



Traditionelle Chinesische Medizin

# Diagnose und Therapien

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) basiert auf Erfahrungen und Behandlungen, die sich mindestens 2000 Jahre in schriftlicher Form zurückverfolgen lassen. Sie wird bis heute als eigenständiges Medizinsystem in China, und zunehmend auch in der westlichen Medizin, angewandt und unterrichtet. Im Gegensatz zur uns bekannten klassischen Schulmedizin ist die TCM eine empirische Medizin, welche den Patienten in seiner Gesamtheit betrachtet und behandelt.

Von Dr. med. Sandra Bürklin

Die Diagnose nach den Regeln der TCM wird mithilfe einer ausführlichen TCM-Anamnese, einer vollständigen Untersuchung, der Zungen- und der Pulsdiagnose gestellt. Anhand dieser spezifischen Diagnose wird ein Behandlungskonzept entwickelt, welches je nach Notwendigkeit die Behandlung mit Akupunktur, Pharmakotherapie und Ernährungsberatung einschließt. Zudem werden häufig Hinweise zu einer Verbesserung der Lebensführung gegeben. Auch eine Behandlung mit manuellen Therapien, etwa Tuina, sowie das selbstständige Praktizieren von z. B. Taiji oder Qigong durch den Patienten ist hilfreich und gesundheitsförderlich. Eine besondere Bedeutung kommt in der TCM der Gesunderhaltung des Menschen, zusätzlich zur Behandlung von akuten Erkrankungen, zu. In diesem Sinne wurde früher in China ein Arzt als erfolgreich und gut bezeichnet, wenn er keine »kranken« Patienten hatte.

## Chinesische Diagnostik

Die Grundlagen für eine Diagnose nach den Regeln der TCM bilden die Symptome des Patienten, sein äußeres Erscheinungsbild sowie die Zungen- und Pulsdiagnose. Dabei wird schwerpunktmäßig vor allem das aktive Körpergewebe beurteilt. Dies schließt die Funktion der inneren Organe und den Zustand der Muskeln und Sehnen ein. Die Befragung der Patienten umfasst auch ihre aktuellen Beschwerden. Einbezogen werden zudem Appetit, Verdauung, Schlaf und Temperaturempfinden. Das äußere Erscheinungsbild wird anhand von bestimmten Kriterien der TCM beurteilt, etwa was den Geruch, Stimmklang und die Bewegungen des Patienten anbelangt.

Die Zunge des Patienten wird als Abbild des energetischen Zustands des Patienten angesehen und erlaubt die diagnostische Beurteilung

aufgrund der Größe, Form, Farbe und Struktur der Zunge und des Zungenbelags.

Bei der Pulsdiagnostik ertastet der Arzt an sechs definierten Stellen in jeweils drei definierten Tastniveaus unterschiedliche Pulsqualitäten. Diese geben ihm einen Hinweis auf die Zusammensetzung der Gewebe (Blutgefäße), die nährenden Flüssigkeiten (Blut) und die aktive Energie (Pulsweite) des Körpers des Patienten. Die Qualitäten des Pulses zeigen dem Arzt die energetischen Veränderungen im Körper des Patienten auf.

Zusammen ergeben diese vier diagnostischen Kriterien eine Diagnose der TCM, aus welcher die weitere Behandlung hervorgeht und anhand derer eine Therapiestrategie entwickelt wird. Grundsätzliche Erklärungsmuster der TCM schließen die Einteilung der Beschwerden anhand der fünf Wandlungsphasen oder auch der sechs Schichten ein und ermöglichen es häufig, Beschwerden bereits in einem Stadium zu erkennen, in dem die Krankheit noch nicht durch technische Verfahren erkannt werden kann.

## Therapien

Zu den Therapien der TCM zählen die Akupunktur, die Wärmebehandlung mit Moxatherapie, die Pharmakotherapie, die Ernährungstherapie und auch manuelle Therapien wie z. B. Tuina. Ergänzt wird dieses Behandlungskonzept der fünf Säulen durch vom Patienten selbstständig durchzuführende Übungen des Qigong oder Taiji. Im Verlauf sollten die Patienten vor allem ihre Lebensführung anpassen und optimieren, um den erzielten Behandlungserfolg und vor allem eine Gesunderhaltung ihres Körpers zu fördern.

Ein häufiger Anblick in China:  
Ältere Menschen praktizieren Taiji.

## Akupunktur

Die Traditionelle Chinesische Medizin betrachtet den Menschen in seiner Gesamtheit, und ihre Behandlungen beruhen vor allem auf einer Wiederherstellung des energetischen Gleichgewichts des Körpers. Das energetische Potential des Menschen wird als »Qi« bezeichnet und soll sich im gleichmäßigen Fluss auf definierten Leitbahnen (Meridianen), welche unterhalb der Haut vorhanden sind, befinden und die Organe des Körpers versorgen und erhalten.

Durch die Behandlung mit Akupunktur werden an verschiedenen, genau definierten Punkten, das Qi und sein Fluss in den Meridianen beeinflusst. Dadurch ist es möglich, den Energiefluss im Körper zu harmonisieren, Organe gezielt zu stärken oder überschüssige Energie abzuleiten und pathologische, krankheitsauslösende Faktoren gemäß der TCM-Diagnose zu eliminieren. Eine Behandlung dauert etwa 25 bis 30 Minuten, und es werden mehrere Punkte stimuliert. Für die Behandlung von akuten Erkrankungen werden meist zwischen zwei und zehn Behandlungen benötigt, bei chronischen Erkrankungen können auch mehr Behandlungen nötig und sinnvoll sein.

Die dabei benutzten Akupunkturnadeln sind sehr filigran und haben meist einen Durchmesser von nur ca. 0,25 Millimeter im Gegensatz zu beispielsweise Blutabnahmekanülen. Da-



durch ist sogar eine Behandlung von Patienten möglich, die eigentlich sehr große Angst «vor Nadeln» haben. Zudem spüren viele Patienten bereits bei der ersten Behandlung eine positive Wirkung auf ihren Körper.

## Pharmakotherapie

In der Traditionellen Chinesischen Medizin stellt die Behandlung mit Pharmakotherapie eine wichtige Basis dar. Hierfür werden vor allem pflanzliche Heilmittel wie etwa Blüten und Rinden benutzt.

In Deutschland werden die unterschiedlichen Einzelmittel und ihre Zusammensetzungen in speziell auf den Patienten abgestimmten Rezepturen nur über Apotheken abgegeben. Dadurch ist die Qualität und Herkunft der Heilmittel gesichert. Es besteht auch die Möglichkeit einer Therapie mit fertig hergestellten Tabletten, welche nach höchsten Qualitätsstandards produziert werden und einer ständigen EU-Kontrolle unterliegen.

Die Arzneimittelsicherheit, welche durch den Bezug über Apotheken und die dort vorherrschenden ständigen Qualitätskontrollen gewährleistet werden kann, stellt genauso wie in der Schulmedizin eines der wichtigsten Prinzipien der Therapie dar.

Durch die Behandlung mit chinesischen Arzneimitteln ist es vor allem möglich, energetische Mangelzustände im Körper zu beheben, einen gleichmäßigen Fluss des Qi zu gewährleisten und pathogene Faktoren akut und dauerhaft auszuleiten.

## Ernährungsberatung (Diätetik)

In China war man sich schon zu sehr früher Zeit bewusst, dass eine ausgewogene Ernährung eine wichtige Voraussetzung für die Gesundheit ist. Man betrachtete daher Nahrungsmittel als mild wirkende Medikamente und setzte sie gezielt im Alltag ein. Sie können wärmend oder kühlend wirken, stabilisierend und erhaltend oder auch ausleitend sein. Zudem erhalten die Patienten dadurch die großartige Möglichkeit, selbst an der Wiederherstellung und auch Erhaltung ihrer Gesundheit zu arbeiten – und diese langfristig zu gewährleisten.

## Lebensführung

Die Lebensführung hat in China einen sehr hohen Stellenwert und ist zur Erhaltung der Gesundheit in der chinesischen Kultur tief verwurzelt. Die Vermeidung von Krankheiten (die häufig auch tödlich enden konnten) und die Stärkung des Körpers war für die Menschen in früherer Zeit das wichtigste Werkzeug um lange zu überleben. Die Menschen führten daher

## SMS – Societas Medicinae Sinensis

### Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e. V.

Die SMS ist eine der ältesten deutschsprachigen Ärztesellschaften für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und bildet seit 40 Jahren in allen Disziplinen aus: in Akupunktur, chinesischer Arzneimitteltherapie, Ernährungstherapie, Diätetik und in den Bewegungstherapien Taiji und Qigong sowie der manuellen Therapie Tuina. Neben den Ausbildungen bietet die SMS auch Praxisseminare für Patienten und Interessierte.

Kursbeispiel: Sommerwoche Chinesische Lebenspflege

Einwöchiger Kurs in erholsamer, ländlicher Atmosphäre nach den Prinzipien der TCM. Tägliches, intensives Qigong-Üben, Selbstmassage und Anwendung von Tuina-Massagetechniken, praktisches Kochen und Theorie. 9. – 14.8.2020 im Chiemgau

Nähere Infos: [www.tcm.edu](http://www.tcm.edu)

regelmäßig geistige und auch körperliche Maßnahmen wie beispielsweise Qigong oder Taiji durch und bereiteten auch entsprechend ihres körperlichen und geistigen Zustands ihre Nahrung zu.

## Tuina

Die Tuina-Massagetechnik stellt eine der fünf Säulen der Behandlungen nach der TCM dar und wird vor allem bei Beschwerden des Bewegungsapparats und zur Behandlung von Kindern eingesetzt.

Ergänzt werden kann Tuina auch durch andere manuelle Techniken wie etwa Schaben und Schröpfen. Diese zwei Methoden können vor allem angewendet werden, wenn tiefe Stauungen in den Muskel- und Bindegeweben vorhanden sind oder wenn es sich um chronische Verspannungen handelt.

## Fallbeispiel: akute Schmerzen im unteren Rückenbereich

Bei dem Fallbeispiel handelt es sich um das Auftreten von akuten Rückenschmerzen im unteren Rückenbereich bei einem 45-jährigen sportlichen Patienten.

Dieser begleitete seinen Sohn als Trainer zu einem Fußballspiel. Am Tag des Ereignisses war es allerdings sehr kalt und regnerisch. Der grundsätzlich fitte und trainierte Mann stand am Rand des Fußballfelds, er war nass geregt und froh. Auslöser des Schmerzes war, dass er einen Fußball, der ins Aus geraten war, ins Spielfeld zurückwerfen wollte und sich dabei den Rücken «verriss» hatte.

Der plötzlich auftretende Schmerz war derart heftig, dass er sich auf den Boden legen musste und nicht mehr selbstständig aufstehen konnte. Der herbeigerufene Notarzt behandelte ihn mit Schmerzmitteln und brachte ihn ins nächstgelegene Krankenhaus, wo mittels von bildgebenden Verfahren ein Bruch oder Bandscheibenvorfall ausgeschlossen werden konnte. Nachdem die

Schmerzen sich besserten, wurde der Patient nach Hause entlassen.

Allerdings war die Gesundheit und volle Funktionsfähigkeit des Mannes nicht wieder hergestellt, und er musste mehrfach am Tag Schmerzmittel einnehmen, um seinen Alltag meistern zu können. Daraufhin stellte er sich in der TCM-Praxis vor.

Aus Sicht der TCM handelt es sich bei dem oben beschriebenen Fall um das Eindringen von «Wind-Kälte» in die Leitbahnen am Rücken. Kennzeichnend hierfür ist das plötzliche Auftreten von sehr starkem, stechendem, lokalisiertem Schmerz, der sich durch die Behandlung mit Wärme und Bewegung bessert. Therapeutisch macht man die Leitbahnen wieder durchgängig, aktiviert die Zirkulation von Qi und Blut, beseitigt Blockaden und führt Wärme zu. Der Patient kam daher für insgesamt fünf Termine zur Behandlung mit Akupunktur und Moxatherapie und erhielt zudem als pharmakotherapeutische Maßnahme ein Rezept zur Beseitigung der Blockaden.

Unter dieser intensivierten Therapie war der Patient nach zehn Tagen vollkommen schmerzfrei und konnte wieder seinen sportlichen Aktivitäten und seinem Alltag nachgehen.



### Zur Person

**Dr. med. Sandra Bürklin** ist eine promovierte Fachärztin für Neurologie. Sie absolvierte ein Bachelorstudium für Akupunktur (Bachelor in acupuncture, Li Shi Zhen Universität Wien) und beschäftigt sich seit vielen Jahren intensiv mit der TCM. Sie ist Mitglied der Internationalen Gesellschaft für Chinesische Medizin e. V. (SMS).

Kontakt: Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin, Marienplatz 8, 83043 Bad Aibling  
[www.praxis-buerklin.de](http://www.praxis-buerklin.de)