

Die Grundlagen der chinesischen Medizin

Manuskript von Dr. Christian Schmincke

zur Verfügung gestellt von der Homepage des
ACM/FCM/TCM, www.ag-tcm.de

Inhalt

Die chinesische Medizin - Geschichte und
Verbreitung

Chinesische Medizin und Schulmedizin

Die chinesische Medizin - Sichtweise und
Methodik

Die chinesische Medizin Geschichte und Verbreitung

von Dr. Chr. Schmincke

Die chinesische Medizin - Geschichte und Verbeitung

Die chinesische Medizin ist in aller Munde.

Illustrierte bringen Portraits der ersten deutschen TCM- Klinik, das Fernsehen berichtet über wunderbare Heilungen, an einigen Stellen in Deutschland werden chinesische Therapiezentren gegründet, in denen aus China eingeflogene Ärzte Ihre Kunst aus- üben... Was ist dran an der chinesischen Medizin?

Wieder eine neue Mode auf dem Markt der alternativen Gesundheitsszene?

Nun, diese "Mode" hat sich bisher als ziemlich langlebig erwiesen, zumindest in den Ländern des fernen Ostens.

Als Europäer wundern wir uns über das enorme Alter der in China nach wie vor breit praktizierten traditionellen Medizin.

Aus dem Dunkel der Frühgeschichte hat sie sich über einige tausend Jahre - davon 2000 Jahre schriftlich dokumentiert - bis in die heutige Zeit kontinuierlich entwickelt und erhalten. Revolutionen, kulturelle Umwälzungen konnten ihr nichts anhaben; noch heute werden weltweit ein bis zwei Milliarden Menschen mit ihren Methoden behandelt. Der innere Grund für diese Langlebigkeit liegt wohl in der einzigartigen Flexibilität und Universalität der ihr zugrunde liegenden Naturauffassung, die es zig Generationen von Gelehrten und Ärzten ermöglicht hat, praktisch verwertbares Wissen über Mensch und Natur, Krankheit und Heilung anzusammeln.

Warum hat der Westen für dieses Heilsystem über all die Jahrhunderte so wenig Interesse gezeigt?

Es gab Zeiten bei uns, in denen die größten Geister Europas den hohen Rang der chinesischen Wissenschaft erkannten. So schreibt Leibniz am 21. März 1692 "... (die Chinesen) sind überlegen im Beobachteten, (wir) im Erdachten; tauschen wir die Gaben aus und entzünden wir Licht am Lichte!"

Dieser Plan eines Wissensaustausches zwischen den bedeutendsten Kulturen jener Zeit fiel politischer Kleinkrämerei zum Opfer.

Es folgte die Zeit der Abschließung Chinas von der westlichen Welt, die im 19. Jahrhundert durch die Kanonen der europäischen Kolonialmächte gewaltsam beendet wurde.

Erst unser Jahrhundert, in dem das vordem so fortschrittsgläubige Abendland an sich selbst zu zweifeln begonnen hat, war bereit, sich erneut mit der fernöstlichen Kultur auseinanderzusetzen.

Es waren naturheilkundlich orientierte Ärzte wie Bachmann, Stiefvater, Heribert Schmidt u.a., die die chinesische Heilmethode der Akupunktur und Moxibustion (Haut- Erwärmung mittels Abbrennens von Artemisia- Kraut) nach dem zweiten Weltkrieg in Westdeutschland eingeführt haben.

Ursprungsländer waren damals Indochina (über Frankreich) und Japan. Mit der Öffnung der VR China Anfang der 70er Jahre setzte dann ein lebhafter Wissenschaftsaustausch zwischen China und dem Westen ein, in dessen Gefolge die Akupunktur und verwandte Richtungen bei uns einen bemerkenswerten Aufschwung nahmen.

Jetzt zeigte sich, daß die Akupunktur nur eine Einzelmethode aus einem umfassenden medizinischen Konzept, der TCM ("Traditional Chinese Medicine") darstellte, die an Therapieverfahren neben der Akupunktur noch eine Arzneitherapie, besondere Massage-

Die chinesische Medizin Geschichte und Verbreitung

von Dr. Chr. Schmincke

und Übungspraktiken und eine Diätetik einschließt; alles eingebettet in eine eigene Krankheitslehre mit einer speziellen Terminologie und Diagnostik.

Innerhalb der therapeutischen Richtungen der Gegenwart nimmt die TCM einen wichtigen Platz ein:

Die traditionelle chinesische Medizin wird in China an ca. 25 medizinischen Hochschulen mit Universitäts- rang hauptfachmäßig unterrichtet.

In Deutschland existieren z.Zt. mindestens fünf ärztliche Gesellschaften für Akupunktur und/oder TCM, deren mitgliederstärkste, die DÄGfA (Deutsche Ärztegesellschaft für Akupunktur), momentan die größte Fachgesellschaft im Bereich der Naturheilkunde überhaupt sein dürfte.

Akupunkturbehandlungen werden inzwischen von den meisten gesetzlichen Krankenver- sicherungen (nach Einzelfallprüfung) anerkannt und durch Kostenbeteiligung außerhalb der Gebührenordnung honoriert.

Akupunktur bei Schmerzerkrankungen wurde in die neue Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ 96) aufgenommen.

In Bayern wurde vor einigen Jahren die TCM- Klinik Kötzing gegründet, die volle Kassenanerkennung besitzt.

Die vier vermutlich bedeutendsten deutschen (Medizin- Fachverlage haben entweder Akupunktur- Lehrbücher herausgegeben, oder sind mit konkreten Planungen und Vorarbeiten in diese Richtung befaßt.

Der auf seinem Gebiet führende Deutsche Apotheker Verlag gibt das Standardwerk der Chinesischen Arzneitherapie in deutscher Sprache heraus.

Chinesische Medizin und Schulmedizin

von Dr. Chr. Schmincke

Chinesische Medizin und Schulmedizin

Wer in Europa chinesische Medizin praktiziert, tut dies nicht im luftleeren Raum. Unsere Kultur hat ja ihr eigenes medizinisches System entwickelt, die "westliche Medizin", wie die Chinesen sagen. Wir nennen sie, weil sie an unseren Hochschulen gelehrt wird, die "Schulmedizin".

Diese Schulmedizin ist einer der Eckpfeiler unseres Gesundheitssystems, dessen Funktion der Grundsicherung bei Krankheit, Unfall, Invalidität eine der großen sozialen Errungenschaften unserer Gesellschaft darstellt.

Wenn Sie einen Unfall haben oder auf der Straße zusammenbrechen, werden alsbald fachkundige Hände sich Ihrer annehmen: Sanitäter, Sankafahrer, Schwestern, Narkosearzt, Chirurg ... Ein ganzer Maschinenpark, eine Apotheke voller Medikamente werden nur für Sie bereitgehalten, damit Ihr Leben gerettet und Ihre Gesundheit, soweit möglich, wiederhergestellt wird.

Dieses Beispiel steht für die positive Seite der Schulmedizin und zeigt einen der Gründe, warum zu recht gesagt wird, die medizinische Versorgung der Bevölkerung war nie so gut wie heute.

Mit der Kehrseite der Schulmedizin werden wir konfrontiert, wenn wir uns dem Thema chronische Krankheiten zuwenden.

Hier hat es den Anschein, als ob die Verfahren, die sich in der Akutmedizin so glänzend bewährt haben, versagen und trotz (oder wegen?) der kurzfristigen Linderung der Akutsymptome das Chronischwerden der Krankheit nicht verhindern können, sondern im Gegenteil der Chronifizierung leider oft genug Vorschub leisten.

Nehmen wir als Beispiel die Art und Weise wie mit Fieber und Entzündung umgegangen wird.

Gegen Fieber und Entzündungsvorgänge werden u.a. eingesetzt: Fiebersenker wie Aspirin; Antibiotika, Rheumamittel, Cortison. Alle diese Mittel bremsen Immunprozesse und sind deshalb in Situationen angezeigt, in denen eine entfesselte Überaktivität des Immunsystems oder ein den Organismus überforderndes Wachstum von Erregern Gefahren für Leib und Leben heraufbeschwören.

In allen anderen Fällen sind diese Mittel der Gesundheit eher abträglich. Hier müssen wir zwei Situationen unterscheiden:

1. Akute Alltagsinfekte können eine wichtige Rolle als Immuntraining und als Regenerationshilfe spielen, weil am Ende eines Infektes oft Reinigungs- und Ausleitungsaktivitäten ablaufen, bei denen auch "Altlasten" mobilisiert und ausgeschieden werden können.

Hier behindern Immunblocker sinnvolle physiologische Funktionen.

2. Chronische Entzündungen ohne äußeren Anlaß aufgrund einer Fehlsteuerung des Immunsystems, meist Autoimmunerkrankungen.

Hier ist die Lage etwas komplizierter:

Stellen Sie sich vor, Sie fahren in einem Auto, bei dem die Lenkung defekt ist. Der Wagen schießt mal nach links, mal nach rechts, mal geradeaus, ganz wie er will. Er ist außer Kontrolle. Wenn Sie nicht in den Abgrund fahren wollen, müssen Sie auf die Bremse steigen. Wenn Sie aber mit dem Wagen noch eine Wegstrecke bewältigen wollen, dann sollten Sie die Lenkung reparieren, im Langsamfahren erproben,

Chinesische Medizin und Schulmedizin

von Dr. Chr. Schmincke

nachjustieren usw. Das geht nur, wenn Sie den Fuß von der Bremse nehmen.

Diese Möglichkeit, die Immunsteuerung wieder in Ordnung zu bringen, hat die Schulmedizin in den letzten Jahrzehnten merkwürdigerweise ganz aus den Augen verloren.

Sie versteift sich auf die Bremsmethode und gelegentliches Gasgeben, und dies ungeachtet der Nebenwirkungsrisiken, die den "Immunbremsen" allesamt anhaften.

Das, was hier über die Behandlung von Entzündungen und Immunstörungen (zu denen im übrigen auch die Allergien gehören) gesagt wurde, gilt im Prinzip auch für andere Diagnosen und Symptome wie Schmerzerkrankungen, nervöse Verspannungen, Periodenstörungen, Depressionen usw.

Einiges spricht für die Faustregel: Was akutmedizinisch nützt, kann bei chronischen Krankheiten schädlich sein.

Warum das so ist?

Die Mittel, die stark und schnell und ohne Ansehen der Person wirken sollen, können auf Regelkreise keine große Rücksicht nehmen. Gestörte Regelkreise sind aber die Grundlage fast aller chronischen Krankheiten.

Wie stellt sich die chinesische Medizin diesem Problem, wie erkennt und behandelt sie krankhaft gestörte Regelkreise des Organismus?

Die chinesische Medizin Sichtweise und Methodik

von Dr. Chr. Schmincke

Die chinesische Medizin - Sichtweise und Methodik

Um Ihnen einen Einblick in das Riesengebiet der chinesischen Medizin zu verschaffen, lassen Sie mich einen Seiteneinstieg wählen und über das Wetter und seine Wirkung auf das Immunsystem sprechen.

Die chinesische Medizin schaut zunächst einmal von außen auf den Organismus und fragt: Welche Störgrößen können den geregelten Fluß der Lebensfunktionen vom Kurs abbringen?

Es werden zweierlei Faktoren unterschieden, die unsere Anpassungsfähigkeit überfordern, die klimatischen und die emotionalen.

Die fünf wichtigsten schädlichen Witterungsfaktoren sind Nässe, Trockenheit, Hitze, Kälte und Wind.

Diese Klimafaktoren sind nicht an sich schädlich. Im Alltag reagieren wir ununterbrochen auf atmosphärische Schwankungen - durch Öffnen und Schließen der Hautporen, durch Zunahme und Abnahme der Durchblutung von Haut und Schleimhäuten, durch Veränderung der Atmung oder aber durch Anziehen eines Mantels. Die Chinesen nennen diese Fähigkeit, sich (meist) unbewußt und rasch auf atmosphärische Veränderungen einzustellen, das "Wei Qi".

Erst wenn dieses Wei Qi überfordert ist, weil wir müde sind oder geschwächt, oder weil die Klimakonstellation so aggressiv ist, daß niemand ihr entkommt (Grippe-Epidemien), tritt das in Aktion, was mit Abwehr im westlichen Sinne zu tun hat: Wir bekommen Schnupfen oder Durchfall oder einen steifen Hals usw.

Von größter Tragweite sind an dieser Stelle drei Beobachtungen der alten chinesischen Ärzte:

1. Jedes der fünf "Witterungsübel" löst allein oder in Kombination ganz bestimmte Reaktionen im Organismus aus: So führt z.B. Nässe zu Übelkeit, Abgeschlagenheit und Durchfall, Wind zu tränender, juckender Bindehaut, Wind- Kälte zu Schnupfen, Trockenheit zu Husten ohne Schleim, Schründen, Hauttrockenheit.

2. Die Menschen reagieren unterschiedlich: Der eine ist durch Wind, Wetterwechsel und Zugluft leicht überfordert, der andere kommt mit feuchtem und nebligem Wetter nicht zurecht, wieder ein anderer scheut die Kälte usw.

Diese Reaktionsweisen sind so charakteristisch für einen Menschen, daß man (natürlich mit der Möglichkeit der Kombination) vom "Wind-Typ" oder "Kälte-Typ" usw. sprechen kann.

Auffallend ist, daß diese "Wettertypen" sich auch sonst in ihren Reaktionen unterscheiden: Der "Wind-Typ" hat z.B. leicht Probleme mit der Regelung seiner Aggressionen, leidet auch eher an Verspannungen und läuft ein höheres Risiko als andere, dereinst einen Schlaganfall zu bekommen. Der "Kälte-Typ" ist eher ängstlich, bekommt leichter eine Blasenentzündung und ist besonders gefährdet gegenüber Gelenkserkrankungen.

3. Wenn es der Abwehr nicht gelingt, das "Witterungsübel" mit Hilfe eines produktiven Infektes über Fieber, Schleimausleitung und ähnliche Heilreaktionen zu bewältigen, dann sinkt dieser Störfaktor in die "Tiefe" des Organismus und bereitet den Weg für die Entwicklung einer chronischen Krankheit.

Unsere Naturheilkunde sagt: der Infekt ist nicht aus-, sondern eingehüllt.

Die chinesische Medizin Sichtweise und Methodik

von Dr. Chr. Schmincke

Im Laufe von Jahren kann der Mensch schließlich verlernen, mit den üblichen Infektzeichen zu reagieren, auch wenn die Umgebung hustet und schnupft.

Es ist eine Reaktionsstarre des Wei Qi eingetreten. Der Infekt wird kaum oder garnicht bemerkt und trotzdem kann diese klimatische Überforderung das Entstehen einer chronischen Erkrankung im Verborgenen fördern. Ist diese aber bereits ausgebrochen, dann löst der Infekt einen Schub oder eine Verschlechterung dieser Krankheit aus (so bei Multipler Sklerose, Darmentzündung, Depression, Rheuma, Asthma usw.). Diese letzte Beobachtung paßt gut zu modernen Erkenntnissen über die Entstehung von Autoimmunkrankheiten: Eine im Körper schwelende Entzündung, die von nicht restlos ausgeheilten Infekten ihren Ausgang genommen hat.

Mit diesen Bemerkungen über das Thema "Wetter und chronische Krankheiten" wollte ich Ihnen ein kleines Fenster in Sicht- und Denkweise der chinesischen Medizin öffnen. Die Ergebnisse der westlichen Bakteriologie werden hierdurch nicht verneint, sondern ergänzt, indem Antworten auf praktische Fragen gegeben werden, über die die westliche Wissenschaft gerne hinweggeht: Warum steckt sich der eine an einer Grippe an, der andere nicht, warum sehen wir bei chronisch Kranken immer wieder diese Zustände von Erkältungslosigkeit, und zwar sowohl in den Jahren vor als auch nach dem Ausbruch ihrer Erkrankung.

Die Aufgabe der chinesischen Diagnostik ist, um den roten Faden wieder aufzunehmen, herauszufinden, welche Witterungsfaktoren, jetzt als Reaktionstypen genommen, in einer chronischen Krankheit verborgen sind. Ist es z.B. Kälte, dann finden wir häufig auffallend kalte Füße, die oft mit der Wärmflasche behandelt werden müssen, bevor man oder Frau einschlafen kann, ferner Neigung zu Blasenentzündungen oder Leistenbrüchen, eher keine Verstopfung, wenig Durst, Kältezeichen in der Puls- und Zungendiagnostik... Natürlich kommen alle möglichen Kombinationen und Überlagerungen durch Ernährung und Lebensweise mit ins Spiel, so daß die chinesische Diagnostik oft der Arbeit des Archäologen vergleichbar ist.

Bei der Diagnosestellung werden natürlich außer den in der Krankheit verborgenen Witterungsfaktoren noch andere Momente wie betroffener Organbereich, Gewicht emotionaler Einflußgrößen, Schlackenüberlagerung und vieles andere mehr berücksichtigt. Entsprechend der Diagnose wird eine chinesische Arzneirezeptur zusammengestellt. Diese besteht aus Pflanzenteilen oder Mineralien, die in eher hoher Dosierung (1 - 12 Gramm der Einzelkomponenten pro Tag) als Abkochung verabreicht wird.

Die Arzneidrogen sind in ihrer Wirkung außerordentlich präzise beschrieben. Die Arzneibücher geben genau an, in welchem Maße ein Mittel kühlt oder wärmt, trocknet oder befeuchtet, die Lebensenergie nach oben hebt (aktiviert) oder absenkt (ruhig macht), auf welchen Organbereich es wirkt und anderes mehr.

Die Kenntnis der Arzneimittelwirkung macht es dem Therapeuten möglich, Arzneireaktionen des Patienten auch dann einzuordnen, wenn nicht gleich der gewünschte therapeutische Effekt eingetreten ist. Derartige Beobachtungen führen zu einer ständigen Korrektur und Anpassung von Diagnose und Rezeptur an die individuelle Reaktionsweise des Patienten.

Die Arzneitherapie, die auch in China den wichtigsten Platz im Methodenkonzert der traditionellen Medizin einnimmt, wird in unserer Klinik stets kombiniert mit Verfahren, die in China der "äußeren Behandlung" zugeordnet werden:

Die chinesische Medizin Sichtweise und Methodik

von Dr. Chr. Schmincke

Die hierzulande am ehesten bekannte Akupunktur besteht in der Reizung bestimmter Punkte der Körperoberfläche meist mit Hilfe von sehr dünnen Nadeln aus Edelstahl. Hierdurch erreicht man einen Ausgleich "energetischer" Spannungszustände, mit der Folge, daß Schmerzen, Unruhe und vegetative Beschwerden nachlassen, und zwar häufig noch unter der Behandlung. Darüberhinaus läßt sich durch eine adäquate Punktstimulation die Funktionslage innerer Organe beeinflussen.

Grundlage aller "äußeren Verfahren" ist die Lehre von den Energiebahnen ("Meridianen"). Die Chinesen haben vor einigen tausend Jahren entdeckt, daß die Körperoberfläche der höheren Tiere, also beim Menschen die Haut und die darunter liegenden Muskel- und Bindegewebe, noch eine andere Funktion haben als die, die westliche Anatomie und Physiologie heute beschreiben.

Unsere westliche Wissenschaft vom Menschen hat für die Phänomene, um die es hier geht, keine adäquate Sprache entwickelt. Wir sind darum genötigt, zu Begriffen aus der Physik wie "Energie" Zuflucht zu nehmen.

Aber vielleicht kann man die chinesische Erkenntnis so beschreiben:

Die Oberfläche des menschlichen Körpers hat eine eigene vitale Ausstrahlung, die von inneren Prozessen des Organismus und unbewußten seelischen Kräften aufgebaut und reguliert wird. Die Ausstrahlung verdichtet sich in bestimmten Linien, die den Körper netzartig überziehen, den Energiebahnen oder Meridianen.

In den Meridianen fließen Energie und "Blut" (chinesisch "Qi" und "Xue").

Dieses Fließen läßt sich über bestimmte "Löcher" in den Bahnen, die Akupunkturpunkte, beeinflussen.

Die 12 paarig angelegten Meridiane haben einen inneren und einen äußeren Verlauf. Sie bilden ein eigenes System, dessen Ausgewogenheit von äußeren Faktoren und von Störungen der inneren Organe beeinträchtigt werden kann. Durch eine Reizung der Meridianpunkte von außen läßt sich ein gestörter Fluß in den Meridianen anregen und regulieren, was einerseits Balancestörungen und Stauungen im äußeren Meridiansystem beheben, andererseits die inneren Organe beeinflussen kann.

Beispiele:

Schmerzen sind, unabhängig von dahinter liegenden zusätzlichen Ursachen, immer mit einem gestörten Energiefluß in den Meridianen verbunden. Darum gibt es kaum Schmerzzustände, bei denen die Akupunktur nicht wenigstens kurzfristig hilft.

Erregungszustände, Nervosität sind häufig begründet in einer "kopflastigen" Gleichgewichtsstörung des Energieflusses; auch hier können die Akupunkturadeln rasch helfen, indem sie erlauben, Energie von oben nach unten zu führen.

Übelkeit, Atemnot bei Asthma, Juckreiz bei Ekzem sind weitere Symptome, die häufig kurzfristig auf die Nadelung reagieren.

Die Energiebahnen und -punkte lassen sich auch noch auf andere Weise anregen als durch das Einstechen und Manipulieren von Metallnadeln. Zur Verfügung stehen ferner die Punkterwärmung durch Abbrennen von Moxakraut, das Schröpfen und manuelle Methoden wie die Akupunktur-Massage und das Shiatsu.

Auch die verschiedenen Übungsformen des Qigong sind geeignet, das Fließen in den Leitbahnen anzuregen und zu regulieren. Vorteil des Qigong ist, daß Patienten lernen, selbst etwas für ihre Gesundheit zu tun.

Nach diesen Bemerkungen über Sichtweise und Methodik der chinesischen Medizin komme ich zum Ende meines Vortrags.

Viele Fragen konnten nicht angesprochen werden. Wahrscheinlich interessiert Sie aber noch zu erfahren, bei welchen Erkrankungen denn die chinesische Medizin helfen

Die chinesische Medizin Sichtweise und Methodik

von Dr. Chr. Schmincke

kann.

Eine allgemeine Antwort auf diese Frage ist jedoch nicht leicht.

Vielleicht kann man es so ausdrücken: Alle Krankheiten, bei denen Heilreaktionen möglich sind. Dabei sind die Behandlungsaussichten weniger von der Art der Diagnose, als vielmehr von der Vorgeschichte und, ganz besonders, von den Vorbehandlungen abhängig.