

Mehr über Wu Xing / 5 Phasen

Bei einem anderen Betrachtungsmodell wird die Beschaffenheit der Energie auf verschiedenen Ebenen differenziert:

Wei-Qī	≡	Abwehrenenergie an der Körperoberfläche, Immunsystem
Qī	≡	Allgegenwärtige, bewegende und wärmende Energie
Xue	≡	„Blut“, substanzielle und nährnde Energie
Jing	≡	nicht erneuerbare Essenzen, Nerven, Mark, Eizellen
Shen	≡	Geistige und spirituelle Energie

Ein Beispiel dazu: Heuschnupfen könnte durch einen Mangel an Wei-Qī (Überforderung des Immunsystems durch Pollenangriff) oder durch eine „Blut“-Leere (die Schleimhäute wurden nicht genügend genährt und befeuchtet) entstanden sein. Um das Spiel fortzusetzen nehmen wir noch einen inneren pathogenen Faktor dazu: Schleim. Dieser entsteht, wenn das Qī die Flüssigkeiten nicht mehr genügend transformieren oder transportieren kann. Beim Heuschnupfen kann dies zur Folge haben, dass der Schleim mit der Hitze nach oben steigt und den Kopf und das Shen „vernebelt“. Geistige Unklarheit, Sinushöhlenkopfschmerzen und oder Schwindel sind die Auswirkungen davon.

DIAGNOSTIK

Sämtliche verfügbare Indizien werden zu einem Diagnoseteppich verwoben, der das Gesamtbild des Disharmoniemusters zeigt:

- Symptome (subjektive Empfindungen des Patienten)
- Zeichen (Beobachtungen und Wahrnehmungen des Therapeuten, z. B. die für die TCM sehr wichtige Zungen- und die Pulsdiagnose)
- Konstitution, Lebensumstände und Krankheitsentwicklung

Ein entscheidender Vorteil gegenüber anderen medizinischen Systemen ist, dass zu jedem Disharmoniemuster empirische und logisch darauf abgestimmte, therapeutische Strategien bekannt sind. Die Interpretation und die Wahl der verschiedenen Modelle lassen dennoch einen gewissen Spielraum, in welchem der ebenso wichtige Teil der Therapie, nämlich den des Verstehens, der Intuition und der Hilfesteller-Patient Beziehung, Platz finden.

Ein Disharmoniemuster lautet je nach angewendetem Denkmodell z. B.: yáng-Syndrom, Erde attackiert Metall, Aussen-Kälte-Leere, Le-Qī-Stagnation mit stagniertem Feuer, Frühlingshitze im yīng Stadium, Taiyīn Bing, usw. [1].

Versuchen Sie dieses einfache Diagnosemodell zu verstehen:

- yīn entspricht:
 - Leere (z. B. Schwäche, Muskelschwund, etc.)
 - Kälte (z. B. Kälteempfindungen, kühle, trockene Haut, etc.)
 - Blässe (z. B. Blutarmut bzw. fehlende oder gestörte Blutzirkulation)
- yáng entspricht:
 - Fülle (z. B. Schwellung, Blutstau, etc.)
 - Wärme (z. B. Entzündung, Hitzesensation, etc.)
 - Rötung (z. B. Bluterguss, Mikroblutung, etc.)

Wie würden Sie folglich nun eine akute, stumpfe Verletzung wie z. B. ein verstauchter Fuß (Fussgelenkscapsel-Distorsion) einordnen? Handelt es sich dabei um ein yīn- oder ein yáng-Syndrom? Überlegen Sie, bevor Sie die Lösung lesen!

(von rechts nach links: !mordnyS-gnaY nie hcilrütan)

THERAPIEMETHODEN

Mit der Chinesischen Medizin können keine Krankheiten weggezaubert werden. Mit therapeutischen- bzw. hilfstellenden Strategien kann aber individuell auf die Konstitution und Krankheits- bzw. Disharmoniemuster jeder einzelnen Person eingegangen werden. Darüber hinaus ist es das Ziel, die Menschen zu ihrem vollen Potential zu führen, wo Gesundheit über Krankheit herrscht.

Eine Aufzählung der verbreitetsten Therapiemethoden:

- Chinesische Arzneimitteltherapie: Pflanzliche, tierische und mineralische Arzneimittel werden individuell nach bestimmten Spielregeln zu einem Rezept komponiert, das exakt auf das Krankheits- bzw. Disharmoniemuster und die Konstitution des Patienten- bzw. der hilfesuchenden Person abgestimmt ist. Es wird zwischen Interna (Dekokte, Extrakte, Pillen, Tabletten, Kapseln) und Externa (Kräuterpackungen, Tinkturen, Kompressen oder Salben) unterschieden.
- Akupunktur: Stimulation bestimmter Punkte oder Strukturen durch 0.1 bis 0.3 mm dünne Nadeln aus Edelmetall, meist entlang der Meridiane. Am verbreitetsten sind Ganzkörper-, Ohr- und Schädelakupunktur. Nadelungen dürfen in Österreich jedoch nur von Ärzten durchgeführt werden.
- Moxa: Lokale Erwärmung durch das Abglühen von Artemisiakraut über bestimmten Körperarealen und Akupunkten.
- Diätetik: Ernährungsberatung nach dem **5-Elemente Modell** unter der Berücksichtigung von Geschmacksrichtungen, Temperaturverhalten und Energetik der Nahrungsmittel, sowie Essrhythmus, Bekömmlichkeit, etc.
- Tuina: Energetische und therapeutische, meist stark stimulierende Massage, eventuell mit Schmerzempfindungen nach der Behandlung.
- Anmo: Energetische Entspannungsmassage fürs Wohlbefinden.
- Qi Gong: Übungssystem für Energiearbeit in Ruhe oder Bewegung.
- Tai Qi: Anspruchsvolle Bewegungskunst und geistige Disziplin.
- Feng Shui: Architektur und Lebensraumgestaltung zur Harmonisierung der umgebenden Energien.
- Gua Sha: Reizung bzw. Stimulation von Hautarealen durch Schaben mit einem leicht abgerundeten, flachen Werkzeug.
- Ba Guan: Äusserliche Applikation von Schröpfgläsern (unter Vakuum) zur Stimulation von Hautarealen und Akupunkten.

▪ Die Beratung: Der Auslöser und damit die Wurzel und Ursache der vorliegenden Erkrankung werden entsprechend den Naturgesetzen der TCM dargelegt. Der Patient bzw. Klient kann beraten werden, welche Veränderung von Verhaltensweisen im Alltag (Lebensstil, Verhalten, Ernährung, etc.) die Heilung unterstützen bzw. die krankheitsverursachenden Faktoren reduzieren

Im Wesentlichen wird der Heilerfolg von fünf Faktoren beeinflusst:

- Lebensweise und umgebende Faktoren des Patienten
- Therapiebereitschaft und Mitwirken des Klienten (compliance)
- Methodische und intuitive Fähigkeiten des Therapeuten
- Lebenskraft und Qi-Qualität des Therapeuten
- Qualität der eingesetzten Werkzeuge, Arzneimittel, etc

Es ist unumstritten, dass der Glaube an die Wirkung von TCM keine unbedingte Voraussetzung für den Heilerfolg ist. Doch das geistige Mitwirken des Patienten und Therapeuten trägt wesentlich dazu bei.

Anzumerken sei an dieser Stelle, dass die Ausführungen zu den 5 Elementen mit freundlicher Genehmigung des „Schweizer TCM-Therapiezentrum“ zur Verfügung gestellt wurde.

Quellennachweis:

[1] Skoien, James, (2005): Die Grundlagen der Chinesischen Medizin.
Magdeburg: Tectum Verlag. ISBN 3-8288-8787-2.