



Kirchenplatz 6.
3380 Pöchlarn
TEL:02757/4955 Fax 49554
info@tcmmassage-zemann.at
www.tcmmassage-zemann.at

Interview mit Professor Dietmar Kummer(Uni Peking), Präsident der Chinesischen Naturheilkunde Akademie in Kulmbach, über deutsche TCM-Ausbildung.

„Das Interesse der Bevölkerung an TCM steigt rapide“

Frage: Sie bilden in Ihrer Akademie deutsche Ärzte in TCM aus. Warum gibt es da eine so große Nachfrage?

Prof. Dietmar Kummer:

Seit vor ungefähr zwanzig Jahren die Medien begannen, vermehrt über TCM zu berichten, ist das Interesse der Bevölkerung rapide gestiegen. Die Menschen schätzen an TCM insbesondere die ganzheitliche Betrachtungsweise sowie die nebenwirkungsarmen Therapieformen.

Frage: Was kann der Arzt bei Ihnen lernen?

Prof. Dietmar Kummer:

Da der Arzt mit dem westlichen Grundwissen zu uns kommt, fällt es ihm leicht während der sechs- bis achtwöchigen Kurse die Grundlagen der chinesischen Diagnose und Therapie zu erlernen. Vertiefen kann er seine Kenntnisse in einem zusätzlichen dreimonatigen Seminar in China.

Frage: Woran kann der deutsche Patient einen guten TCM-Arzt erkennen?

Prof. Dietmar Kummer:

Das wichtigste ist die sorgfältige, etwa zwei Stunden dauernde Untersuchung mit Puls und Zungendiagnose sowie bis zu 150 Fragen zu den Lebensgewohnheiten. Außerdem sollte der Arzt nicht nur ein Gebiet der TCM – etwa die Akupunktur – beherrschen. Wesentlich ist auch Kenntnis der Kräuteranwendungen. Wir helfen bei der Suche nach einem Arzt und verschicken gegen frankierten Rückumschlag Adressen (Postfach 1206, 95326 Kulmbach).

ORGANE

Was, bitte schön, hat das Herz eigentlich mit FEUER zu tun?

Im Zentrum der chinesischen Medizin steht ein naturphilosophisches System – die Lehre von den fünf Elementen. Ihnen und ihren Beziehungen sind die organischen Vorgänge zugeordnet.

Der menschliche Körper ist in der Vorstellung der Chinesen ein Abbild des Kosmos, die Organe sind mit den Fünf Elementen verbunden: das Herz mit dem Feuer, die Lungen mit dem Metall, die Milz mit der Erde, die Nieren mit dem Wasser, die Leber mit dem Holz.

Chinas ältestes medizinisches Buch lehrt: Die Fünf Elemente bestimmen durch ihr Wechselspiel alle Vorgänge in der Natur, auch die im menschlichen Körper. Ist dieses Zusammenspiel durch einen Mangel oder ein Übermaß einer oder mehrerer Kräfte gestört, versucht der Arzt, ihre Balance wieder herzustellen.

Herz (Feuer): Die Chinesen nennen es den Herrscher des Körpers. Ist die Kraft des Herzens schwach, gibt es Durchblutungsstörungen. Ein gerötetes Gesicht deutet auf übermäßige, blasse oder graue Gesichtsfarbe auf mangelnde Herzenergie hin. Das Herz ist mit der Zunge verbunden. Sie zeigt seinen Zustand an: rote Flecken deuten auf herzbedingte Schlaflosigkeit, purpurne auf Durchblutungsschwäche.

Lunge (Metall): Die Lungen werden als Minister des Herrschers Herz bezeichnet. Sie verbinden die reine Energie des Himmels durch Einatmen der Luft mit der Energie der Nahrung zur Lebenskraft des menschlichen Körpers. Kräftiges, glänzendes Haar und starke Nägel zeigen, daß die Lunge gut arbeitet. Arbeitet sie schlecht, stellen sich Schnupfen, Bronchitis, Mandelentzündung ein.

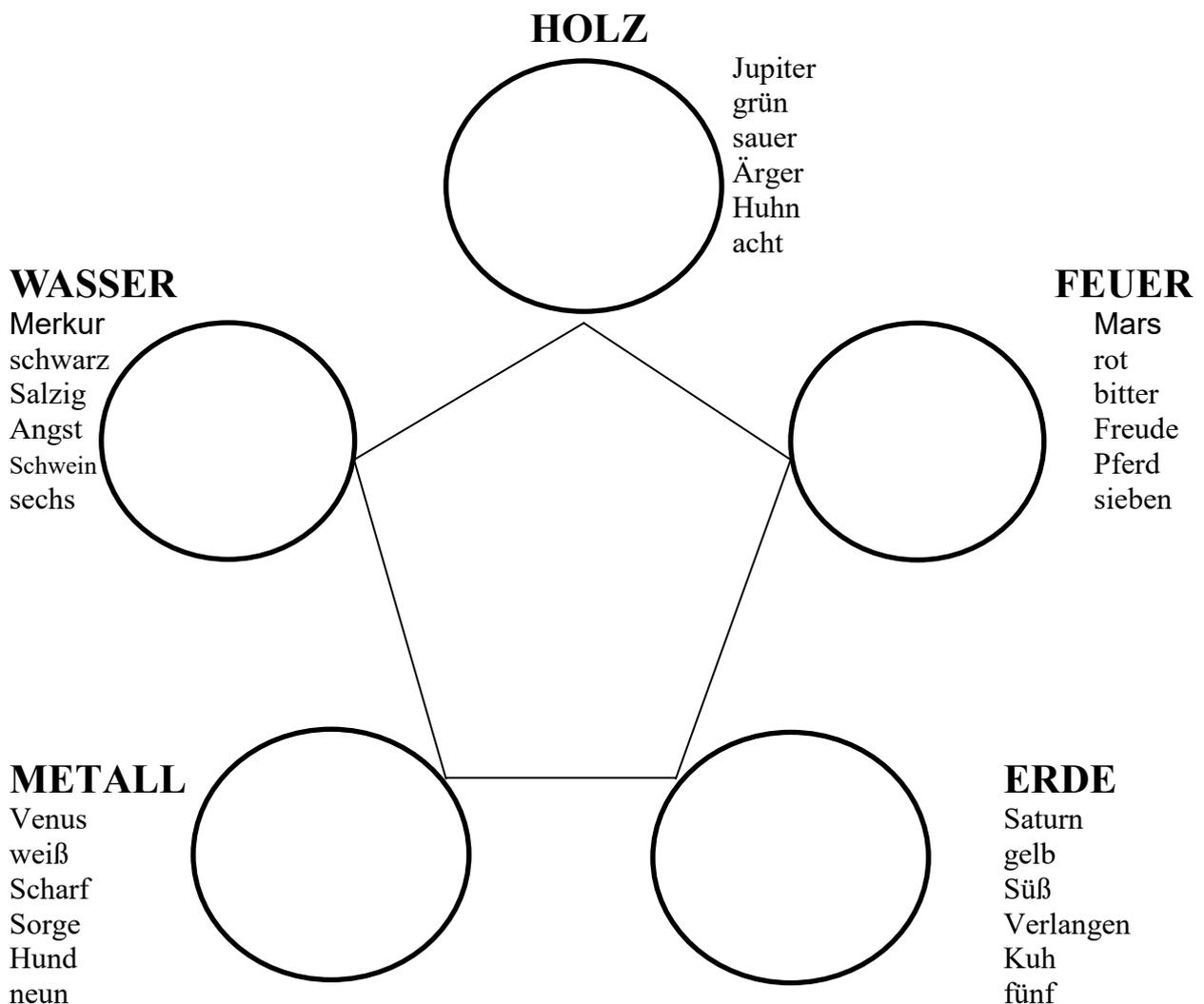
Milz (Erde): Die Milz sitzt wie die Radnabe im Zentrum des Körpers und hat eine entsprechend zentrale Funktion. Sie hält das Blut in Fluss, verwandelt die Nahrung durch wichtige Verdauungsenzyme und verteilt Nährstoffe und Lebenskraft im ganzen Körper. Der größte Teil der Nährstoffe geht ans Gehirn, weshalb die Milz als Basis der Intelligenz angesehen wird. Appetitlosigkeit, schlechte Verdauung, Schwäche, Müdigkeit, Blutarmut lassen auf eine schwache oder kranke Milz schließen.

Nieren (Wasser): Die Nieren sind die Herrscher des Wassers. Sie befreien den Körper vom Übermaß an Giften und halten das reine Wasser im Körper fest. Sie speichern die gesamte Lebenskraft des Körpers und werden als Sitz der Willenskraft angesehen. Die Kraft der Nieren darf nicht durch Übertreibung beim Arbeiten, Trinken oder Sex gemindert werden. Die Nieren steuern auch die Zeugungskraft – bei Exzessen könnte ihre Schwäche an Kinder und Enkel weitergegeben werden. Durch den Fluss der Lebenskraft sind die Nieren mit der Lunge verbunden. Blutarmut, Schlaflosigkeit, Ohrensausen und Kreuzschmerzen können eine Fehlfunktion oder Schwäche der Nieren anzeigen.

Leber (Holz): Die Leber ist der General der Kräfte, die im Körper für Ausgeglichenheit und Balance sorgt. Sie speichert das Blut und reguliert die Blutmenge, die vom Herzen in den Kreislauf geschickt wird. Die Leber steuert zudem das Verdauungssystem, stützt Milz und Magen, kann aber bei Fehlfunktion auch Bauchschmerzen, Brechreiz, Durchfall verursachen. Die Leber ist mit den Augen verbunden. Brennende, rote oder trockene Augen weisen auf Hitze in der Leber hin.

Der ewige Wettstreit der Fünf Elemente

Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser bilden die fünf Elemente der chinesischen Naturphilosophie. Jedem der Elemente sind sowohl bestimmte Organe des menschlichen Körpers als auch Farben, Planeten und vieles mehr zugeordnet. Aus den Beziehungen der Elemente – und Organe – zueinander werden die jeweiligen Heilverfahren abgeleitet.



TCM – eine sanfte, natürliche Heilkunst

Es scheint absurd: In ihrem Heimatland befindet sich die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) auf dem Rückzug, in Deutschland hingegen haben die fernöstlichen Therapiemethoden Hochkonjunktur. Der Grund dafür ist einfach: die komplizierten Arzneikompositionen aus Kräutern, Tierorganen und Mineralien sind inzwischen für die chinesischen Durchschnittsverdiener zu teuer, sie können sich nur die billigeren westlichen Arzneimittel leisten.

In der Region Peking etwa praktizieren 16000 Ärzte die westliche, aber nur noch 2600 die traditionelle Medizin. Deutsche Mediziner dagegen pilgern nach China, um die Behandlungsarten der 5000 Jahre alten Heilkunst zu erlernen. Mehrere deutsche medizinische Gesellschaften schulen ihre Mitglieder mittlerweile in den Methoden der TCM. Etwa 150 000 in Deutschland niedergelassene Ärzte haben bereits eine Zusatzausbildung und Prüfung in Akupunktur absolviert. Außerdem praktizieren zahlreiche chinesische Ärzte in deutschen Kliniken und Sanatorien.

Was aber macht diese alte Medizin des Ostens für uns fortschrittsgläubige Westler so attraktiv? Erstens: Die TCM gilt als ausgesprochen sanft. Sie ist nicht invasiv, dringt also nicht wie etwa bei Operationen in den Körper ein und verletzt ihn. Sie behandelt nur von außen – überwiegend mit Heilstoffen aus der Natur. Ihre Therapien brauchen zwar in der Regel länger, um ihre Wirkung zu entfalten, haben dafür aber weniger Nebenwirkungen.

Zweitens: Die TCM ist individuell. Sie interessiert sich nicht für den rein objektiven Befund, sondern geht auch auf die subjektive Befindlichkeit des Patienten ein. Jeder bekommt ein Präparat, das für seine Person und für niemanden sonst komponiert wurde, also keine Massenabfertigung, keine Fertigarznei, die allen helfen soll.

Zudem gilt die TCM als ganzheitlich, weil sie den Patienten und seine Krankheit in ein universales System einbindet. Der etwas esoterisch-schwammige Begriff „ganzheitlich“ ist jedoch nicht ganz zutreffend – die psychosozialen Aspekte einer Krankheit interessieren einen traditionellen chinesischen Arzt nicht.

And last, but not least: Die TCM ist erfolgreich. Und zwar gerade dort, wo die hochgerüstete Apparatedizin versagt – im Falle chronischer Erkrankungen, wenn die organischen Ursachen nicht immer exakt zu bestimmen sind. Bei Migräne etwa, Darmentzündungen, Rheuma, Schlaflosigkeit, Bluthochdruck, Asthma, Allergien, Arthrose und bei allen chronischen Schmerzen.

Doch wie arbeitet die TCM? Der Münchner Sinologe Professor Manfred Porkert: „Die TCM hat eine leistungsfähige Theorie und ist damit eine rationale Wissenschaft. Sie verlangt von den Ärzten exakte Beobachtungen und nachprüfbar Aussagen. Chinesische Ärzte stellen wie westliche Ärzte auch eine Diagnose, formulieren eine Prognose des Krankheitsverlaufs und bauen darauf ihre Therapie auf.“

So weit die Gemeinsamkeiten. Doch schon bei der Diagnose trennen sich die Wege. Die Diagnose der TCM beginnt mit einem ausgiebigen „Verhör“ des Patienten. Der Arzt befragt ihn nicht nur nach seinem Leiden, sondern auch nach seinen Ernährungsgewohnheiten, Schlaf, körperlicher Bewegung, Verdauung. Jede Antwort, sogar eine Bemerkung über gelegentlichen Heißhunger auf Süßigkeiten, ist ein Steinchen im Diagnose-Puzzle. Es kann zum Beispiel auf Störungen der Milz hindeuten.

Auch Hörvermögen, Geschmack und Temperaturempfinden liefern wichtige Hinweise. Danach betrachtet der Arzt den Patienten gründlich. Denn alle Vorgänge im Körper drängen an die Oberfläche und können dort als Bilder oder Erscheinungen beobachtet werden. So sind beispielsweise die Hautbeschaffenheit, Gesichtsfarbe, Augen, Geruch, Stimme und vor allem die Zunge wichtige „Diagnose-Instrumente“.

Der dritte Teil der Untersuchung ist für uns am schwersten zu verstehen: die Pulsdiagnose. Der chinesische Arzt zählt nicht etwa die Pulsschläge. Er vermag je nach Erfahrung, bis zu dreißig Pulscharakteristika zu unterscheiden: Der Puls kann „matt“, „leer“ oder „schlüpfrig“ sein, er kann sich wie ein „Zwiebelstengel“ oder wie eine „gespannte Gitarrensaite“ anfühlen. Der Katalog dieser Pulsarten und ihrer gesundheitlichen Bedeutung stammt aus dem dritten Jahrhundert und ist heute noch gültig. Sämtliche Beobachtungen fügt der Arzt zu einem Bild zusammen und berücksichtigt dabei auch Wetter und Sonnenstand.

Denn: Für ihn ist der Patient nicht ein ungebundenes Individuum, sondern Teil und Abbild der kosmischen Kräfte wie der irdischen Elemente. Er, der Mensch, bezieht seine Lebensenergie wie alle anderen Lebensformen aus dem Qi, der universellen Vitalenergie. Qi ist unsichtbar, geschmack-, geruch- und körperlos. Es durchdringt den ganzen Kosmos. Der Mensch nimmt es mit den Lungen aus der Luft und durch die Verdauung aus der Nahrung auf. Menge, Qualität und Balance des Qi bestimmen den Gesundheitszustand und die Dauer des menschlichen Lebens. Seine Ausgewogenheit wird von zwei polaren Kräften geregelt: Yin und Yang. Yang steht für die aktive, nach außen gerichtete männliche Kraft, für Tag, Himmel, Wärme. Yin meint die passive, die sich in sich zurückziehende weibliche Kraft, Nacht, Erde und Kühle. Beide Kräfte nehmen ab und zu, wie Ebbe und Flut. Wächst die eine, muß die andere abnehmen. Gewinnt also eine dieser Kräfte im menschlichen Körper die Überhand, kommt es zu Störungen, die behandelt werden müssen: Heißt überschüssige Yang-Kraft den Körper auf, werden kühlende Yin-Heil- und – Nahrungsmittel wie Minze verordnet. Braucht der Körper dagegen mehr wärmende Energie, sollen entsprechend mehr Yang-Nahrungs- und –Heilmittel wie Ingwer eingenommen werden.

Zwei Beispiele machen deutlich, wie diese aus der Naturbeobachtung abgeleiteten Wechselwirkungen funktionieren: Herz und Leber stehen in engen Beziehungen. Das Herz steuert den Kreislauf des Blutes, während die Leber über den Stoffwechsel Menge und Qualität des Blutes reguliert. Ist die Leberfunktion behindert, wird der chinesische Arzt versuchen, das Herz zu stärken. Denn er begreift die Krankheit so: Das Feuer des Herzens reicht nicht aus, um das Holz, das die Leber liefert, zu verbrennen.

So kommt es zu einer Blockade durch unverbranntes Holz mit Schwindel, Muskelschmerzen, Leberkrämpfen. Wenn man das Herz stärkt, kann man das Gleichgewicht von Holz und Feuer wiederherstellen, die Leber entlasten.

Die westliche Medizin kennt das Phänomen, daß Herzversagen von Nierenkomplikationen und umgekehrt Nierenprobleme oft von Herzrasen begleitet werden. Die chinesische Medizin erklärt das mit ihrem jahrtausendalten Modell so: Herz und Nieren beeinflussen einander über das Sieger-Besiegten-Verhältnis von Wasser und Feuer. Wenn in den Nieren ein Mangel an Yin auftritt, werden sie geschwächt, das Wasser verliert seine Kontrolle über das Feuer. Im Herzen entzündet sich das Feuer und führt zu Symptomen wie Unruhe und

Schlaflosigkeit. In diesem Fall behandelt der Arzt die Herzprobleme, indem er die Yin-Energie der Nieren kräftigt. Das Wasser kann das Feuer im Herzen dämpfen, die Harmonie ist wiederhergestellt. Selbst wenn uns eine solche Betrachtungsweise eher poetisch oder philosophisch denn naturwissenschaftlich erscheint: Chinas traditionelle Ärzte erzielen mit diesem analogen, das heißt auf Entsprechungen ausgerichteten Denken erstaunlich genaue Diagnosen.

Auch bei der Behandlung gehen sie wieder analog vor: Sie setzen die acht Therapieprinzipien – nach außen ableiten, erbrechen, abführen, neutralisieren, anregen, kühlen, lösen, kräftigen – stets gegenläufig zur Charakteristik der Krankheitsenergie ein. Dabei kommt es nicht wie in der westlichen Medizin darauf an, die Krankheit massiv anzugreifen und entsprechende Nebenwirkungen zu riskieren, sondern die krankmachende Energie zu neutralisieren oder der Krankheit den Boden zu entziehen.

Rückgrat der Behandlung ist die Arzneitherapie. Sie wird in vier Fünftel aller Fälle angewandt. Der Arzt stellt mit genau ausgewählten und dosierten Natursubstanzen individuelle Medikamente zusammen und verabreicht sie meist in Form von Pulvern, Pillen, Packungen oder Aufgüssen. Das im Jahr 1977 erschienene, 7700 Seiten starke „Handbuch der Chinesischen Arznei“ zählt 5767 verschiedene Drogen auf. Rund 1100 davon werden aus Pflanzen, der Rest aus Tieren oder Mineralien gewonnen. Bekannteste Mittel sind Pulver aus Gallensteinen des Wasserbüffels gegen Krämpfe und Reizbarkeit, Tigerknochen gegen Rheuma (westliche Pharmazeuten haben darin übrigens in Laborexperimenten entzündungshemmende Stoffe nachgewiesen), Bären-galle gegen Gallensteine, Nashornmehl gegen Tuberkulose, Robbenpenis für die Potenz.

Der Erfolg der TCM in Europa und vor allem in Amerika hat den Medikamenten- und damit den Tierverbrauch explodieren lassen. Tierschützer schlagen deshalb weltweit Alarm, weil der TCM –Pharma-industrie ganze Arten zum Opfer fallen. Georg Schwede vom WWF in Frankfurt: „Die Nachfrage nach TCM-Präparaten bedroht Tiger, Nashörner, Leoparden und Bären stärker als die Zerstörung ihres Lebensraum oder die Gewehre der Trophäenjäger.“ Allerdings: TCM-Ärzte und –Kliniken in Deutschland verwenden Körperteile geschützter Arten grundsätzlich nicht.

Zweites Standbein der TCM, doch bei weitem nicht so wichtig wie die Arzneitherapie, ist die Akupunktur. Die Akupunktur ist die im Westen bekannteste und auch am meisten missverstandene Behandlung. Weil unsere Ärzte das ihr zugrundeliegende Energiesystem – die Meridiane – nicht finden können, aber ihre unabweisbaren Erfolge irgendwie erklären müssen, schreiben sie die Erfolge einer Stimulierung des Nervensystems zu. Unfug, sagen chinesische Ärzte, denn in der TCM gilt das Nadeln eines Nervs als Kunstfehler.

Nach Vorstellung der TCM verläuft direkt unter der Haut ein Kanalsystem, in dem die Lebensenergie Qi zirkuliert. Auf diesen Meridianen liegen 361 Akupunkturpunkte, die das System so von außen zugänglich machen. In diese Punkte werden die Nadeln gesenkt, um das Qi zu regulieren.

Trotz aller Erfolge der TCM: Die westliche Medizin mit Laser, Herzkatheter und Antibiotika kann sie nicht ersetzen. Wohl aber ergänzen. Denn viele Krankheiten, bei denen unsere Apparatemedizin versagt, heilt oder lindert sie, so daß der Kranke mit ihnen leben kann.

Von Nadeln, Kräutern, Schröpfköpfen und Co.

Die wesentlichen Stichworte der chinesischen Heilkunde sind Harmonie und Energiefluss. Um sie zu fördern, stehen dem Arzt verschiedene Verfahren zur Verfügung. Hier die wichtigsten:

- Akupunktur: Dünne Stahlnadeln werden in die Akupunkturpunkte entlang den Meridianen („Energiebahnen“) in die Haut gestochen. Es gibt 361 solcher Punkte, benutzt werden meist nur etwa fünfzig. Jeder Punkt hat bestimmte Wirkungen auf das ihm zugeordnete Organ und auf die Körperregion, durch die der Meridian läuft. Mittels Akupunktur soll der Energiehaushalt des Körpers stimuliert beziehungsweise harmonisiert werden.
- Akupressur: Die Akupunkturpunkte werden durch kräftigen Druck der Finger angesprochen, meist zwei Punkte gleichzeitig. Dazu wird die Haut zwischen diesen beiden Punkten massiert, um den Energiefluss entlang den zuständigen Meridianen zu fördern.
- Ernährung: Küche und Apotheke, Ernährung und Heilkunde sind in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) nicht zu trennen. Denn Lebensmittel sind für die Chinesen Nahrung und Medizin zugleich. Sie sollen die Funktionen des Körpers im Gleichgewicht halten. Wer bei einer Mahlzeit einen Gang mit „heißen“ Speisen wie Lamm, Ingwer und Erdnüssen gegessen hat, versucht die überschüssige Hitze durch einen Nachtisch mit kühlen Speisen wie Melonen, Papayas und Orangen auszugleichen. Lebensmittel werden nämlich genauso klassifiziert wie Heilmittel – nach den vier Energien: Heiß sind Lamm, alles gegrillte Fleisch, Paprika, Knoblauch, Fenchel, Spirituosen, Pfeffer, Zimt, Muskat, Ingwer. Warm sind Fisch, Lauch, Sonnenblumenkerne, Zwiebeln, Pfirsiche und Petersilie. Kühl sind Äpfel, Birnen, Reis, Geflügel, Gemüse und Sojasprossen. Kalt sind Melonen, Gurken, Wasserkastanien, Rhabarber und Tee.
- Kräuter: Pulverisierte Pflanzen werden mit Wasser zu einem Brei verrührt, auf ein Stück Stoff oder Papier gestrichen und auf die kranke oder verletzte Körperstelle gelegt. Zusätzlich werden meist auch innerlich Kräuter verabreicht, zum Beispiel als Tee.
- Moxibustion: Eine Art Akupunktur mit Hitze. Eine brennende Zigarre aus Beifußkraut wird dicht über bestimmte Akupunkturpunkte bewegt, die Hitze wirkt auf den Akupunkturpunkt und den darunterliegenden Meridian.
- Qigong: Meditative Atem- und Körperübungen, die Körperenergien wieder zum Fließen bringen und Muskel und Blutgefäße beleben sollen.
- Schröpfen: Diese Behandlung soll dem Körper helfen, belastende und giftige Stoffe auszuschleiden. Die Schröpfköpfe aus Glas oder Bambus werden mit einem brennenden Alkoholbausch erhitzt und bis zu zwanzig Minuten auf die zu behandelnde Körperstelle gesetzt.
- Taiji: Ursprünglich eine Kampfkunst zur Selbstverteidigung. Die fließenden, langsamen Bewegungen, das bewusste Atmen soll den Körpervorgängen ihren natürlichen Rhythmus wiedergeben, den Energiekreislauf harmonisieren. In China heute eine Art Volkssport zur Krankheitsvorbeugung und Förderung eines langen, vitalen Lebens.

Krankheiten, Ursachen und Heilmethoden

Gegen (fast) alles ist ein Kraut gewachsen. Die Chinesen haben die Kunst der Anwendung noch nicht verlernt und nutzen zahlreiche Pflanzen – als Tee, Packung oder zum Inhalieren.

KRANKHEIT	URSACHEN UND BEHANDLUNG
Arthritis	Ausgelöst durch feuchten Wind. Zum Erwärmen/ Verdunsten: Angelikawurzel, Eisenhutwurzel, Bast der Korkeiche
Bluthochdruck	Schwaches Yin der Leber und „innerer Wind“. Leber soll gestärkt werden durch Chrysanthemenblüten, Pfingstrose
Diabetes	Hitze in Magen, Lunge und Milz: Lilienwurzel, Lotussamen, Maulbeeren, Knolle des Chinesischen Maiglöckchens
Ekzeme	Heißer oder kalter Wind: Schlangenhaut, Chinarinde, Früchte der Beerenzypresse
Erkältung	Wind und Kälte in der Lunge: Blätter vom Maulbeerbaum, Minze und Geißblatt
Gallensteine	Hitze in Leber und Galle. Blutweiderich, Blätter Chinesischen Birne, Rhabarber
Geschwüre	Hitze im Blut: Chinesisches Goldkraut, Veilchen, Rhabarber, Pfingstrose als Packung
Grauer Star	Schwächung von Leber und Nieren: Preiselbeeren, Chrysanthemenwurzel, Tulpenbaum
Grippe	Wind oder Feuchtigkeit: Moxibustion mit Geißblatt, Zimtbaum, Rauchbad
Impotenz	Nierenschwäche: Baumfarnwurzeln,
Ödeme	Schwäche von Milz, Nieren und/ oder Lunge: Ingwer, Eisenhut
Reizmagen	Milzschwäche. Leber-Milz-Disharmonie: Ginseng, Lakritzwurzel, Orangenschale
Schlaflosigkeit	Nierenschwäche, Hitze des Herzens: Silberefeu-Pulver, Baumpilze, Jujube-Beeren
Schluckauf	Plötzliche Hitze oder Kälte, auch durch träge Verdauung: Ingwer, Rhabarber, Farn
Ohrensausen	Nierenschwäche, schlechtes Wasser im Körper: Schwarzer Ingwer, Maulbeerfrüchte