

## Chinesische Diätetik (Ernährung)

Eine gesunde auf die individuelle Konstitution (Anlagen) einer Person abgestimmte Ernährung stellt einen Teil der inneren Medizin in der TCM dar. Sie gehört nicht nur zur TCM dazu, sondern stellt eine ganz eigene Heilmethode im System der TCM dar. In China gibt es sogar eigene Restaurants in denen ein Patient, mit einem Rezept vom Arzt, das entsprechende Gericht gekocht bekommt. Die chinesische Ernährungslehre basiert auf den gleichen kosmologischen Prinzipien (5 Elemente, Puls, Zunge, Syndromlehre, ..) wie z. B. bei der Auswahl der chinesischen Heilkräuter. Die Lebensmittel werden in der Chinesischen Diätetik eingeteilt nach Temperatur, Geschmack, Wirkrichtung, Qualität, Element, Behandlungsprinzip. Der Heilpraktiker schaut auf welche Weise (über Puls, Zunge, Befragung ..) ist der Patient aus seinem Gleichgewicht rausgefallen. Auf dem Hintergrund der Diagnose, bekommt der Patient Ernährungsimpulse, wie er seine Gesundheit und Konstitution durch Ernährung wesentlich verbessern kann.

