



Traditionelle Chinesische Medizin

Gesundheit lässt sich im Sinne der Chinesischen Medizin als harmonisches Zusammenspiel der Kräfte Yin und Yang beschreiben. Geraten diese energetischen Kräfte aufgrund von Störungen in eine Dysbalance, können gesundheitliche Störungen z.B. energetische Blockaden oder Schwächezustände entstehen.

Ziel der Behandlung ist es, so entstandene Blockaden zu erkennen und aufzulösen, energetische Defizite auszugleichen und die Ursachen für diese Störungen zu finden und zu beseitigen.

Basis für eine Behandlung nach den Regeln der Chinesischen Medizin ist ein intensives Gespräch zwischen Arzt und Patient, um Symptome zu erkennen und zu deuten, Zusammenhänge

zu erfassen und Ursachen zu finden. Dabei interessieren nicht nur rein körperliche Symptome. Seelische Belastungen, Lebensweisen und Ernährungsgewohnheiten sind dabei ebenfalls von großem Interesse.

Zur Diagnosestellung gehören auch die Puls- und Zungendiagnose.

Ist eine Diagnose gestellt und ein Therapiekonzept entwickelt, gibt es verschiedene Möglichkeiten der Therapie. In Abhängigkeit von der Art und Ursache der Erkrankung z.B. akut oder chronisch, wird Ihr Therapeut Ihnen die bestmögliche Einzel- oder Kombinationstherapie, wie z.B. Akupunktur und Tuina Massage empfehlen.



Kurzbeschreibung der verschiedenen Therapieformen der TCM:

Akupunktur:

Zentraler Bestandteil der Behandlung ist in den meisten Fällen die Akupunktur. Hierbei wird regulierend und harmonisierend in den körpereigenen Fluss des Qi (häufig übersetzt als Lebensenergie), mittels Nadelstimulation an definierten Akupunkturpunkten Einfluss genommen. Diese Akupunkturpunkte befinden sich auf den Meridianen, den Bahnen, über die das Qi im Körper

zirkuliert. So können alle Bereiche des Körpers angesprochen werden, z. B. Stauungen zerstreut und Mangelzustände behoben werden. Während einer Akupunktursitzung kommt es häufig ergänzend zur Anwendung von Moxibustion (Wärmebehandlung an Akupunkturpunkten oder Körperarealen mittels Abbrennen von Beifuß) oder einer Schröpfbehandlung.





Kurzbeschreibung der verschiedenen Therapieformen der TCM:

Arzneimitteltherapie:

Eine weitere Fachrichtung der Chinesischen Medizin ist die Arzneimitteltherapie. Hierbei werden chinesische Kräuter (Wurzeln, Zweige, Blätter, Blüten, Samen) in Form von Tees, Tinkturen, Granulaten oder Pillen nach einer individuellen Zusammenstellung entsprechend der gestellten Diagnose von ihrem Arzt oder Ärztin verschrieben.

Diese Verschreibungen werden über speziell zertifizierte Apotheken bezogen, deren Kräuter Testungen auf Schwermetalle und Pestizide unterzogen werden.

Tuina Massage:

Tuina ist eine sehr beliebte Heil- und Energiemassage, welche eine Vielzahl von Techniken beinhaltet, zu denen auch die Akupressur von Akupunkturpunkten gehört.

Blockaden und Verspannungen im Gewebe, die Beschwerden bereiten und zu Erkrankungen führen, können so gelöst werden.

Durch die Tuina Therapie wird der Energiefluss wieder hergestellt und die natürlichen Selbstheilungskräfte aktiviert.

Sie eignet sich zur Behandlung und Vorbeugung von sehr unterschiedlichen Erkrankungen, da die Massagen immer auf den gesamten Organismus wirken und dadurch ein ganzheitlicher Therapieeffekt erreicht wird. Die Tuina Massage entspannt den erschöpften, angespannten, nervösen und unter Druck stehenden Menschen und fördert ein umfassendes und tiefgehendes Wohlbefinden.

Diätetische Therapie:

Eine Umstellung der Ernährungsgewohnheiten ist in den meisten Fällen eine unterstützende, wenn nicht sogar essentielle therapeutische Maßnahme um die Heilung zu unterstützen.

Häufig ist es sinnvoll, bestimmte Nahrungsmittel über einen definierten Zeitraum zu meiden.

Auch hier findet eine individuelle Beratung und die Erstellung eines Ernährungsplanes statt.



Qi Gong

Qi Gong ist eine sanfte Bewegungs- und Atemtherapie zur Harmonisierung des Energieflusses. Muskeln, Sehnen und Gelenke werden auf sanfter Art gedehnt und gestärkt. Dabei führt regelmäßiges Üben zu körperlicher und geistiger Entspannung.

Die natürliche Atmung wird vertieft, Blockierungen werden wahr genommen und aufgelöst, die Versorgung des Körpers mit Lebensenergie wird tiefgehend verbessert.

Qi Gong in der täglichen Übung kann als Lebenspflege verstanden werden oder auch gezielt eingesetzt werden zur Unterstützung des Heilungsprozesses.

Wichtigste Indikationen

- Erkrankungen des Bewegungsapparates (u.a. Rheuma, Wirbelsäulensynndrome, Gelenkbeschwerden)
- Allergien (Heuschnupfen, Asthma)
- Magen-Darm-Erkrankungen
- gynäkologische Erkrankungen (Menstruationsbeschwerden, Fertilitätsstörungen, Menopause)
- Erschöpfungszustände, Schlafstörungen
- chronische Schmerzen
- weitere Erkrankungen

