

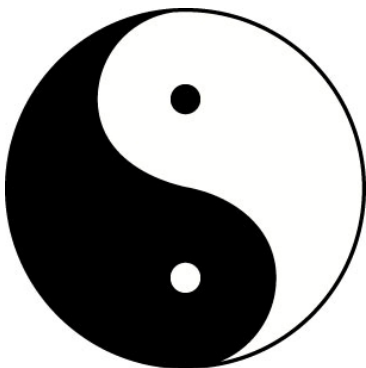
**Krankheitszusammenhänge verstehen und dadurch den Menschen individuell betrachten und therapieren.**

气

精

神

**In manchen Fällen ist es selbst durch modernste westliche Untersuchungs- und Behandlungsverfahren nicht möglich, die Beschwerden der Patienten nachhaltig zu verbessern. Oft sind hierbei die Organfunktionen und nicht das Organ selbst gestört. In diesen Fällen bietet die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) eine wertvolle Alternative.**



**Die Vorstellung einer Krankheit unterscheidet sich in der chinesischen Medizin deutlich von der Krankheitsvorstellung der westlichen Welt. Im chinesischen Sinne bestehen alle Dinge und jedes Phänomen aus zwei gegensätzlichen Aspekten, dem Yin und dem Yang. Zum Beispiel besteht unser Alltag aus den Phasen der Ruhe und des Schlafes (Yin) sowie aus der Aktivität und dem Stress (Yang). Gesundheit resultiert aus der Ausgeglichenheit der Pole Yin und Yang. Bei einem Ungleichgewicht zwischen Yin und Yang stellen sich Krankheiten ein. In jedem Organ unseres Körpers kann es zu einem Ungleichgewicht zwischen Yin und Yang kommen. Ziel der TCM ist es das Gleichgewicht zwischen Yin und Yang wieder herzustellen.**

**Um die richtige chinesische Behandlung zu wählen, sollte daher auch die Diagnose im Sinne der TCM gestellt werden, beispielsweise mit Hilfe der Puls- und Zungendiagnostik.**

# Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) bezeichnet eine Zusammenfassung der vielschichtigen Methodik, der Diagnostik und Therapieformen, die vor allem im chinesischen Kulturkreis seit vielen Jahrhunderten betrieben wurden.

Geprägt wurde der Begriff TCM jedoch erst durch Mao Zedong und den Maoismus, in dem die bis dahin teilweise von Geisterglaube und Ahnenkult geprägte chinesische Medizin entmystifiziert und systematisiert wurde. Es sollte durch die TCM ein einfach zu erlernendes System zur medizinischen Versorgung der chinesischen Landbevölkerung geschaffen werden. Praktiziert wurde die TCM daraufhin in den 60er und 70er Jahren vor allem durch so genannte 'Barfußärzte', meist einfache Bauern oder Landarbeiter, die in wenigen Wochen die wichtigsten Grundlagen der TCM erlernten. Dieses System der medizinischen Grundversorgung wurde jedoch bald wieder verlassen, nachdem es gehäuft zu schweren Komplikationen gekommen war, die auf die schlechte medizinische Ausbildung der Barfußärzte zurück geführt wurde.

Seit den 50er Jahren des 20. Jahrhunderts fand die TCM zunehmendes Interesse im westlichen Kulturkreis. Vor allem die Akupunktur erlebte in den 70er Jahren einen regelrechten Boom, nachdem ein amerikanischer Journalist über die erfolgreiche Akupunktur-Schmerzbehandlung nach und während seiner eigenen Blinddarm-Operation berichtet hatte. Ärztliche Fachgesellschaften für Akupunktur in Deutschland und Österreich haben mittlerweile Ausbildungsstandards gesetzt, um eine grundlegende Qualität der Behandlung zu gewährleisten. In Deutschland sind schätzungsweise 40.000 Ärzte und zahlreiche Heilpraktiker in Akupunktur ausgebildet. Die chinesische Pharmakotherapie und die chinesische Ernährungslehre gewinnen zunehmend mehr Anhänger. Tuina, eine besondere Kombination aus manueller Medizin und Massage, ist in Deutschland noch wenig verbreitet. Qi Gong und Taijiquan dagegen, eine Art Meditation in Bewegung, ist mittlerweile weit verbreitet.

Die TCM basiert auf der Annahme, dass der menschliche Körper Krankheiten bewältigen und sich wieder erholen kann, wenn er sich im Gleichgewicht der beiden Polaritäten (Yin und Yang) und der fünf Wandlungsphasen befindet und wenn genügend Abwehr-Qi (wei qi) vorhanden ist. Die TCM basiert auf empirischen Erkenntnissen, die in ein Ordnungssystem eingegliedert wurden. Dieses Ordnungssystem ist nicht deckungsgleich dem der westlichen Medizin. Damit sind die chinesischen Diagnosen nicht direkt übertragbar auf westliche Diagnosen. Zusätzlich zur westlichen Diagnostik ist eine chinesische Differentialdiagnostik erforderlich, damit die TCM lege artis eingesetzt werden kann. Gerade wegen ihres ganzheitlichen Ansatzes ist die Traditionelle Chinesische Medizin eine sinnvolle Ergänzung zur konventionellen westlichen Medizin.

Die TCM kennt fünf Säulen der Behandlung, vier Behandlungen finden von außen statt. Dabei wird entweder durch Akupunktur, Massage (z.B. Tuina, Gua Sha), Wärmebehandlung durch Moxa (Phytotherapie) und Ernährung versucht, ein Gleichgewicht der Wandlungsphasen (Wasser, Erde, Holz, Feuer und Metall) herbeizuführen. Die fünfte Säule steht für die aktive Bewegungslehre wie z.B. Taijiquan, Yoga und Qigong. Durch langsame kontrollierte Bewegungen wird eine Steigerung der Achtsamkeit auf den eigenen Körper erlangt, bei längerer und regelmäßiger Anwendung steigern sich Koordination und Flexibilität. Hervorzuheben sind auch die Puls- und die Zungendiagnostik.

Die TCM entstand unter den kulturellen Vorzeichen des Daoismus und des Buddhismus hauptsächlich in China, Indien und der Mongolei, vor ca. 2500 Jahren. Die Wurzeln reichen wohl zurück bis zu den ersten chinesischen Dynastien.

In den gebirgigen nördlichen und westlichen Gebieten Chinas entwickelte sich hauptsächlich die Akupunktur als Behandlungsmethode, während sich im fruchtbaren Süden wesentlich stärker die Phytotherapie entwickelte.

Die chinesische Medizin beinhaltet damit ein stark entwickeltes empirisches Wissen, das über viele Generationen hinweg als Familiengeheimnis weitergegeben wurde. In der Zeit der Kolonialisierung und der Kriege mit dem Westen wurde die TCM im öffentlichen Leben zurückgedrängt.

Nachdem unter Mao Zedong während der Kulturrevolution viele Intellektuelle und damit auch Ärzte ermordet oder verhaftet worden waren, bestand ein großer Mangel an medizinischer Versorgung. Um diesen zu beheben, wurde die von religiösen Elementen befreite TCM geformt. So genannte Barfußärzte wurden zur medizinischen Versorgung der Bevölkerung über das Land geschickt. Kritiker sind der Meinung, damit habe Mao, da eine schulmedizinische Versorgung nun nicht mehr möglich war, wenigstens Placeboeffekte nutzen wollen.

Heute wird die TCM in der Volksrepublik China aber vor allem in Taiwan ergänzend zur modernen westlichen Medizin praktiziert. Taiwan hat seine eigene TCM-Tradition, die stärker durch alte Ärztesfamilien geprägt ist, traditioneller und somit weniger standardisiert ist, mehr spirituelle Elemente beibehält, und manchmal etwas sektiererisch erscheint. Das Ansehen der TCM ist (bis auf Akupunktur) in Taiwan und Hongkong allgemein etwas geringer als in der Volksrepublik, und Taiwan bildet auch kaum Ausländer in der TCM aus. Nicht unerwähnt sollte jedoch bleiben, dass auch der Durchschnittschinese im Zweifelsfall eher auf Behandlungsmethoden der modernen Medizin vertraut. TCM findet vor allem bei chronischen Erkrankungen, als Zusatzbehandlung, oder bei austherapierten Patienten Anwendung. Großer Beliebtheit erfreuen sich in Taiwan auch Restaurants, die medizinale Gerichte entsprechend der Ernährungslehre der CM anbieten.

Bekanntheit erreichte die TCM in den USA 1971 durch einen Artikel in der New York Times, in dem der amerikanische Journalist James Reston berichtet, wie seine Schmerzen nach einer Blinddarmoperation mit Hilfe von Akupunktur behandelt wurden.

Heute ist Akupunktur eine weltweit verbreitete Behandlungsmethode, die in nahezu allen Ländern eine zunehmende Akzeptanz erfährt.

Quelle: [www.china-guide.com.cn/](http://www.china-guide.com.cn/)