



# Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und Akupunktur

– Teil 1 –

von Lutz-Michael Schäfer, Leitender HNO-Arzt der Habichtswald-Klinik Kassel

*Im vorliegenden Artikel stellt Lutz-Michael Schäfer, Leitender HNO-Arzt der Habichtswald-Klinik in Kassel-Bad Wilhelmshöhe und niedergelassener HNO-Arzt, sehr ausführlich die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) dar. Die Akupunktur ist eine der fünf Therapiemethoden der TCM. Daher sind die Grundzüge und die Philosophie der Traditionellen Chinesischen Medizin wichtig, um die Akupunktur als Behandlungsmethode zu verstehen. Dabei sind beide Verfahren äußerst komplex und sehr individuell. Die Akupunktur wird dann in einem zweiten Teil in der nächsten Ausgabe, Tinnitus-Forum 3/2019, noch eingehender erläutert.*

Eine wichtige Bemerkung vorweg: Wenn man die Literatur aufmerksam liest und man auch selber mal China bereist hat und mit chinesischen Kollegen in Kontakt steht, muss man feststellen, dass es nicht die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) gibt oder die Akupunktur, sondern dass beide Verfahren sehr individuell sind. Der in Chinesischer Medizin ausgebildete Arzt lässt die vielen Störgrößen von außen und innen mit einfließen, aber auch die persönlichen Erfahrungen, seine Ausbildung und vor allen Dingen seine Lehrmeister. Diese Vorbemerkung ist wichtig, da es keine „Akupunktur nach Kochbuch“ gibt, im Sinne von: bei der Erkrankung muss man die und die Nadel da und dahin setzen. Die Akupunktur richtet sich nach sehr vielen individuellen Gegebenheiten und ist gerade

beim Tinnitus-Patienten sehr stark individuell variierend, genauso wie die Ursachen und Ausprägungen des Symptoms Tinnitus.

Um die Wirkung zu verstehen, müssen wir jedoch ein wenig über die Philosophie der Traditionellen Chinesischen Medizin wissen. Dieser Artikel ist ein Versuch, den Lesern des *Tinnitus-Forums* ein für uns Westeuropäer völlig andersartiges medizinisches Werte- und Weltbild zu vermitteln.

## Ursprünge der Akupunktur

Die Zeitangaben über die Ursprünge der Akupunktur schwanken sehr zwischen 2000 Jahren bis 10.000 Jahren vor Christi. Damals wurden mit Steinnadeln Schmerzen gelindert

und Abszesse drainiert. Noch früher gab es jedoch die Moxibustion (Wärmebehandlung). Nach der Entdeckung des Feuers applizierte man angezündete Blätter über Entzündungsstellen.

Die Chinesische Medizin basiert auf der jahrtausendealten chinesischen Philosophie des Taoismus. Als „Tao“ (sprich: Dao) bezeichnen die Chinesen das eine, das allumfassende Prinzip, das der Welt zugrunde liegt. Es ist eine innere Gesetzmäßigkeit, die die Natur ordnet, symbolisiert durch einen Kreis, eine Linie ohne Anfang und Ende. Wir alle kennen das Bild von Yin und Yang. Als die alten Chinesen sich den Wechsel von Tag und Nacht, von Ebbe und Flut zu erklären versuchten, entwickelten sie das sogenannte Yin-Yang-

System. Ihrer Meinung nach beruht das ganze Sein – also das Tao – auf den Gegensätzen, die einerseits klar zu unterscheiden sind, sich aber andererseits ergänzen. Yin zum Beispiel bedeutet ursprünglich: die schattige Seite des Hügels. Mit Yin werden Qualitäten wie dunkel, kalt, Ruhe, Passivität oder Weiblichkeit verbunden. Yang entstand aus dem Zeichen für die sonnige Seite eines Hügels, entsprechende Qualitäten sind Licht, Wärme, Erregung, Aktivität und Männlichkeit.

Auch die Lehre von den fünf Wandlungsphasen entstand bei den Chinesen aus der Überlegung, alle Erscheinungen in ein logisches System einzuordnen. Die Vorbilder für die fünf Wandlungsphasen stammen allein aus der Natur. Sie werden als Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser bezeichnet, in einem Kreismodell angeordnet und alles, was es in der Natur gibt, kann man diesen Kategorien zuordnen. So beginnt das Leben mit der Geburt (Holz zugeordnet). Dann folgen Wachstum (Feuer), Blütezeit (Erde) und anschließend Reifung (Metall). Das Leben endet schließlich mit dem Tod (Wasser). Für uns Europäer fremdartig, werden aber auch die einzelnen Organe, die Körperteile, die Sinnesorgane, die Geschmacksrichtungen und auch die Gefühle in dieses System eingeordnet und bilden somit die Basis für die Diagnose und auch die Behandlung nach den Grundsätzen der Chinesischen Medizin.

In der Chinesischen Medizin geht man ebenfalls davon aus, dass Leitungsbahnen den ganzen Körper durchziehen. Diese sogenannten Meridiane sind eigenständige Kanäle oder Wege, die unabhängig von den Blutbahnen oder den Nerven laufen. In ihnen fließt unsere Lebenskraft, das Qi, das Energie und Nährstoffe zu den verschiedenen Organen transportiert.

Wenn man also in der Akupunktur und der Chinesischen Medizin von Lunge, Magen oder Dickdarm redet, ist nicht nur das Organ gemeint, sondern auch der zusammenhängende Meridian. Insgesamt gibt es zwölf Meridiane, die jeweils nach Organen benannt sind. Hinzu kommen auch acht Sondermeridiane.

In der Wissenschaft hat man immer wieder versucht, die Existenz dieser Energieleitbahnen nachzuweisen. Die chinesischen Ärzte sind jedoch davon überzeugt, dass sich energetische Prozesse nicht sicht-

bar machen lassen und trotzdem etwas im Körper bewirken können. So kann man zum Beispiel auch nicht sehen, wie sich magnetische Kräfte ausbreiten oder auf welchen Bahnen die Planeten um uns herum kreisen. Und trotzdem gibt es diese Phänomene.

In der Nationalbibliothek der Medizin in den USA finden sich 7000 wissenschaftliche Publikationen zum Thema Wirkungsweise der Akupunktur. Die bisher umfangreichste klinische Untersuchung der Akupunktur waren die sogenannten GERAC-Studien, die über einige Jahre in Deutschland durchgeführt wurden. Daran anschließend haben sich die Krankenkassen dazu bereit erklärt, bei bestimmten orthopädischen Indikationen (chronischer Kreuzschmerz, chronischer Knieschmerz) die Akupunkturkosten zu übernehmen.

Alle anderen Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) wurden von den Krankenkassen nicht anerkannt, so zum

Beispiel, dass der Akupunkturpunkt genau eine Nadelspitze dick ist. Er ist eher flächig auf der Hautoberfläche verbreitet und hat eine Weite von drei bis fünf Millimetern Durchmesser. Um diesen Akupunkturpunkt herum findet man auch einen deutlich herabgesetzten Hautwiderstand. In der Chinesischen Medizin gibt es den Begriff Xue, dies bedeutet Höhle, Zugang von der Körperoberfläche zu den Tiefen des Körpers. Auch das wird von den streng gläubigen Wissenschaftlern, die nur der evidenzbasierten Medizin folgen, angezweifelt. Gleichzeitig kennen wir aber in der Medizin die sogenannten Head'schen Zonen, die auch so richtig kein Wissenschaftler erklären kann. So zum Beispiel projizieren sich Herzbeschwerden gerne in die linke Schulter oder in den linken Arm oder Gallenbeschwerden unter das rechte Schulterblatt.

Ich plädiere hier für eine Offenheit der Systeme. Nicht alles muss meiner Meinung nach immer wissenschaftlich überprüfbar und



Beispiel auch Akupunktur bei Schlafstörungen und Tinnitus. Offizielle Begründung ist: Akupunktur wird zur Behandlung zahlreicher weiterer Beschwerden eingesetzt, doch gibt es in den Fällen keinen wissenschaftlich anerkannten Beleg für ihre Wirksamkeit.

Histologisch (feingewebliche Untersuchung unter Mikroskopen) hat man jedoch um die Akupunkturpunkte herum eine Häufung sensorischer Endkörperchen (sogenannte Meissner-Körper) gefunden. Damit unterscheidet sich der Akupunkturpunkt deutlich von seiner Umgebung. Auch ist es ein Irrglaube

nachweisbar sein. Natürlich versuchen wir Menschen, gerade wir Mediziner, wissenschaftlich zu verstehen, was dort vorgeht. Aber es ist ein Irrglaube, dass wir Menschen mit unserem „beschränkten Denken“ die Komplexität der Natur und damit auch die des menschlichen Körpers vollständig durchblicken, verstehen und wissenschaftlich erklären können. Leider hat sich unsere von ökonomischen Zwängen geprägte und gebeutelte Medizin dahingehend entwickelt, dass wir nur noch bezahlen und glauben, was wir wissenschaftlich nachweisen können. (Anmerkung des Autors: Ich möchte mal sehen, wie

dumm unsere heutigen Gutachter aus der Wäsche gucken, wenn in ca. 100 Jahren ganz andere Sachen bekannt geworden sind.)

Der Begriff Traditionelle Chinesische Medizin stammt im Übrigen von der WHO. In den 50er-Jahren des vergangenen Jahrhunderts schufen Mediziner der Volksrepublik China während der sogenannten Kulturrevolution eine einfache, umsetzbare Kurzversion ihrer traditionsreichen Volksheilkunde. Die WHO prägte dafür den Begriff Traditionelle Chinesische Medizin.

In der Chinesischen Medizin gilt, dass der Mensch krank werden kann, wenn sein Energiefluss Qi über eine längere Zeit hinweg gestört ist. Möglicherweise ist in einem Organ unseres Körpers nicht genügend Lebensenergie vorhanden, in diesem Fall spricht man von einem Qi-Mangel. Wenn das Qi gar blockiert ist und nicht mehr frei durch unseren Körper fließen kann, handelt es sich sogar um eine Qi-Depression beziehungsweise Qi-Stagnation. Es kommt aber auch vor, dass das Qi in die falsche Richtung fließt. Das ist zum Beispiel die Ursache für Übelkeit und Erbrechen in der Schwangerschaft, ein sogenanntes gegenläufiges Magen-Qi.

Ein gesunder Körper kann kurzfristig Störungen im Energiefluss ausgleichen; man ist davon überzeugt, dass sich die Organe gegenseitig unterstützen. Erst wenn es in einem oder mehreren Organen über längere Zeit ein Zuviel oder ein Zuwenig des Qi gibt, kommt es hier zu einem Ungleichgewicht und damit zum Auflösen des Harmonieprinzips und somit wiederum zu Beschwerden. In der Chinesischen Medizin ist man davon überzeugt, dass auch die Ernährung, die körperlichen, die geistigen und die sexuellen Aktivitäten die Gesundheit beeinflussen. Ein Zuviel oder ein Zuwenig schaden auf lange Sicht – angestrebt werden sollte immer ein Gleichgewicht. Dann kann die Lebensenergie Qi ungehindert durch den ganzen Körper fließen, der Mensch ist gesund. Wird diese Lebensenergie jedoch am freien Fluss gehindert, können, nicht müssen, Krankheiten entstehen.

Krankheit ist also im TCM-Sinne nichts anderes als eine Störung des Gleichgewichtes zwischen Yin, Yang und dem Energiefluss Qi. Zum Beispiel geben wir HNO-Ärzte bei einer Hauterkrankung am Ohr Kortison. Das heilt die Haut, ändert aber nichts an der Ursache. Wenn wir das Kortison absetzen, tritt das chronische Gehörgangsekzem häufig wieder auf.

Der Chinese denkt da anders: Die Hauterkrankung ist Ausdruck einer Störung in der Harmonie. Irgendwo ist die Fülle oder die Leere zu viel und muss ausgeglichen werden. Wenn ich also zu viel Fülle habe, dann muss ich die Leere vermehren. Wenn zu viel Feuer da ist, dann muss ich Wasser geben. Vereinfacht gesagt: Haben wir ein Überwiegen einer Seite, so muss ich den Gegenspieler stärken, um die Harmonie wieder herzustellen.

### Die fünf Therapiemethoden der TCM

Die Akupunktur ist wohl unter den fünf Therapiemethoden der TCM in Deutschland und auch weltweit am bekanntesten. Hierzu gehören Sonderformen wie Akupressur, Schädelakupunktur, Ohrakupunktur, Zungenakupunktur, Laserakupunktur oder Triggerpunktakupunktur. Aber auch die Moxibustion, also die Wärmeanwendung, wird dazu gezählt.

Zur TCM gehört ebenfalls die Arzneimitteltherapie. Diese wird in Deutschland seltener praktiziert, da es sich hier um ein sehr, sehr komplexes System handelt und die chinesischen Substanzen ehrlich gesagt auch nicht einfach zu beschaffen sind. Ähnlich wie bei Kneipp ist auch die Ernährungslehre Bestandteil der Grundsätze der Chinesischen Medizin. Qi Gong beziehungsweise Tai Chi als Bewegungslehre gehören dazu und auch die fünfte Säule, die sogenannte Tuina-Massage – sie ist in Deutschland jedoch noch nicht sehr weit verbreitet.

Über die Akupunkturpunkte kann der Therapeut nicht nur die krankmachenden Energien aus dem Körper ableiten, sondern dem Organismus auch gezielt Energie zuführen. Mit der Moxibustion erwärmt er bestimmte Stellen am Körper. So sollen Krankheitsursachen wie Kälte und Feuchtigkeit vertrieben werden.

Für die Moxibustion benutzt man das sogenannte Moxa-Kraut, das unserem Beifußkraut ähnelt (Vorsicht vor Allergien!). Von der Heilpflanze werden die getrockneten und pulverisierten Blätter traditionell in der Nähe des Körpers verbrannt. In Europa gibt es jedoch auch verschiedene andere Methoden, die Akupunkturpunkte zu erwärmen. Hier gibt es zum Beispiel Moxa-Kügelchen, Moxa-Kästchen, es gibt die sogenannte Moxa-Zigarre oder auch den Moxa-Kegel.

ICH GLAUB, MIT AKUPUNKTUR  
WERDEN SIE BEI MEINEM  
MANN KEINEN STICH MACHEN... !!



© BOB

### Was bewirkt Akupunktur?

- Wiederherstellung gestörter Strömungsverhältnisse durch Auflösung der Stauungen
- Ab- und Umleitung von Blutkörperflüssigkeiten hin zur Energie
- Energieausgleich in den Körperregionen
- Direkte Beeinflussung der inneren Organe
- Wiederherstellung der gestörten Balance des Körpers
- Hormonmodulation

### Erwiesene Wirkungsweisen der Akupunktur

Zu den erwiesenen Wirkungsweisen der Akupunktur gehört die Hemmung der Schmerzreize auf Rückenmarksebene und im Gehirn. Die Durchblutung beziehungsweise

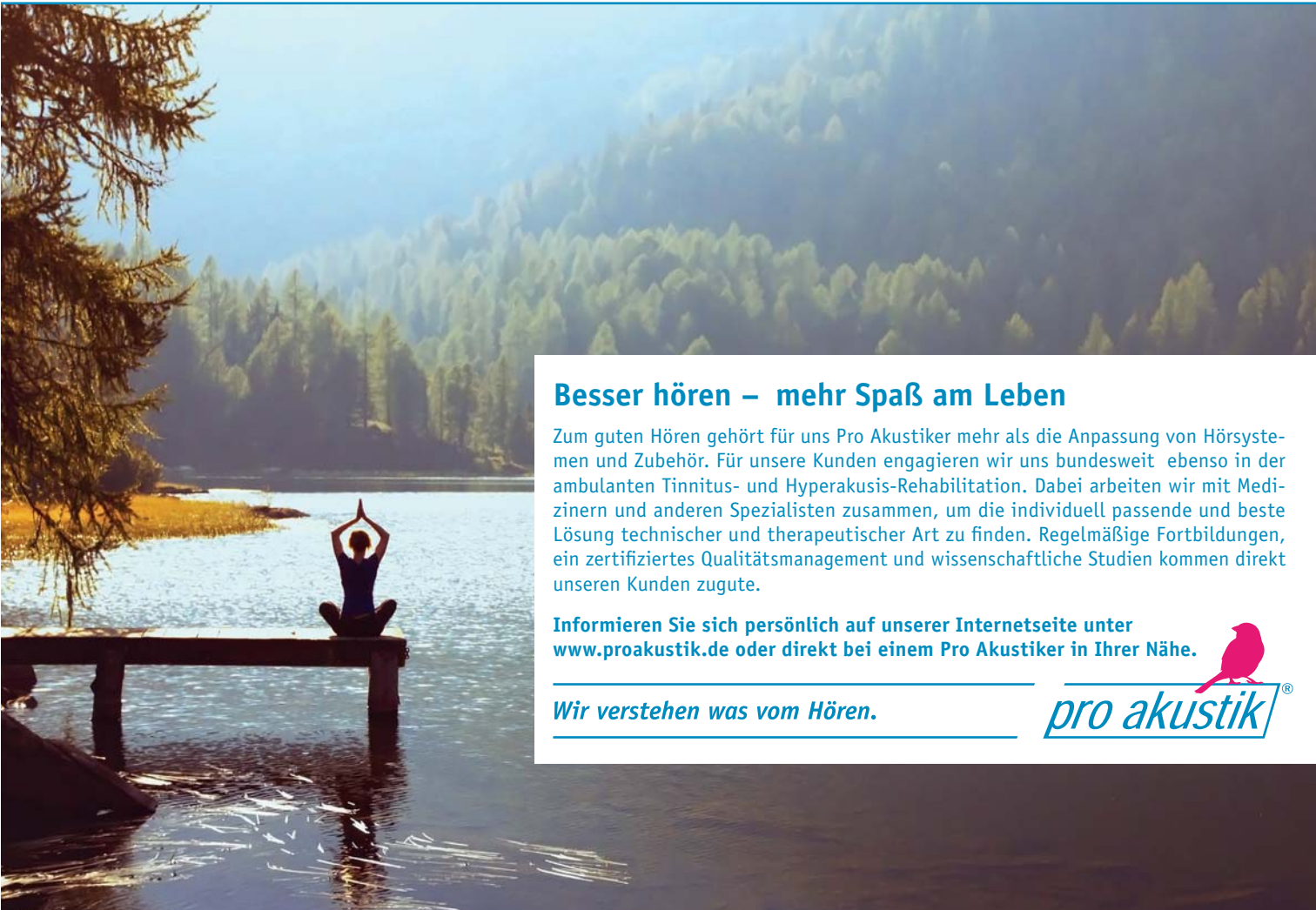
Wärme um den Hof der Nadel steigt um ca. ein Grad an, und auch das Zielgebiet wird besser durchblutet (Bestätigung durch Thermographie). Ferner nimmt der Muskeltonus ab und es gibt eine endokrine Hormonwirkung auf den ganzen Körper. Endorphine, Serotonin und Cortisol werden ausgeschüttet und das Immunsystem wird stimuliert. Außerdem findet eine Modulation von Sympathikus, Parasympathikus und damit eine neurovegetative Modulation der inneren Organe statt.

*Im zweiten Teil des Artikels, der in Tinnitus-Forum 3/2019 erscheint, erläutert der Autor die Wirkungen der Akupunktur und die sich daraus ableitenden Indikationen. Außerdem geht er näher auf die Akupunktur bei psychosomatischen Funktionsstörungen ein.*

Kontakt zum Autor:



Lutz-Michael Schäfer  
Leitender HNO-Arzt  
Habichtswald-Klinik  
Werner Wilhelm Wicker GmbH  
& Co. KG  
Wigandstr. 1  
34131 Kassel-Bad Wilhelmshöhe



## Besser hören – mehr Spaß am Leben

Zum guten Hören gehört für uns Pro Akustiker mehr als die Anpassung von Hörsystemen und Zubehör. Für unsere Kunden engagieren wir uns bundesweit ebenso in der ambulanten Tinnitus- und Hyperakusis-Rehabilitation. Dabei arbeiten wir mit Medizinern und anderen Spezialisten zusammen, um die individuell passende und beste Lösung technischer und therapeutischer Art zu finden. Regelmäßige Fortbildungen, ein zertifiziertes Qualitätsmanagement und wissenschaftliche Studien kommen direkt unseren Kunden zugute.

Informieren Sie sich persönlich auf unserer Internetseite unter [www.proakustik.de](http://www.proakustik.de) oder direkt bei einem Pro Akustiker in Ihrer Nähe.

*Wir verstehen was vom Hören.*

  
**pro akustik**<sup>®</sup>