

CHINESISCHE KRÄUTERMEDIZIN - EINE ALTERNATIVE?

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) ist ein ganzheitliches Heilsystem, welches sich seit Jahrtausenden in der Behandlung und Vorbeugung von Krankheiten bewährt hat.

Wodurch unterscheidet sich die TCM von anderen Therapiemethoden?

Die TCM integriert Körperfunktionen, Gewebe, Sinnesorgane, Emotionen, geistig-mentale Aspekte und Umwelteinflüsse zu einem funktionellen Ganzen und kann durch nicht belastende Diagnoseverfahren (Befragung, Zungen- und Pulsdiagnose etc.) Disharmonien feststellen.

Disharmonien können beispielsweise entstehen durch einen Mangel an Substanz oder Energie, eine gestörte Zirkulation oder durch das Vorhandensein krankmachender Einflüsse wie Ansammlung von Wasser-Feuchtigkeit oder Toxinen.

Die ganzheitliche Betrachtungsweise der TCM lässt sich gut am Beispiel des Metallelementes beschreiben. Die zugehörigen Organe Lunge, Haut und Dickdarm sind zuständig für die Abgrenzung der inneren Welt des Menschen zur äußeren Welt.

Die Grenze muss für Zutragliches offen und für Schädliches geschlossen sein. Im physischen Bereich manifestiert sich eine Schwäche des Metallelementes meist als Infektanfälligkeit, Allergien und Hautkrankheiten. Auf einer tieferen Ebene gibt uns dieses Element die Fähigkeit eine klare emotional-geistige Grenze aufrechtzuhalten. Dies beinhaltet einerseits das Sich-Abgrenzen-Können und andererseits Positives in sich hereinnehmen zu können. Probleme entstehen beispielsweise durch die Unfähigkeit Anerkennung anzunehmen oder durch eine zu große Empfänglichkeit für die feinstofflichen Energien anderer Lebewesen. Mediale Fähigkeiten werden daher ebenfalls dem Metallelement zugeordnet.

Auch die Fähigkeit "loszulassen" gehört zum Metallelement. Hier sind vor allem die Vergangenheit und die Emotion Trauer zu nennen. Neben der Lunge dient der Dickdarm der Ausscheidung von Abfallprodukten. Eine chronische Verstopfung kann ein Symptom eines nicht zuträglichen Festhaltens an ungesunden Gefühlen oder Gedanken sein.

Die sanften, in Jahrtausenden bewährten Heilverfahren der TCM gleichen die Disharmonien aus und aktivieren, über eine Wiederherstellung des Gleichgewichtes im physischen, mentalen und emotionalen Bereich, die Selbstheilungskräfte des Organismus.

Die Kräutermedizin ist in China, im Gegensatz zur Situation in Europa, die am häufigsten angewandte Therapieform der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). In chinesischen TCM-Ambulanzen werden 70-80% der Patienten mit Kräuterdekokten und -präparaten behandelt.

In den angelsächsischen Ländern und in Frankreich hatte die Kräutermedizin schon Fuß gefasst, bevor sie vor einigen Jahren auch in Deutschland möglich wurde.

Was ist das Besondere an der chinesischen Kräutertherapie?

Der qualifizierte Therapeut hat mit dieser Therapieform die einzigartige Möglichkeit eine auf die individuelle Krankheits- und Erlebenssituation des Patienten abgestimmte Medizin zu erstellen. Im Gegensatz zur Schulmedizin, die Symptome und Krankheiten unabhängig von dem betroffenen Patienten betrachtet, berücksichtigt die TCM Faktoren, die in der Schulmedizin

häufig nur eine unzureichende Beachtung erfahren. Hierzu zählen vor allem Lebens- und Eßgewohnheiten, emotionale Befindlichkeiten, Umweltbedingungen wie bioklimatische Faktoren und konstitutionelle Gegebenheiten. Für jeden Patienten wird unter Berücksichtigung seiner persönlichen Situation und Lebensgewohnheiten eine individuelle Diagnose und ein individueller Therapieplan erstellt. Die Therapie richtet sich nicht auf ein gestörtes Organ, sondern betrachtet den Menschen, und auch die Umgebung, in der er lebt, als Ganzes. Es ist daher eher die Regel als die Ausnahme, dass Patienten mit einer schulmedizinisch gleichen Krankheit alle eine verschiedene Kräuterrezeptur bekommen.

Die Kräuter wirken nicht nur auf der grobstofflichen körperlichen, sondern auch auf der feinstofflichen geistigen Ebene; ein Kraut wie Radix Astragali kann sowohl Infektanfälligkeit und Allergien behandeln als auch eine Abgrenzungsproblematik auf geistig-seelischer Ebene beeinflussen. Kräuter unterstützen hier die Bewusstwerdung und Bearbeitung der Aufgaben, die uns das Leben stellt.

Wie hat sich diese Therapieform entwickelt?

Im Gegensatz zur Akupunktur, die stark von konfuzianischen Anschauungen beeinflusst wurde, ist die Entwicklung der Kräutermedizin vor allem taoistischen Kreisen zu verdanken. Auf der Suche nach Substanzen zur Verlängerung des Lebens bzw. zur Erlangung der Unsterblichkeit wurden sehr viele Pflanzen und Mineralien mit medizinischer Wirkung gefunden. Das älteste Werk zur Pflanzenheilkunde in China, das *Shen Nong Ben Cao Jing* erschien ca. 100 n.C.; es beschreibt 365 Drogen und unterteilt sie in Substanzen mit lebensverlängernder Wirkung, zur Krankheitsvorbeugung sowie Drogen zur Therapie von Krankheiten. Die chinesische Kräutermedizin hat eine ungebrochene Tradition von mehr als 2000 Jahren und hat während dieser Zeit ein enormes Wissen angesammelt, Brauchbares wurde beibehalten und weiterentwickelt, Unbrauchbares verworfen.

Welche Substanzen werden verwendet und wie werden sie verabreicht?

Der weitaus überwiegende Teil des Arzneischatzes besteht aus pflanzlichen Bestandteilen.

Gelegentlich werden auch Substanzen mineralischer und tierischer Herkunft verwendet, die jedoch fast immer durch Kräuter ersetzt werden können. Die chinesische Kräutertherapie ist daher auch sehr gut für Vegetarier geeignet. Rezepturen können heute in verschiedensten Darreichungen verabfolgt werden, als Abkochung, als Granulat, als nicht-alkoholischer wässriger Auszug oder auch in Pillen- und Tablettenform.

Welche Symptome und Krankheiten kann die Kräutermedizin behandeln?

Die Kräutermedizin ist in der chinesischen Medizin **die** Methode der Wahl bei allen Krankheiten der inneren Organe, also von Herz und Lunge, Magen-Darm, Leber-Galle, Niere-Blase. Auch Menstruationsstörungen und Klimakteriumsbeschwerden, Allergien, Müdigkeits- und Erschöpfungszustände, Schlafstörungen sowie Hautkrankheiten sind eine Domäne der Kräutertherapie.

Besonders wertvoll ist die Kräutertherapie auch für Krankheiten und Befindlichkeitsstörungen, bei denen es der Schulmedizin nicht möglich ist, eine konkrete Diagnose zu stellen.

Ein weiterer Schwerpunkt der chinesischen Kräutertherapie ist die vorbeugende Behandlung konstitutioneller Schwächezustände. Durch die konsequente Anwendung kann unser Wohlbefinden gestärkt und das Auftreten vieler Symptome und Krankheiten verhindert werden.

Wie lange dauert eine Behandlung mit Kräutern?

Die Resultate und die Länge einer Therapie sind abhängig von Schwere und Dauer des Krankheitszustandes und dem generellen Gesundheitszustand des Patienten. Im allgemeinen kann man bei chronischen Krankheiten nach ungefähr zwei bis drei Monaten eine deutliche Besserung erwarten.

Jens Dethlefsen, Heilpraktiker

Artikel ist erschienen in: ImPulse, 2/04