

Auf den Punkt gebracht

(Schweizer Familie 19/00)

Immer mehr Schulmediziner entdecken die traditionelle chinesische Medizin, kurz TCM genannt. Hans Niederberger ist ein Arzt, der sich die Kunst der Akupunktur schon vor Jahren angeeignet hat.

Text: Irene Dietschi Fotos: Derek Li Wan Po

Entspannt liegt Rosmarie Fischbach auf dem Bauch, das Gesicht nach unten in die Aussparung der Liege gebettet. "Geht es, Frau Fischbach?", fragt Hans Niederberger. Die 64-jährige nickt. "Ich fange jetzt an", sagt der Arzt.

Er nimmt die Nadeln eine nach der anderen aus ihrer Umhüllung und setzt sie vorsichtig, aber bestimmt an die vorgesehenen Stellen ein paar Millimeter weit unter die Haut: an beiden Füßen jeweils eine Nadel links und rechts der Achillessehne. Drei weitere Nadeln sticht er im Nackenbereich ein. Sie bilden ein Dreieck, dessen Spitze über dem siebten Halswirbel liegt. Dies sei eine ganz besondere Stelle, erklärt Hans Niederberger, denn es handle sich dabei um den "Punkt aller Strapazen", auf Chinesisch "dazhui" oder "bailao".

"Die Kunst der Akupunktur", sagt der Arzt, "besteht in der Wahl der richtigen Punkte: Es gilt, nicht möglichst viele, sondern möglichst wenig Nadeln zu setzen."

Hans Niederberger wendet sich wieder seiner Patientin zu. "Wie geht es Ihnen?", fragt er. "Sehr gut", sagt Frau Fischbach schläfrig, "ich spüre ein warmes Kribbeln bis in die Fussspitzen." Während der nächsten 20 Minuten wird sie in dem hellen Behandlungszimmer allein gelassen.

Seine Patientin habe Rückenprobleme, und leide an Heuschnupfen, sagt Hans Niederberger. Heute ist ihre sechste und vorläufig letzte Akupunktursitzung. Danach sollte sie mindestens ein Jahr lang frei von Beschwerden sein.

Dr. med. Hans Niederberger betreibt seit vierzehn Jahren in Solothurn eine Praxis für Akupunktur. Das Arztdiplom der Schweizer Ärztegesellschaft, das an der Wand hängt, weist ihn als Schulmediziner aus. Daneben aber deutet eine ganze Reihe von Schriftstücken darauf hin, dass er noch einen zweiten Weg gewählt hat: jenen der traditionellen chinesischen Medizin, kurz TCM. Darstellungen fernöstlicher Heilkunst

zieren die Wände, auf dem Parkettboden liegen Orientteppiche. Hier wirkt alles etwas gedämpft, irgendwie rund und weich.

"TCM ist nicht einfach ein x-beliebiges medizinisches Spezialgebiet", sagt er. Sich auf dieses Feld zu begeben, heisse, ein völlig anderes Denksystem anzunehmen.

Im Westen wird der menschliche Körper quasi als Maschine begriffen, mit all seinen "Einzelteilen", die für sich erkranken und therapiert werden können. Die chinesischen Ärzte hingegen verstehen den Menschen als energetisches Gefüge.

Das energetische Potenzial, das Qi (sprich "tschi"), fließt auf definierten Bahnen (Meridiane) harmonisch durch den Körper. Krankheit entsteht, wenn diese Lebenskraft stockt oder nicht in der richtigen Weise fließt. An bestimmten Orten auf der Haut, den so genannten Akupunkturpunkten, kann das Qi durch das Stechen mit einer Metallnadel beeinflusst werden: Wo es sich im Übermass ansammelt, muss es zerstreut, wo es fehlt, herbeigeschafft werden.

Der Patient Peter Jehle, bis zu seinem 45. Altersjahr ein starker Raucher, litt seit Jahren unter massiv angeschwollenen Beinen. Ein Durchblutungsproblem, vermutete der Hausarzt und warnte vor einer Thrombose. Abklärungen bei Spezialisten ergaben aber keinen krankhaften Befund. Man empfahl dem Mann lediglich, Stützstrümpfe zu tragen. Ausserdem wurden ihm blutverdünnende Medikamente verschrieben. Nichts half gegen die Schwellungen.

Im Oktober letzten Jahres suchte der Mann Hans Niederberger auf. Nach den Regeln der chinesischen Medizin checkte er ihn durch. Wichtigste Hinweise waren dabei die Puls- und die Zungendiagnose: Er tastete bei Peter Jehle einen schwachen, "schlüpfrigen" Puls, der Zungenbefund war "gelb, klebrig". Im Gespräch erzählte der Patient von Schlafstörungen, Alpträumen und unkontrollierten Zornesausbrüchen am Tag.

Aufgrund von alledem diagnostizierte Hans Niederberger eine Stauung im "Funktionskreis Leber". Diese habe letztlich die Schwellung in den Beinen bewirkt. Für die Akupunkturtherapie wählte er fünf Punkte, um Blockaden zu lösen, Hitze abzukühlen, schlechte Energie auszuleiten, geschwächtes Qi in Bewegung zu bringen. Jeder einzelne der insgesamt 361 Akupunkturpunkte des Menschen ist in seiner Wirkung klar beschrieben - aufgrund eines Systems, das vor 4000 bis 5000 Jahren entstand.

Bei Peter Jehle hat die Behandlung genutzt: Die Schwellung ist abgeklungen, zum Erstaunen des Hausarztes und zur Freude des Patienten.

Die westliche Medizin beruft sich bei der Diagnose auf Sicht- und Messbares. Die chinesische Medizin hingegen sieht den Menschen durch eine "ganzheitliche Brille". Alles, was über einen Patienten zu sagen ist, wird berücksichtigt - so etwa der Appetit, die Ernährung, die Darmtätigkeit, der Schlaf, die Gesichtsfarbe, die Gemütsverfassung oder die Zeiten der besten und der schlechtesten Tagesform.

Der Mensch gilt als Teil des Universums. Seine Befindlichkeit ist einer Vielzahl innerer und äusserer Einflüsse unterworfen. Die Chinesen ordnen diese Einflüsse nach zwei philosophischen Theorien: Die eine ist die Polarität von Yin und Yang, ursprünglich die Schattenseite beziehungsweise die Sonnenseite eines Berges. In der Medizin ist alles Dynamische, Aktive und Nichtstoffliche ein Yang-Aspekt, alles Statische, Passive und Stoffliche (zum Beispiel der Körper selbst) ein Yin-Aspekt.

Die andere Theorie ist diejenige der fünf Wandlungsphasen. Darin werden die Elemente Metall, Holz, Wasser, Feuer und Erde als Begriffe verwendet, um sie bestimmten Emotionen, Tageszeiten, Jahreszeiten und anderen Phänomenen zuzuordnen. Die Gesamtheit der Phänomene nennt man einen "Funktionskreis".

Die fünf Funktionskreise bilden die Säulen des chinesischen medizinischen Systems. Alles, was am Menschen beobachtet wird, ist darin eingebettet; alle Daten werden einer "Entsprechung" zugeführt. Beispiel: Die Wandlungsphase "Holz" entspricht dem Funktionskreis "Leber" - wobei "Leber" als Sinnbild, nicht als Organ gemeint ist -, sowie dem komplementären Bereich "Galle" und der Himmelsrichtung "Osten". Krankheitsbedingende Entsprechungen der Wandlungsphase "Holz" sind saurer Geruch, Wind, Frühling, Morgen, beherzter Charakter.

Wenn eine Patientin sagt, sie neige an windigen Frühlingstagen zu Kopfweh, ist dies für den TCM-Arzt ein Hinweis für die Diagnose: dass nämlich die "Leber"-Energie geschwächt sein könnte.

Er stelle die Errungenschaften der westlichen Medizin nicht in Frage, sagt Hans Niederberger. Im Gegenteil: "Zum Beispiel bei akuten bakteriellen Infektionen oder Tumoren ist die westliche Medizin unschlagbar."

Doch kein System erfüllt jeden Wunsch. Dies merkte Hans Niederberger, als er als junger Arzt in der Klinik arbeitete und Patienten traf, denen überhaupt nichts half. Patienten mit chronischen Krankheiten wie Rheuma, Asthma, Neurodermitis und anderen Allergien. Andere Patienten mit so genannten "funktionellen" Störungen wie Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Wetterfühligkeit, Schwindelgefühl, Rückenschmerzen, depressive Verstimmungen. "Um solche Leiden besser behandeln zu können, suchte ich damals nach einer Alternative", erinnert sich der Arzt. "So kam ich auf die traditionelle chinesische Medizin."

Der Nutzen der TCM ist heute sozusagen offiziell anerkannt. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt für über 40 Erkrankungen die Akupunkturtherapie. In der Schweiz gehören Akupunktur und chinesische Medizin zu den fünf komplementärmedizinischen Methoden, die seit dem 1. Juli 1999 vom Krankenversicherungsgesetz anerkannt sind und somit zu den Pflichtleistungen der Krankenkassen gehören.

Nicht nur das Ansehen der TCM ist gestiegen, sondern auch die Anzahl derjenigen, die sie praktizieren. Schweizer TCM-Ärztinnen und -Ärzte sind in der Fachgesellschaft SAGA organisiert, die rund 200 Mitglieder zählt und die auch eine berufsbegleitende Ausbildung in TCM anbietet.

So "bequem" hatte es Hans Niederberger seinerzeit nicht. Er gehört zu jener Generation von Schweizer TCM-Ärzten, die ihr Wissen und Können auf eigene Faust sammelte. Viele Reisen nach China und Hongkong waren dafür nötig, zu chinesischen Lehrmeistern, die westliche Ärzte wie ihn via Dolmetscher unterrichteten.

Schliesslich reifte in Hans Niederberger der Entschluss, eine Praxis speziell für Akupunktur zu eröffnen. Mitte der Achtzigerjahre war ein solches Unterfangen sehr mutig, aber auch weitsichtig, wie sich gezeigt hat.

"Ich bin davon überzeugt, dass die chinesische Medizin wunderbar neben der westlichen Schulmedizin Platz hat", sagt Hans Niederberger. Sie könne für jene Bereiche genutzt werden, in denen die westlichen Heilmethoden versagen. Wichtig sei nicht die Frage, ob man an die chinesische Medizin "glaube" oder nicht. "Wichtig ist, dass sie tatsächlich hilft!"

TCM-Disziplinen

Neben der Akupunktur, die sich im Westen an erster Stelle durchgesetzt hat, besteht die TCM aus weiteren Disziplinen. In der chinesischen Arzneimitteltherapie erfolgt eine energetische Einwirkung vom Körperinnern her. Seit ältester Zeit gilt sie in China als wichtigstes und vielfältigstes Heilverfahren der TCM. Die bei uns gebrauchten Rezepte sind zum überwiegenden Teil pflanzlichen Ursprungs. Einige stammen aus Mineralien, ganz wenige aus Tieren.

Bei der Moxibustion handelt es sich um eine thermische Einwirkung auf die Akupunkturpunkte, wozu Moxakraut verwendet wird.

Ein weiteres therapeutisches Verfahren ist Qigong: spezielle Übungen, die darauf abzielen, das Qi im Körper zu harmonisieren, um es in gleichmäßigem Fluss zu halten.

Bei Tai-Chi wird versucht, das Qi verstärkt an einem bestimmten Akupunkturpunkt zu sammeln.

Der Diätetik liegt zugrunde, dass Nahrungsmittel milde Therapeutika sind. Man bedient sich der Qi-Kraft eines Nahrungsmittels, um auf das Qi im menschlichen Organismus korrigierend einzuwirken.