

## Allgemein

### Herkunft und Entwicklung

Die Chinesische Medizin hat ihre Ursprünge im alten China. Das älteste Lehrbuch, das "Huang Di Nei Jing" (der Klassiker der Inneren Medizin des gelben Kaisers), ist ca. 300 vor unserer Zeitrechnung geschrieben worden und gilt heute noch als wichtige Grundlage einer fundierten TCM-Ausbildung im Osten wie im Westen. Es belegt, wie früh es in China schon

zu einer differenzierten Betrachtung der Natur, des menschlichen Wesen, der Ursachen von Krankheit und deren Behandlung kam. Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) besteht aus verschiedenen Therapien: Akupunktur, Moxibustion (Erwärmung von Akupunkturpunkten durch glühende Kräuter), Kräuterheilkunde (in China macht sie 75% der Anwendungen aus), Diätetik (Ernährungstherapie), Tuina und Anmo (Chinesische Massage), Qigong und Taijiquan (Bewegungstherapien). Die



Ausbildung in China an einer

TCMHochschule mit TCM- Lehrkrankenhaus dauert 5 Jahre. Seit den 20er Jahren findet die Akupunktur in Deutschland allmählich immer häufiger Verbreitung. Wichtig ist es, auf die Qualität der Behandlung zu achten. Denn fehlerhafte Akupunktur ist wirkungslos. Dass der Therapeut mit Traditioneller Chinesischer Medizin arbeitet, erkennen Sie daran, dass er mit der Zungen- und Pulsdiagnose arbeitet bzw. am Ausbildungswegdegang.

### Gesundheit und Krankheit

Warum wird ein Mensch krank? In der Chinesischen Medizin ist Gesundheit gleichbedeutend mit dem freien Fluss von Qi. Im chinesischen Verständnis ist die Gesundheit unzertrennlich mit der Vorstellung von Fließen, Ausgewogenheit und Austausch verbunden. Im Zentrum steht die Erkenntnis, dass alle körperlichen und psychischen Vorgänge im Menschen einander wechselseitig beeinflussen.

### Das Yin Yang – Symbol

Das alte chinesische Zeichen, in dem das Dunkle (Yin) und das Helle (Yang) immerwährend kreisen, sich ergänzen und hervorbringen, symbolisiert das sich ständig verändernde Gleichgewicht von Yin und Yang. Dieses Gleichgewicht bestimmt den freien Fluss des Qi, der Lebensenergie. Diese beiden Kräfte bilden das dynamische Gegensatzpaar, das allem Leben zugrunde liegt, wie Tag und Nacht, Aktivität und Ruhe, Ein- und Ausatmen, Geben und Nehmen auf allen Gebieten. Aus dieser zentralen Idee des sich immer wieder neu formenden Gleichgewichts entwickelte sich die Chinesische Medizin und ihre Auffassung darüber, wie Krankheit entsteht und Gesundheit erhalten wird. Das Ungleichgewicht, das heisst also die Krankheit, wird durch eine Kombination verschiedener Faktoren verursacht, die von dem Behandler / der Behandlerin untersucht und eingeschätzt werden:

### 1. Angeborene Konstitution:

Familienkrankheiten und –tendenzen müssen beachtet werden. Die TCM bezieht familiäre Erkrankungsneigungen in ihre Diagnose mit ein. Sie ortet die Bereiche der geschwächten Widerstandskraft und stärkt die Konstitution.

### 2. Emotionaler und geistiger Zustand:

Belastende Emotionen wie Stress, Sorgen, Ängste, Nöte, Ärger, Trauer etc. können innere Organe und den Körper insgesamt schwächen, da sie in einer besonderen Wechselwirkung mit diesen stehen. Umgekehrt können erkrankte innere Organe emotionale Entgleisungen hervorrufen.

### 3. Ernährung:

Die schlechte Qualität und der niedrige Nährwert der heutigen Lebensmittel ist auch eine Ursache von Erkrankungen. Die meisten Nahrungsmittel enthalten Spuren von chemischen Substanzen wie Geschmacks-, Farb- und Konservierungsstoffe sowie Pestizide. Auch unregelmäßige und zu kurze Essenszeiten unter Anspannung und Zeitdruck sind häufig die Gründe einer schleichenden Erkrankung.

### 4. Umweltfaktoren:

Kälte, Wind, Hitze, Feuchtigkeit oder Trockenheit können jeweils allein oder in Kombination schädigend auf den Organismus einwirken. Die Wetterfühligkeit ist nur ein deutliches Beispiel dafür. Auch die familiären Verhältnisse, die Wohnsituation sowie berufliche Tätigkeit werden als mögliche Krankheitsfaktoren berücksichtigt.

### 5. Traumata:

Damit sind nicht nur körperliche Unfälle, sondern auch tiefliegende emotionale Verletzungen gemeint, die in der Diagnostik beachtet werden.

### 6. Drogen:

Genussmittel wie Tee oder Kaffee, Tabak, Alkohol, Zucker sowie Drogen und chemische Medikamente stellen häufige Erkrankungsursachen dar. Mit Hilfe der Akupunktur lässt sich sowohl der Drogen- als auch der Medikamentenmissbrauch wirkungsvoll verringern.