

## ***Akupunktur - Wissenschaft aus dem alten China***

von Dr. med. Hans Niederberger ©

Durch das Studium der Trad. Chin. Medizin (TCM) und der Philosophie des Taoismus begann ich das Leben, die Welt und die Menschen in einer andern Weise zu sehen, in einer ganzheitlichen, weniger analytischen Sichtweise, durch die mir die wechselseitige Verbundenheit der Lebenserscheinungen klarer wurde. Dank der TCM lernte ich den Menschen als Teil des Universums verstehen.



Die Chinesische Medizin steht unter dem Einfluss der philosophischen Lehren des Taoismus und des Konfuzianismus. Der Taoismus sieht sowohl die Harmonie zwischen Mensch und Natur (Makrokosmos) als oberstes Ziel als auch die Harmonie zwischen den gegensätzlichen Kräften des Körpers (Mikrokosmos); der Konfuzianismus geht von einer Ordnung aller Dinge dieser Welt aus und beeinflusst sowohl Politik wie auch Medizin.

Die TCM entstand in China vor ungefähr 4000-5000 Jahren und besteht aus einem umfassenden System, das mittels Befragung, Untersuchung und Diagnose zu einer Behandlung führt. Die TCM ist eng mit der Kulturgeschichte Chinas verknüpft. Bereits in der "Frühlings- und Herbst"-Periode(710-475 v.Chr.) und in der Periode "der streitenden Reiche" (475-221 v.Chr.) existierten schriftliche Aufzeichnungen zu medizinischen Themen, von denen die wohl berühmteste das "Huangdi Neijing Suwen" ist, der "Klassiker des gelben Kaisers zur Inneren Medizin", das erste und älteste Werk der TCM. Europa kam erstmals 1657 mit dem "Stechen von Nadeln" zu therapeutischen Zwecken in Berührung, wobei der Holländer, Dr.Willem Ten Rhyne, der als Arzt bei der ostindischen Handelskompanie tätig war, erstmals den Begriff "Akupunktur" verwendete. Das grosse Interesse für die TCM, ganz besonders für die Akupunktur, erwachte im Westen 1972 mit dem Chinabesuch von Richard Nixon.

Die TCM besteht aus den Disziplinen: Arzneimitteltherapie, Akupunktur, Moxibustion, Qi Gong, Tai Ji, und Ernährungslehre. In China wird vorwiegend die Arzneimitteltherapie angewendet, während sich im Westen vor allem die Akupunktur durchgesetzt hat.

### ***AKUPUNKTUR /MOXIBUSTION***

In der Akupunktur (lat.: acus / pungere= Nadel / stechen) wird mit sehr feinen Nadeln in genau definierte Punkte eingestochen. Der Einstich erfolgt sehr rasch und ist meistens

kaum spürbar. Bei der Moxibustion (abgeleitet von jap.: mogusa) handelt es sich um eine thermische Einwirkung auf die Akupunkturpunkte, wozu Moxakraut (lat.:artemisia vulgaris = gemeiner Beifuss) verwendet wird. Die Aku-Moxi-Therapie wird als "äussere", die Arzneimitteltherapie als "innere Therapie" bezeichnet.

Insgesamt gibt es 361 klassische Akupunkturpunkte mit einem Durchmesser von ca. 2-5mm, die den Meridianen (Leitbahnen) entlang angeordnet sind. Es gibt 12 paarige Meridiane und 2 unpaarige Meridiane. Die Akupunkturpunkte lassen sich durch Pressur, Nadeln, Laser und Wärme (Moxa) beeinflussen. Am wirksamsten ist die Nadelung. Wer Angst vor der Nadelakupunktur hat, kann sich mit einem Laser absolut schmerzfrei behandeln lassen. Die Behandlung erfolgt 1-2 mal pro Woche, während man sich 20-30 Minuten auf einer Liege entspannt. Normalerweise sind 6-12 Sitzungen ausreichend.

### *CHI-ENERGIE*

Die Chinesen sprechen von der Energie "Chi" (sprich: tschi), die als Lebensenergie harmonisch in unserem Körper fließt. Krankheit entsteht, wenn diese Lebenskraft stockt oder nicht in der richtigen Weise fließt. Dieser disharmonische Zustand der Energie "Chi" wird mittels Akupunktur wieder zu einem harmonischen Fließen gebracht. Das "Chi" muss ungehindert fließen können. Dort wo es sich im Übermass ansammelt, muss es zerstreut, wo es fehlt, herbeigeschafft werden. Solange Leben in uns ist, fließt diese Energie entlang der Leitbahnen, die alle Teile des Körpers miteinander verbinden.

### *YIN-YANG UND DIE 5 WANDLUNGSPHASEN*

Die Chin. Medizin lässt sich nur im Kontext mit der Chin. Philosophie verstehen. Yin -Yang und die 5 Wandlungsphasen (5-Elemente-Theorie) sind die 2 wichtigsten Theorien. Mit deren Hilfe können alle fundamentalen Fragen der Physiologie und Pathophysiologie der Chin. Medizin erklärt werden. Diese Theorien sind eine Synthese aus Naturbeobachtungen, die über Jahrtausende gemacht worden sind und in der Anwendung und im Studium der Chin. Medizin ihre Bestätigung finden. Diese 2 Theorien besagen folgendes:

1. Die ursprüngliche Bedeutung von Yin ist die Schattenseite, von Yang die Sonnenseite eines Berges. Im Laufe der Jahrtausende ist dieses Begriffspaar zu einem Symbol für alles Mögliche geworden. Als gegensätzliche (polare) Beispiele gelten unter anderem:

**YANG**

Himmel  
Sonne  
Tag  
hell  
stark  
oben  
aussen  
männlich

**YIN**

Erde  
Mond  
Nacht  
dunkel  
schwach  
unten  
inne  
weiblich



Abb.1 Fuchi-Zeichen

In der Chinesischen Medizin ist alles Dynamische, Aktive und Nicht-Stoffliche ein Yang-Aspekt, im Gegensatz dazu ist alles Statische, Passive, und Stoffliche ein Yin-Aspekt. Aus dem Fuchi-Zeichen (Abb.1) geht hervor, dass Yin und Yang miteinander verwoben sind und zusammen eine Einheit bilden. In diesem Sinne ist in jedem Yang ein Yin-Anteil und umgekehrt.

Eine Grundbedeutung von Yin und Yang ist das Gleichgewicht aller Lebensvorgänge.

2. In der Theorie der 5 Wandlungsphasen werden die Begriffe Metall, Holz, Wasser, Feuer und Erde verwendet, die ganz bestimmten Funktionskreisen, Emotionen, Tageszeiten, Jahreszeiten und Sonstigem zugeordnet werden. Das Gesetz der 5 Wandlungsphasen beschreibt zeitliche Abläufe, die in einem Kreis (Abb.2) dargestellt werden. Aus der Darstellung wird ersichtlich, wie sich die verschiedenen Funktionskreise untereinander stimulieren oder hemmen. Dies bedeutet für die Medizin nichts anderes als die Selbstregulation des Organismus und die Unterordnung seiner Teile unter das Gesamtsystem.

### *DIAGNOSTIK*

In der Diagnostik der Chin. Medizin wird alles, was über einen Menschen zu sagen ist, berücksichtigt. Unter anderem der Appetit, die Ernährung, die Darmtätigkeit, das Schlafverhalten, die Gesichtsfarbe, die Gemütsverfassung und die Zeiten der besten und schlechtesten Tagesbefindlichkeit. Doch die letzten und wichtigsten Hinweise werden aus einer Zungen- und Puls-Diagnose gewonnen, damit der Zustand der Chi-Energien beurteilt und eine schlüssige Diagnose gestellt werden kann.

## *STÄRKEN UND SCHWÄCHEN*

Die Akupunktur hat ihre Stärke vor allem bei funktionellen Störungen und chron. Krankheiten, insofern diese nicht bereits zu ausgedehnten körperlichen Zerstörungen geführt haben. Gerade in diesen Bereichen ist die Akupunktur eine willkommene Ergänzung zur westlichen Medizin. Hingegen sind akute Erkrankungen, Infektionen und Tumore die Domäne der westlichen Medizin. Die WHO hat 1979 eine Liste mit über 40 Krankheiten zusammengestellt, bei denen die Akupunktur empfohlen werden kann. Zu den wichtigsten gehören:

Kopfschmerzen, Migräne, Trigeminusneuralgie, Tennisellbogen, Rückenschmerzen, Schulter-Hals-Arm-Syndrome, Atemwegserkrankungen, Heuschnupfen, Magen-Darmerkrankungen, Frauenleiden, Schlafstörungen, nervöse Erschöpfungszustände und vegetative Dystonie u.a.

Seit dem 1. Juli 1999 müssen die Kosten von den Krankenkassen übernommen werden, unabhängig davon, ob eine Zusatzversicherung für Komplementärmedizin abgeschlossen wurde, sofern die Therapie von einem Arzt durchgeführt wird, der im Besitz des Fähigkeitsausweises der FMH ist. Vor der Behandlung ist immer eine westliche und eine chinesische Diagnostik erforderlich.

### *Literatur:*

*Prof. Dr. Manfred Porkert: Die chinesische Medizin. Econ-Verlag, Düsseldorf / Wien 1982*

*Dr. med. Carl-Hermann Hempen: Die Medizin der Chinesen. C. Bertelsmann-Verlag. München 1989*