

Traditionelle chinesische Medizin (TCM)

Nur allzu oft wird in Europa die traditionelle chinesische Medizin (TCM) mit Akupunktur gleichgesetzt und identifiziert. Das liegt wohl daran, dass die Akupunktur, das erste Verfahren der TCM war, das im Westen bekannt wurde.

Die Akupunktur ist nur eine von fünf Säulen der chinesischen Medizin.

Tatsächlich spielt die Akupunktur in der **TCM** eine wichtige Rolle. In manchen Fällen reicht die Akupunkturbehandlung allein jedoch nicht aus. Deshalb wird sie mit den anderen Behandlungsmethoden kombiniert, meistens mit der chinesischen Arzneimitteltherapie.

Die Chinesische Arzneimitteltherapie

Auch sie wird im Westen oft falsch bezeichnet, nämlich als Chinesische Kräutertherapie (Tee). Pflanzliche Arzneimittel stellen zwar den größten Teil der verwendeten Heildrogen dar, es kommen aber auch tierische und mineralische Arzneimittel zur Anwendung.

Akupunktur



Die Akupunkturbehandlung richtet sich nach der Diagnose (bzw. dem Disharmoniemuster). Die chinesische Diagnostik berücksichtigt unter anderem die Vorgeschichte, den Zungen- und Pulsbefund. Ziel der Akupunkturbehandlung ist den gestörten Energiefluß zu regulieren. Die Akupunkturpunkte liegen auf sogenannten Leitbahnen (Meridianen). Pro Behandlung werden etwa 1 bis 10 Nadeln gesetzt.

Moxibustion



Die Wärmebehandlung spezieller Akupunkturpunkte durch die Verbrennung des Beifuß-Krautes stärkt die Energie, bringt das Qi in Bewegung, lindert Schmerzen, fördert Entspannung und leitet Kälte aus.

Schröpfen



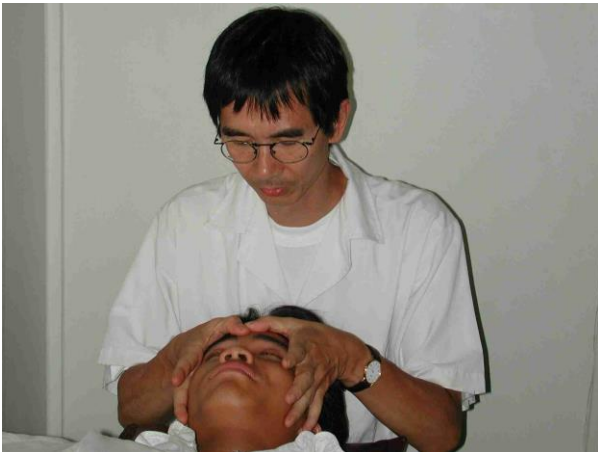
Beim Schröpfen werden erhitzte Gläser auf bestimmte Körperpartien gestülpt. Durch den Sog des Vakuums entstehen schmerzlose Blutergüsse. Das Schröpfen fördert den Qi- und Blutfluß bei Schmerzen und zerstreut Wind und Kälte.

Gua Sha



Durch Schaben oder Kratzen mit einem flachen, breiten Gegenstand (Münze oder Löffel) erzeugt man eine lokale Hautreizung. Dieses Schaben kann von einer leichten Hautrötung bis zum leichten Bluten begleitet werden. Diese Methode ist sehr gut wirksam gut bei Blutstase, Qi-Stagnation, Schmerz und Schwellungen. Auch Erkältung kann man damit sehr schnell heilen.

Tuina



Bezeichnet eine medizinische Massage, die den regelmäßigen Qi-Fluß im Körper fördert, das Qi stärkt, wo es schwach ist und Blockaden auflöst. Bei Kindern besonders gut geeignet.

Diätetik



Die Gesundheit ist wesentlich von der Ernährung abhängig. Die TCM beschreibt, wie die einzelnen Nahrungsmittel energetisch auf den Körper einwirken. Hitze muss abgekühlt und Kälte erwärmt werden.

Qi Gong / Taiji Chuanh



Hierbei handelt es sich um eine Reihe von Körperübungen, die durch sanfte Bewegungen, harmonische Atmung und geistige Konzentration charakterisiert sind. Als wesentlicher Bestandteil der TCM dient die "Arbeit mit der Energie" dem Erhalt oder der Wiederherstellung von Gesundheit und Wohlbefinden und damit der Verlängerung des Lebens.

Zur Ausbildung der traditionellen chinesischen Medizin:

Die Ausbildung der TCM in Asien dauert in der Regel 6 Jahre.

Welche Krankheiten können mit der TCM behandelt werden?

(einige Beispiele):

- Schmerzsyndrome (z.B. Schmerzen am Bewegungsapparat, Fibromyalgie, Migräne, Trigeminusneuralgie, Leibscherzen, Herzschmerzen)
- Einnässen bei Kindern
- Allergien - Heuschnupfen, allergisches Asthma
- Lähmungen u. Schmerzsyndrome nach Schlaganfall
- Hautkrankheiten: Neurodermitis, Psoriasis, Akne, Gürtelrose
- Frauenkrankheiten
- Multiple Sklerose
- Nikotinsucht, Übergewicht
- Lungen-Erkrankungen
- Begleittherapie bei Patienten, die Chemotherapie oder eine Bestrahlung erhalten