

Die Energie durchströmt den Körper, so wie Flüsse eine Landschaft durchströmen. Die Chinesen nennen dieses Energiefeld **Qi** (sprich: *dschi*). Diese Energie fließt nach chinesischen Erfahrungen in bestimmten **Meridianen**. Diese überziehen die Körperoberfläche als geschlossener Kreislauf von der Körpermitte zu Fingern bzw. Zehen und wieder zurück.

Es gibt zunächst 12 Meridiane, die einer bestimmten Körperfunktion (=Körperorgan) zugeordnet sind. Diese Meridiane treten jeweils auf der linken und rechten Körperhälfte auf. Außerdem existieren zwei unpaarige Meridiane in der Körpermitte. Der Unterschied zwischen chinesischer und westlicher Medizin ist, daß man in China schon sehr früh erkannte, daß sich Störungen aus dem Körperinneren an der Körperhülle zeigen können, und daß man umgekehrt innere Erkrankungen von der Körperoberfläche aus behandeln kann. Außerdem hat die TCM schon früh Zusammenhänge zwischen Emotionen und körperlichen Symptomen erkannt. Die Lebenssituation des Menschen, seine Stimmungen, Äußerungen und Krankheiten sind Ausdruck seines energetischen Zustandes, seiner Qi-Verteilung im Körper.

So kann sich eine permanent unterdrückte **Wut** durch Beschwerden im Verlauf des **Gallen**-Meridians äußern. Durch weitere krankheitsauslösende und verstärkende Faktoren (z.B. **Wind**) können die Symptome in die Tiefe gehen und zu einer "echten" Organschädigung führen. Die Differenzierung, ob die Symptome im Verlauf des Meridians Folge einer inneren Erkrankung sind, oder ob es sich um ein "oberflächliches" Symptom handelt, ist Teil des ausgeklügelten Diagnosevorganges.

**Michael Roemer**  
**Jörg Preuße**  
**Krankengymnasten**

St.-Jürgen-Ring 39  
2 3 5 6 4 L ü b e c k

Fon (0451) **5 11 44**

Fax (0451) 58 20 800

Mail

balance@KrankengymnastikLuebeck.de

www.KrankengymnastikLuebeck.de

**KRANKENGYMNASTIK  
AM ST.-JÜRGEN-RING**



### Übersicht über einige Korrespondenzen (farbliche Hervorhebungen für Beispiele aus dem Text)

Element	Farbe	Geruch	Stimme	Geschmack	Emotion	Klima	Tageszeit	Jahreszeit	Öffner	Meridiane
Holz	grün, blau-grün	Urin und saurer Schweiß	Rufen	sauer	Wut, Zorn	Wind	vor Sonnen- aufgang	Frühling	Auge	Leber/Galle
Feuer	scharlachrot	verbrannt	Lachen	bitter	Lust, Freude Schreck	Hitze	Vormittag	Sommer	Zunge	Herz/Dünndarm
Erde	gelb	wohlriechend	Singen	süß	Nachdenken, Grübeln	Feuchtigkeit	Nachmittag	Nachsommer	Wange/Lippe	Milz-Pankreas/Magen
Metall	weiß	rohes Fleisch, roher Fisch	Weinen	scharf, herb	Trauer, Sorge Kummer	Trockenheit	Spätnachmittag	Herbst	Nase	Lunge/Dickdarm
Wasser	schwarz	faulig	Stöhnen	salzig	Angst, Furcht Schreck	Kälte	vor Mitternacht	Winter	Ohr	Niere/Blase

## Befund

Für die Sammlung der Befunde stehen dem chinesischen Arzt vier Verfahren zur Verfügung:

1. Betrachtung: Der Arzt sieht sich die Haut des Patienten an, beurteilt ihre Färbung. Besondere Aufschlüsse aber erhält er aus Färbung und Belag der Zunge.
2. Riechen und Hören: Auch die Stimme des Patienten und der Körpergeruch, den er ausströmt, dienen der Diagnosefindung des Arztes.
3. Betastung: Das Auffinden druckempfindlicher Körperstellen läßt Rückschlüsse auf beteiligte Meridiane zu. Wesentliches Element der Tastuntersuchung ist die Pulsdiagnose, die dem chinesisch denkenden Mediziner eine Fülle von Rückschlüssen erlaubt.

Nur um einen Eindruck der Differenziertheit der Pulsdiagnose zu gewinnen: folgende Pulsarten werden unterschieden: oberflächlich, tief, langsam, beschleunigt, erschöpft, prall, schlüpfrig, rau, lang, kurz, überflutend, groß, verschwindend, gespannt, behäbig, saitenförmig, zwiebelstengelförmig, trommelnd, haftend, sanft, weich, schwächlich, zerfließend, zart, klein, sich verkriechend, beweglich, jagend, hängend, intermittierend, rasend.

4. Befragung: Durch die Äußerungen des Patienten über seine Beschwerden, seine psychische Verfassung, seine Verdauung, seine Vorlieben und Abneigungen wird das Befundbild abgerundet.

Die Ergebnisse der Untersuchung werden nach den **Acht Leitkriterien** systematisiert. Es wird festgestellt, ob die Störung im Bereich von Yin oder Yang liegt, ob die Krankheit ihren Sitz an der Oberfläche oder in der Tiefe des Körperinneren hat, ob eine Hitze- oder eine Kälteproblematik vorliegt, und ob es sich um ein Mangel- (=Leere)- oder ein Überschuß- (=Fülle-) Problem handelt. Es wird ferner festgestellt, welcher **Funktionskreis** (=Meridian) betroffen ist, und welches die **krankheitsauslösenden Faktoren** sind (insbesondere die Emotionen und die klimatischen Einflüsse).

## Auswertung

Die Auswertung der Beobachtungen geschieht nach uns befremdlich und unwissenschaftlich anmutenden Regeln, deren Logik oft erst auf den zweiten Blick einsichtig wird.

Die Befunde werden u.a. nach der "Fünf-Elemente-Lehre" systematisiert.

Die **Hervorbringungsreihenfolge** lautet: Holz erzeugt Feuer, Feuer erzeugt Erde, Erde erzeugt Metall, Metall erzeugt Wasser, und Wasser wiederum erzeugt Holz.

Nach der **Bezwingungs-** oder **Bändigungsreihenfolge** gilt: Holz bändigt Erde, Erde bändigt Wasser, Wasser bändigt Feuer, Feuer bändigt Metall, und Metall wiederum bändigt Holz.

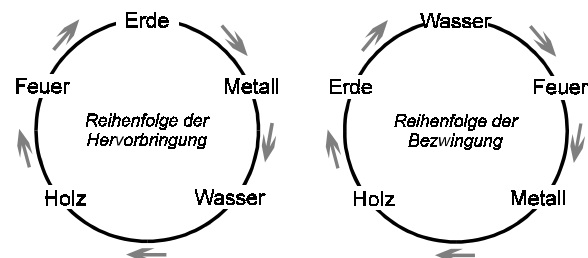
Wie genau diese Regeln sind zeigen ihre Anwendungen auf die psychischen Reaktionen: Nach der Reihenfolge der Hervorbringung kann man sehen: Zorn (Holz) bringt Lust (Feuer) hervor, Lust bringt Nachdenken (Erde) hervor, Nachdenken bringt Kummer (Metall) hervor, Kummer bringt Furcht (Wasser) hervor; und schließlich Furcht bringt Zorn hervor.

Oder die Bezwingungsreihenfolge: Zorn bezwingt Nachdenken, Nachdenken bezwingt Furcht, Furcht bezwingt Lust, Lust bezwingt Kummer, Kummer bezwingt Zorn.

Versuchen wir ein einfaches Beispiel, das für etwas mehr Verständnis für das chinesische Denken sorgen soll: Nehmen wir an wir treffen auf dem Flughafen einen Bekannten, der uns erklärt, er habe "wahnsinnige Angst vor dem Fliegen". Wir werden ihm entgegen, diese Angst sei völlig unbegründet, sei doch das Flugzeug eins der sichersten Verkehrsmittel überhaupt, im Straßenverkehr geschähen viel mehr Unfälle. Dadurch haben wir versucht, unseren Gesprächspartner zum Nachdenken anzuregen und ihn so von seiner Flugangst zu befreien. Nichts anderes sagt "Nachdenken bezwingt Furcht" aus der Bezwingungsreihenfolge.

Während der westliche Arzt die Flugangst isoliert als psychisches Problem sieht und folglich psychotherapeutisch behandeln wird, gibt es für den chinesischen Mediziner diese Trennung von Körper und Geist nicht. Also wird er eine ganzheitliche Diagnose stellen.

Für ihn deutet eine übermäßige **Angst** auf eine Störung in den Funktionskreisen **Niere und/oder Blase** hin. Allerdings muß diese Vermutung noch durch weitere Untersuchung bestätigt werden. Läßt sich außer der Flugangst auch noch eine Vorliebe für **salzige** Speisen und eine **schwärzliche** Hautfärbung (z.B. Augensringe) finden, sowie ein generelles Unwohlsein während



der **Winterzeit** oder Schlafstörungen **vor Mitternacht**, erhärtet sich der Verdacht auf eine Störung im Funktionskreis Niere/Blase.

Die Behandlung der Flugangst mag nun aus einer Akupunktur-Behandlung des Nieren-Meridians und einer **salz**armen Diät bestehen. Oder nach der Reihenfolge der Bezwingung wird zum Verzehr von **Süß**igkeiten geraten: Erde (Nachdenken, süß) bezwingt Wasser (Furcht, salzig). (Vorsicht: Das Beispiel soll lediglich das chinesische Denken erläutern und kein konkreter Therapievorschlag sein!)

Grundsätzlich läßt sich feststellen, daß ein Übermaß eines krankheitsauslösenden Faktors ebenso schädlich sein kann, wie ein Mangel daran. Wenn jemand bei der unbedeutendsten Gelegenheit aus der Haut fährt, sind dies übermäßige Anfälle von Zorn. Aber ebenso schädlich ist es, wenn man seinen Zorn permanent unterdrückt und ihn nie abläßt. Ebenso einsichtig ist, daß mangelnde Freude das Herz ebenso schädigt, wie übermäßige Freude (Herzschlag, wenn man einen lange vermißten Menschen unerwartet wieder trifft). Ohne Zucker (Süßes) kann der Mensch nicht leben, aber ein zuviel an Süßem kann zu Krankheit führen.

Für alle Beobachtungen gilt, daß lediglich Abweichungen, die auffällig sind, für die Diagnose verwendet werden. Ist die Haut des Patienten weder besonders blaß, noch besonders rot, sollte nicht versucht werden, die Hautfarbe krampfhaft zu beurteilen. Die chinesische Diagnostik kann so viele Faktoren zur Beurteilung des Zustandes des Patienten heranziehen, daß auf einzelne durchaus verzichtet werden kann.

## Behandlung

Die Therapieformen, die uns zur Verfügung stehen, beziehen sich auf die Behandlung von Akupunktur-Punkten nicht mit Nadeln, sondern durch die Hand (Tuina), durch Hitze (Moxa) oder mit technischen Hilfsmittel (Laser- und Elektro-Akupunktur).

Die Behandlung mit Nadeln hat den Vorteil, daß sie eine tiefergehende Wirkung hat. Sie ist bei Störungen von Organen sicherlich effektiver. Die Verwendung der Hand bei der Reizung der Punkte dagegen erlaubt eine feinere Dosierung. Daher ist sie bei oberflächlichen Störungen im Bewegungsapparat sogar vorteilhafter als das Stechen. Im Unterschied zur verbreitet bekannten Akupressur werden nicht nur Akupunktur-Punkte behandelt, sondern zusätzlich Massagetechniken eingesetzt.

Bei der Moxa-Behandlung wird die glühende Spitze einer Kräuterzigarre über die Akupunktur-Punkte gehalten. Die entstehende Hitze auf der Haut bewirkt die gewünschte Reaktion im Meridian-System.

Tuina und Moxibustion können sowohl isoliert, als auch kombiniert mit anderen Therapieformen angewandt werden.

---

*Im Laufe der Jahrhunderte und Jahrtausende ist es der TCM gelungen körperliche Symptome, Lebensäußerungen des Patienten und besondere Phänomene in ein in sich schlüssiges Erklärungsmodell zu betten. Es lassen sich sicherlich Übereinstimmungen zwischen chinesischer und westlicher Medizin finden. Es ist u.E. aber überflüssig, diese auch unbedingt zu suchen und beweisen zu müssen. Die TCM ist eine Erfahrungsmedizin, die ihre Erkenntnisse aus der systematischen Beobachtung gewonnen hat. Sie ist -wenn man etwas salopp formuliert- das Ergebnis von einigen tausend Jahren Statistik. Somit sind Widersprüche und Ungereimtheiten aus der Sicht westlicher Medizin kein Beweis für die Schwächen der TCM, sondern nur Beleg für unterschiedliche Sichtweisen. Es geht nicht darum zu beweisen, ob die chinesische oder die westliche Medizin recht haben, sondern es gilt festzustellen, daß beide auf ihre Art recht haben, und daß beide Stärken und Schwächen aufweisen.*

---