

Die Kopfschmerzen der Frau Weh

Ein praktischer Weg zur Chinesischen Syndromdiagnose

Michael Rupprecht

Ms. Weh`s headache

A Practical Way to Chinese Syndrome Diagnosis

Abstract: In general practitioners' practice, chronic headaches are a common health disorder that seriously affects patients and often cannot be treated satisfactorily by conventional medicine. The aim of this article is to encourage colleagues who have completed basic acupuncture training to successfully treat the most common forms of headache primarily with acupuncture and Chinese medicine. A pragmatic approach to diagnosis using a Chinese syndrome diagnosis and the therapy based on it with acupuncture, Chinese herbal formulas and lifestyle changes is presented below using the example of a type of headache that occurs frequently in practice.

An easy-to-learn algorithm provides - with the help of structured instructions - therapeutic security and improves the results of the treatment.

The method has been used successfully by the author for many years in his own practice and taught in his courses at the ZAEN congresses (1).

Keywords: chronic Headache, TCM, acupuncture

In der Allgemeinarztpraxis stellen chronische Kopfschmerzen eine häufige, die Patienten schwer beeinträchtigende und schulmedizinisch oft nicht zufriedenstellend zu behandelnde Gesundheitsstörung dar. Ziel dieses Artikels ist es, Kollegen und Kolleginnen mit abgeschlossener Grundausbildung Akupunktur zu ermutigen, die häufigsten Kopfschmerzformen primär mit Akupunktur und Chinesischer Medizin erfolgreich zu behandeln. Eine pragmatische Herangehensweise an die Diagnosestellung mittels einer chinesischen Syndromdiagnose und die darauf aufbauende Therapie mit Akupunktur, chinesischen Kräuterrezepturen und Änderungen des Lebensstils wird im Folgenden am Beispiel einer in der Praxis häufig vorkommenden Kopfschmerzform vorgestellt.

Ein leicht zu erlernender Algorithmus verschafft – mit Hilfe einer strukturierten Arbeitsanleitung - therapeutische Sicherheit und verbessert die Ergebnisse der Behandlung. Die Methode wird vom Autor seit vielen Jahren erfolgreich in der eigenen Praxis angewandt und auf seinen Kursen auf den Kongressen des ZAEN vermittelt (1).

Schematische Akupunktur oder umfassende Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Während orthopädische Beschwerdebilder mit festgelegten Kombinationen von Akupunkturpunkten nach westlich-schulmedizinischen Diagnosen sehr häufig erfolgreich behandelt werden können, ist diese Vorgehensweise bei komplexen Erkrankungen wie chronischen Kopfschmerzen oft nicht ausreichend oder anhaltend wirksam.

Die in der Grundausbildung der Akupunktur erlernte Behandlungsstrategie der Kombination von Lokalpunkten und Fernpunkten nach der Schmerzlokalisation und dem Modell der Leitbahnen (Synonym: Meridiane) ist hier unzureichend. Diese schematische Arbeitsweise erfasst die den Beschwerden zugrunde liegenden vielfältigen Ursachen, energetische Disharmonien und konstitutionelle Faktoren nicht in genügendem Maße.

Eine ganzheitliche Erfassung von Lokalisation und Charakteristik der Kopfschmerzen, von weiteren Beschwerden, der generellen Konstitution, sowie der Lebenssituation des Patienten nach den Regeln der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) ermöglicht die Stellung einer Chinesischen Syndromdiagnose.

Auf dieser umfassenden Diagnose aufbauend ist eine wesentlich effektivere Therapie möglich. Diese kann aus einer Kombination aus Akupunktur, chinesischer Kräuterrezeptur, einer Modifikation der Ernährung sowie Änderungen des Lebensstils bestehen.

Dem an einem umfassenderen Einstieg in die Chinesische Syndromdiagnostik und Therapie interessierten Leser seien die Bücher von Dr. Erich Wühr sehr empfohlen (2, 3).

Pathomechanismus und Behandlungsprinzip von Kopfschmerzen nach TCM

Kopfschmerzen entstehen nach Auffassung der TCM letztlich durch eine Behinderung der physiologischen Zirkulation von Qi und Blut in den Leitbahnen des Kopfes.

Diesem eingeschränkten Fluss können völlig gegensätzliche Ursachen zugrunde liegen.

Zum einen kann eine Blockade von ausreichend oder sogar übermäßig vorhandenem Qi verantwortlich sein. Die Symptomatik besteht hier aus heftigen, pulsierenden Schmerzen bei kräftigen Pulsen und oft kräftiger Konstitution. Man nennt dies einen Fülle-Zustand.

Zum anderen hingegen äußert sich eine Beeinträchtigung des Qi-Flusses durch mangelndes Qi in milden, dumpfen Beschwerden bei schwachen Pulsen und allgemeiner Schwäche.

Dies bezeichnet man als einen Leere-Zustand. (4)

Die beschriebenen Fülle- und Leere-Zustände beruhen ihrerseits auf einer Vielzahl von Störfaktoren und tiefer liegenden inneren Disharmonien, welche das Krankheitsgeschehen langfristig aufrechterhalten.

Die Therapie von Kopfschmerzen mit TCM verfolgt somit mehrere Ziele:

- das Auflösen einer Qi-Stagnation
- das Ableiten von Fülle-Zuständen
- und / oder das Auffüllen von Leere-Zuständen
- den Ausgleich der tieferliegenden Störungen

Schulmedizinische Abklärung

Vor der Behandlung von chronischen Kopfschmerzen mit Chinesischer Medizin erfolgt eine schulmedizinische Abklärung einschließlich einer fachärztlich-neurologischen Beurteilung.

Anamnese und Diagnose

Die Erhebung einer umfassenden TCM-Anamnese erfolgt idealer Weise mit Hilfe eines strukturierten Anamnesebogens (5). Sie dauert ca. eine Stunde und umfasst eine Beurteilung

von Zunge und Puls. Aus der strukturierten Auswertung der Anamnese und der erhobenen Befunde in Form eines Algorithmus resultiert die Diagnose nach TCM.

Aus einer Migräne entsteht so beispielsweise die Diagnose: **Aufsteigendes Leber-Yang.**

Diagnostische Methoden der TCM

Neben der Anamneseerhebung, dem Betrachten, dem Hören und der Palpation des Patienten umfasst die Chinesische Medizin die besonderen Diagnoseverfahren der Puls- und Zungen-Diagnose. Die für die Behandlung von Kopfschmerzen erforderlichen Grundkenntnisse der Chinesischen Puls- und Zungen-Diagnostik sind relativ schnell zu erlernen. Die Zungendiagnostik ist im Folgenden vereinfacht dargestellt.

Zungendiagnostik

Beurteilt werden:

- der Zungenkörper nach Größe, Form, Beschaffenheit und Farbe
- der Belag nach Menge, Qualität, Farbe, Feuchtigkeit und Lokalisation

Die Zungendiagnostik ermöglicht Aussagen zu:

- Hitze- und Kältezuständen
- Fülle- und Leerezuständen
- Grundsubstanzen wie Qi, Blut, Körpersäften
- betroffenen Organen
- Schwere und Verlauf von Erkrankungen

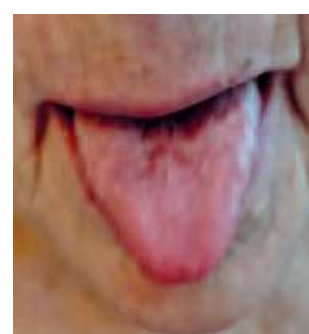
Zwei Beispiele für Zungenbilder

Zunge groß, blass, feucht mit Zahneindrücken und hellem Belag



Interpretation:
Qi- / Yang-Mangel-Zunge mit Kälte

Zunge klein, rot, trocken, fehlender Belag



Interpretation:
Yin-Mangel-Zunge mit Hitze und Trockenheit

Von der Migräne zum Aufsteigenden Leber-Yang

Wie übersetzt man die westliche Diagnose Migräne in die TCM-Diagnose: **Aufsteigendes Leber-Yang**?

Dies wollen wir uns exemplarisch an einem konkreten Fall von Kopfschmerzen ansehen.

Die Kopfschmerzen der Frau Weh

Frau Weh ist eine engagierte und robuste 35 Jahre alte Lehrerein mit impulsivem Charakter und hohem Anspruch an ihre berufliche Leistung. Sie hat zwei eigene Kinder. Die Familie hat kürzlich ein Haus gebaut. Die schwierige Schul-situation durch die CORONA-Pandemie belastet sie stark. Ihren geliebten Tanzsport kann sie seit einem Jahr nicht ausführen.

Seit längerem leidet Frau Weh zunehmend unter heftigen pulsierenden Kopfschmerzen, bevorzugt in der Schläfenregion und hinter den Augen. Diese sind begleitet von Hitzegefühl im Kopf, Gesichtsrötung, Augenflimmern, gelegentlich auch von Übelkeit und Erbrechen. Die Kopfschmerzen treten vermehrt nach Stress und bei Erschöpfung auf. Frau Weh berichtet über in letzter Zeit häufige Zustände ärgerlicher Gereiztheit im Wechsel mit Niedergeschlagenheit. Ferner über Müdigkeit, Schlafstörungen und Verspannungen der Nackenregion. Ihre Zunge ist leicht gerötet, vermehrt an den Rändern. Der Puls ist kräftig und gespannt. Linderung findet Frau Weh bei ausgedehnten Spaziergängen mit ihrem Hund.

Kopfschmerzen: Einteilung und Behandlung nach Syndromen

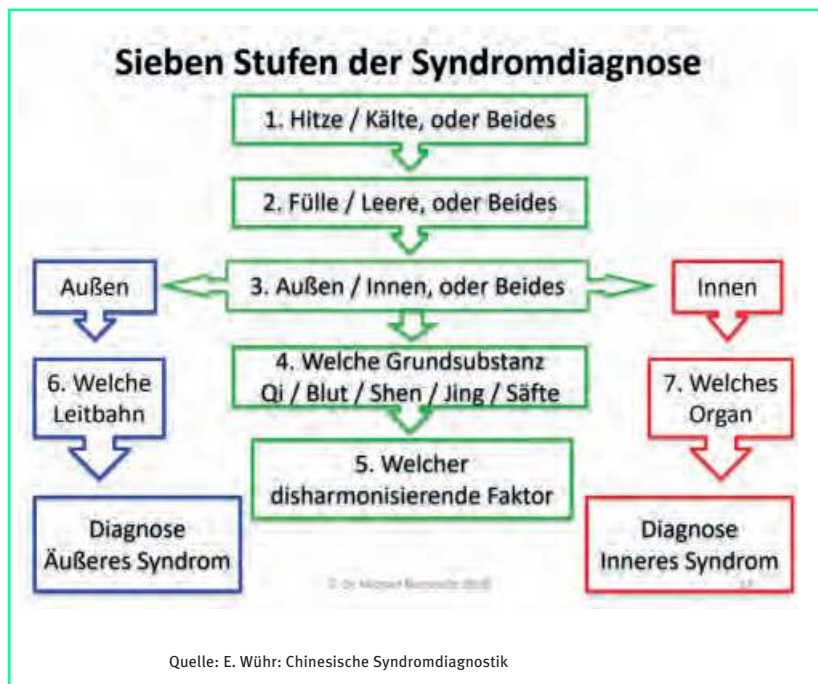
Eine Syndromdiagnose, wie beispielsweise die des oben erwähnten **Aufsteigenden Leber-Yangs**, beruht auf einer definierten Kombination von Symptomen und Befunden.

Die in der Anamnese erhobenen Symptome und Befunde werden nach den Theorien der TCM bewertet und zusammengefasst. Die so entstandenen Muster kann man nun einer in der TCM-Literatur beschriebenen Syndromdiagnose zuordnen (6). Auf dieser Diagnose baut die differenzierte Behandlung auf.

Syndromdiagnose in 7 Stufen

Für die Interpretation der Symptome und Befunde hat sich das von E. Wühr beschriebene strukturierte Vorgehen in sieben Stufen bewährt (2). Die in der Anamnese erhobenen Symptome können nach einem Algorithmus Schritt für Schritt den entsprechenden Qualitäten zugeordnet werden.

Die übliche Reihenfolge des Vorgehens ist in folgendem Schema dargestellt.



Der erste Schritt: Einteilung und Behandlung nach dem Leitbahnmodell (Meridiane)

Der erste Schritt der Diagnosefindung besteht bei Kopfschmerzen – abweichend von der oben dargestellten Reihenfolge - in einer Einordnung nach Schmerzlokalisierung, Leitbahnen und Meridianachsen, entsprechend der Stufe sechs des Schemas.

Die Auswahl von Nahpunkten und Fernpunkten für die Akupunkturbehandlung erfolgt nach dem Leitbahnmodell (Meridianmodell). Die Nahpunkte werden im Bereich der Schmerzen, hier in der Schläfenregion, gewählt. Die Fernpunkte liegen auf den mit der Schmerzregion in Verbindung stehenden Leitbahnen an Armen und Beinen.

Man unterscheidet vier Schmerzlokalisationen mit den zugeordneten Meridianachsen und Leitbahnen:

- Schläfe / seitlicher Kopf -> Shaoyang -> Dreifacher Erwärmer + Gallenblase
- Stirn -> Yangming -> Dickdarm + Magen
- Hinterkopf -> Taiyang -> Dünndarm + Blase
- Scheitel -> Jueyin -> Leber

Bei Frau Weh handelt es sich um Kopfschmerzen der Schläfen-Region und somit, auf der Ebene der Leitbahnen, um einen Shaoyang-Kopfschmerz.

Temporaler Kopfschmerz (Shaoyang-Kopfschmerz)

	<p>Schmerzlokalisierung im Bereich der Meridianachse Shaoyang entsprechend den Leitbahnen Gb (grün) und 3E (violett)</p>		<p>Lokalpunkte im Bereich der Leitbahnen Gb und 3E</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gb8 • Gb20 • Extrapunkt Taiyang
	<p>Fernpunkte Hand auf der Leitbahn 3E</p> <ul style="list-style-type: none"> • 3E5 • 3E3 • Di4 genereller Fernpunkt Kopf 		<p>Fernpunkte Bein auf der Leitbahn GB</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gb34 • Gb41

Mit der Einteilung von Kopfschmerzen nach dem Meridianmodell besteht bereits ein funktionierendes, wenn auch einfaches Behandlungskonzept.

Darauf aufbauend werden zur weiteren Differenzierung die anamnestischen Angaben und die Befunde entsprechend den übrigen Stufen der Syndromdiagnostik eingeordnet.

1. Stufe: Hitze / Kälte oder Beides

Beispiele für Leitsymptome

	Hitze-Symptome	Kälte-Symptome
Temperaturempfinden	Hitzeüberschuss bevorzugt Kühlung	neigt zum Frieren bevorzugt Wärme
Auswirkung auf Symptomatik	Hitze verschlimmert Kühlen bessert	Kälte verschlimmert Wärmen bessert
Nahrung / Getränke	bevorzugt Kühles	bevorzugt Warmes
Verhalten	agitiert, extrovertiert	ruhig, introvertiert
Gesicht	gerötet	blass
Zunge	gerötet, evtl. trocken	blass, feucht
Puls	schnell	langsam

Entscheidendes Kriterium für Hitze / Kälte ist die Farbe der Zunge.

Die möglichen Therapie-Prinzipien lauten: Ausleiten von Hitze / Wärmen von Kälte.

Bei Frau Weh sprechen für Hitze: Gesichtsrötung und Hitzegefühl im Kopf während der Cephalgie. Weiterhin die Rötung der Zunge, die Gereiztheit und ihr Temperament.

2. Stufe: Fülle / Leere oder Beides

Beispiele für Leitsymptome

	Fülle-Symptome	Leere-Symptome
Symptomatik generell	intensiv, heftig	mild, schwach
Schmerzcharakter	heftig, stechend, pulsierend	dumpf, mild
Verhalten	Aktivität bessert	Ruhe bessert
Leistungsfähigkeit	hoch	vermindert
Konstitution	kräftig, robust	energiearm
Zunge	verschieden	verschieden
Puls	voll, kräftig	dünn, schwach

Entscheidendes Kriterium für Fülle / Leere ist die Pulsqualität. Die möglichen Therapieprinzipien lauten: Fülle ausleiten / Leere tonisieren.

Bei Frau Weh sprechen für Fülle: Heftiger, pulsierender Schmerzcharakter, primär robuste Konstitution und gute Leistungsfähigkeit. Ferner die Besserung durch körperliche Betätigung sowie der kräftige Puls.

Für Leere sprechen: Müdigkeit, und Erschöpfung, das Auftreten der Schmerzen bei Erschöpfung, sowie die anhaltende familiäre und berufliche Belastung.

3. Stufe: Innen / Außen oder Beides

Äußere Erkrankungen definieren sich als meist akut auftretende Störungen äußerer Körperstrukturen, wie Haut, Muskeln und Leitbahnen.

Typische Ursachen sind äußere pathogene Faktoren wie Wind, Kälte, Nässe und Hitze.

Unter inneren Erkrankungen versteht man chronische Störungen innerer Körperstrukturen wie der Knochen oder der inneren Organe. Sie entwickeln sich aus äußeren Erkrankungen oder beruhen auf anhaltenden inneren emotionalen pathogenen Faktoren wie Wut, Sorge, Grübeln oder Angst. (7, 8)

Bei Frau Weh sprechen für eine innere Störung die Chronizität der Beschwerden und die Entstehung nach anhaltender Frustration, Sorge und Überlastung. Warum bei Frau Weh die inneren Organe Leber und Niere betroffen sind, werden wir bei Stufe sieben der Syndromdiagnose sehen.

Yin und Yang: die ersten drei Stufen

Unter dem Überbegriff des **Yang** subsumiert man die Kategorien von Hitze, Fülle und Außen.

Unter dem Überbegriff des **Yin** subsumiert man die Kategorien von Kälte, Leere und Innen.

4. Stufe: Die Grundsubstanzen Qi, Blut, Shen, Essenz und Körpersäfte

Da bei der Kopfschmerzform des **Aufsteigenden Leber-Yang** eine Dysfunktion des Qi eine wesentliche Rolle spielt, sei die Funktion und Pathologie dieser Grundsubstanz im Folgenden exemplarisch dargestellt. Der Begriff des Qi beschreibt ein zentrales Modell der TCM. Man stellt sich eine Form von Lebensenergie vor, die allen Lebensprozessen und Organfunktionen zugrunde liegt. Aufgrund seines energetischen, wärmenden und immateriellen Charakters wird das Qi dem Yang zugeordnet. Das Qi zirkuliert ungehindert und in ausreichender Menge durch die Leitbahnen des Körpers. Es wird ständig verbraucht und muss fortlaufend neu aufgefüllt werden.

Für die Ergänzung des Qi spielt die Milz eine wesentliche Rolle. Die Speicherung erfolgt in der Niere und die Leber sorgt für dessen harmonischen Fluss durch den Körper.

Störungen entstehen, begünstigt durch die jeweilige Konstitution, meist durch anhaltende Überlastung, chronische Erkrankungen und falsche Ernährung.

Kopfschmerz beruht auf einer verminderten Qi-Zirkulation im Bereich der Schmerzregion, verursacht entweder durch eine Qi-Stagnation oder durch einen Qi-Mangel.

Cephalgie durch Qi-Stagnation	Cephalgie durch Qi-Leere
<ul style="list-style-type: none"> • Füllezustand • heftiger, pulsierender Schmerz • Leitbahnebene: meist Stagnation in der Schläfenregion (Shaoyang, 3E, Gb) • Ursachen: Konstitution, unterdrückte Wut, anhaltende Frustration • Organebene: Leber-Qi-Stagnation • Frustration, Niedergeschlagenheit Verspannung, Verdauungsstörungen • Verschlimmerung durch Stress • Besserung durch leichte Bewegung • Puls: kräftig, gespannt • Zunge: evtl. gerötet, roter Zungenrand 	<ul style="list-style-type: none"> • Leerezustand • milder, dumpfer Schmerz • Leitbahnebene: eher diffus im ganzen Kopf bei generellem Qi-Mangel • Ursachen: Konstitution, chronische Überlastung, Mangelernährung, Angst • Organebene: Milz-Nieren-Qi-Mangel • Müdigkeit, Erschöpfung, Inappetenz, Rückenschmerzen, Palpitationen • Verschlimmerung durch Anstrengung • Besserung durch Ruhe und Schonung • Puls: schwach, dünn • Zunge: groß, Zahneindrücke, blass

Eine anhaltende Stagnation kann zu Hitzeentwicklung und zum Aufsteigen des Qi in den Kopf führen.

Trotz Frau Wehs robuster Konstitution ist sicher ein gewisser Verlust an Qi eingetreten. Eine wesentlich größere Bedeutung für das Verständnis ihrer Kopfschmerzen spielt jedoch die Annahme einer Qi-Stagnation. Dafür sprechen der heftige und pulsierende Schmerzcharakter, die Nackenverspannung, ihre ärgerlich gereizte Verstimtheit, die roten Zungenränder und der gespannte Puls. Prädisponierend ist ihre etwas zwanghafte Struktur. Ein Ausgleich der durch die langdauernde frustrierende Überlastung entstandenen Qi-Stagnation durch den Tanzsport war zuletzt nicht möglich. Linderung verschaffen nun die Spaziergänge mit ihrem Hund. Das Therapieprinzip lautet hier: Auflösen der Qi-Stagnation, sowie Bewegen und Herabführen des Qi.

5. Stufe: Disharmonisierende Faktoren

Die TCM teilt die Krankheiten auslösenden Ursachen in verschiedene Kategorien ein (9):

- Die äußeren disharmonisierenden Faktoren beschreiben klimatische Einflüsse wie Wind, Hitze, Kälte, Nässe und Trockenheit. Hier sind auch die von Erkältungskrankheiten verursachten Symptomatiken erfasst. Äußere Faktoren schädigen äußere Körperstrukturen wie Haut, Schleimhäute, Muskeln und Leitbahnen.
- Die inneren disharmonisierenden Faktoren umfassen die psychisch-emotionalen Belastungen wie Wut, Agitiertheit, Angst, Grübeln und Trauer. Jede Emotion steht mit einem inneren Organpaar in wechselseitiger Beziehung. Dies gilt beispielsweise für die Verbindung der Emotion Wut mit dem Organ Leber.
- Unter den sonstigen disharmonisierenden Faktoren werden schwächende Faktoren wie eine ererbte Konstitution, Überlastung, Inaktivität, Ernährungsfehler und Intoxikationen, aber auch eine falsche Lebensführung, hohes Alter und viele Geburten beschrieben.

Bei Frau Weh verweist die ärgerliche Verstimtheit auf das Organ Leber. Psychische Überlastung und Geburten schwächen die in der Niere gespeicherte, als Nieren-Yin bezeichnete strukturelle Energie.

6. Stufe: Die Einteilung nach Leitbahnen ist bereits zu Beginn der Diagnostik erfolgt.

7. Stufe: Organ-Funktionskreise

Die TCM versteht unter Organen keine physiologisch und anatomisch klar definierten Strukturen im Sinne der westlichen Schulmedizin. Sie sind besser beschrieben als im Gesamtsystem zusammenspielende, funktionelle Einheiten mit jeweils spezifischen Funktionen, spezifischer Pathologie, typischen Leitsymptomen und schädigenden Faktoren. Man spricht darum besser von Organ-Funktionskreisen.

Eine Auswahl von Leitkriterien der beiden für unseren Kopfschmerzfall maßgeblichen Organ-Funktionskreise sind in der folgenden Tabelle (nächste Seite) gegenübergestellt.

Leber	Niere
<ul style="list-style-type: none"> • Reguliert den harmonischen Qi-Fluss • Entschlossenheit, Ausgeglichenheit • Pathologie: Qi-Stagnation mit Wut, Stressanfälligkeit, Beklemmung, Stimmungsschwankungen, Depression, Muskelverspannung, Beeinträchtigung der Verdauung, Augensymptome • Verschlimmerung durch: Stress, Ärger, Alkohol, heiß wirkende Nahrung • Puls saitenförmig bei Stagnation • Typischer Kopfschmerz: pulsierend, heftig, Seiten-, Augen-, Scheitelregion 	<ul style="list-style-type: none"> • Energiespeicher, speichert Essenz • Konstitution, Energie, Fortpflanzung • Pathologie: Leere-Zustände mit Angstzuständen, Erschöpfung Fertilitätsstörungen, Lumbalgie mit Schwäche, Altersbeschwerden • Verschlimmerung durch Angst, Kälte und Hitze, Überarbeitung, chronische Krankheit, kalte und rohe Nahrung • Puls dünn und schwach bei Leere • Typischer Kopfschmerz: mild, Leeregefühl, ganzer Kopf, Nackenregion

Bei Frau Weh sprechen für eine Beteiligung des Funktionskreises Niere: die Erschöpfung durch zwei Geburten, den Hausbau sowie die Doppelbelastung durch Familie und berufliche Situation.

Für eine Beteiligung des Funktionskreises Leber sprechen der seitliche Kopfschmerz (Shaoyang) und die Augenbeteiligung sowie das impulsive Temperament. Das stagnierte Qi zeigt sich in der intensiven Schmerzsymptomatik, in den geröteten Zungenrändern sowie im gespannten, kräftigen Puls. Die Qi-Stagnation ist auch verantwortlich für die verspannte Nackenmuskulatur, die gereizte Herabgestimmtheit und die Verschlimmerung der Symptomatik durch Stress. Bei anhaltender Stagnation erhitzt sich das Qi, steigt nach oben und führt zu Gesichtsrötung, Hitzegefühl im Kopf sowie zu Schlafstörungen. Körperliche Aktivität bewegt das stagnierte Qi.

Zusammenfassung und Syndromdiagnose

Bei Frau Weh handelt es sich in der Zusammenfassung der sieben Diagnosestufen um:

- Einen Shaoyang-Kopfschmerz
- Einen Hitze-Zustand
- Einen gemischten Fülle- und Leere-Zustand mit überwiegender Fülle
- Eine innere Erkrankung
- Eine Stagnation des Qi
- Den inneren disharmonisierenden Faktor Ärger bei vorbestehender konstitutioneller Neigung zur Leber-Qi-Stagnation
- Eine Leere des Funktionskreises Niere
Eine Störung des Funktionskreises Leber in Form einer Stagnation und einem Aufsteigen des Leber-Qi

Zur letztendlichen Syndromdiagnose kommt man als letztem Schritt, indem man die erarbeiteten Symptom-Muster mit beispielhaften Beschreibungen von TCM-Syndromen abgleicht. Eine umfassende Liste von 84 detailliert beschriebenen Syndromen, geordnet nach Organbezug findet sich beispielsweise im Leitfaden Chinesische Medizin von Claudia

Focks, ebenso eine Auswahl der für Kopfschmerzen relevanten Syndrome (10, 11).

Diese Beschreibungen umfassen auch die resultierenden Therapiekonzepte.

Resümee

In der Regel lassen sich Syndrome mit der dargestellten Methode gut und eindeutig zuordnen. Gelegentlich zeigen sich gleichzeitig verschiedene Muster und Überlappungen, die ein sorgfältiges Abwägen und auch Kompromisse in der Therapieplanung erforderlich machen. Auch können Modifikationen während der Behandlung erforderlich sein. Man möge sich davon nicht entmutigen lassen. Mit der Erfahrung wächst die Intuition. Der Lohn besteht in einer erheblichen Erweiterung der therapeutischen Möglichkeiten.

Die Behandlung von Frau Wehs Aufsteigendem Leber-Yang

Behandlungsziele:

Bewegen der Qi-Stagnation generell und im Shaoyang. Absenken und Beruhigen des Leber-Yangs. Tonisieren des Nieren-Yin.

Akupunktur

In Frage kommende Akupunkturpunkte (Mehrfachnennungen möglich):

- Lokalpunkte: Extrapunkt Taiyang, Gb14, Gb8, Gb20
- Fernpunkte: Di4, 3E5, Gb34
- Punkte zum emotionalen Ausgleich: Lg20
- Qi bewegende und die Leber beruhigende Punkte: Gb20, Di4, Le3, Gb34
- Bei Augenbeschwerden: Gb14
- Bei starker Hitze: Le2
- Bei Übelkeit: Pe6
- Stärkung der Niere und des Yin: Bl23, Ni3, Mi6

Ein mögliches Behandlungsschema aus 10 bis 20 Punkten wäre: Lg20, Taiyang und Gb14, Gb20, Di4, 3E5, Bl23, Gb34, Ni3 und Le3.

Kräuterrezeptur

Als ein bewährtes Rezept hat sich hier Tian Ma Gou Teng Yin erwiesen. Diese Rezeptur ist als Fertigrezeptur in Form von Granulat oder als Abkochung über zertifizierte Apotheken erhältlich. Sie beruhigt die Leber, wirkt herabführend, leitet Hitze aus und stärkt Leber und Niere (12).

Ernährung

Meiden von Alkohol sowie scharfen und erhaltenden Speisen. Ausgeglichene, vollwertige, Ernährung und in Ruhe eingenommene Mahlzeiten.

Lebensstil

Reduktion von Stress und Ärger, Erholungspausen, leichter Ausdauersport, ausgleichende Hobbys.

Interessenkonflikt: Der Autor erklärt, dass kein Interessenkonflikt besteht.



Autor

Dr. med. Michael Rupprecht

Arzt für Allgemeinmedizin

Praxisschwerpunkte:

Naturheilverfahren, Akupunktur

Zentrum für traditionelle Chinesische Medizin
und Naturheilverfahren Sigmaringen

In den Burgwiesen 3

72488 Sigmaringen

E-Mail: info@tcm-sigmaringen.de

Literatur:

- (1) Michael Rupprecht: Die besten Akupunkturindikationen Kopfkrankheiten: eine Arbeitsanleitung in Wort und Bild. Eigenverlag Dr. Michael Rupprecht, Sigmaringen 2017
- (2) Erich Wühr: Chinesische Syndromdiagnostik. Verlag Ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr GmbH, Kötzing / Bayer. Wald. 2010
- (3) Erich Wühr: Chinesische Syndromtherapie. Verlag Ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr GmbH, Kötzing / Bayer. Wald. 2002
- (4) Claudia Focks: Leitfaden Chinesische Medizin. Urban & Fischer. 6. Auflage. München 2010; 1559
- (5) Michael Rupprecht: Die besten Akupunkturindikationen Kopfkrankheiten: eine Arbeitsanleitung in Wort und Bild Eigenverlag Dr. Michael Rupprecht, Sigmaringen 2017; 50-53
- (6) Erich Wühr: Chinesische Syndromdiagnostik. Verlag Ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr GmbH, Kötzing / Bayer. Wald. 2010; 15
- (7) Claudia Focks: Leitfaden Chinesische Medizin. Urban & Fischer. 6. Auflage. München 2010: 244
- (8) Claudia Focks: Leitfaden Chinesische Medizin. Urban & Fischer. 6. Auflage. München 2010; S. 107
- (9) Erich Wühr: Chinesische Syndromtherapie. Verlag Ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr GmbH, Kötzing / Bayer. Wald. 2002;59
- (10) Claudia Focks: Leitfaden Chinesische Medizin. Urban & Fischer. 6. Auflage. München 2010: Therapie nach Zhang-Fu-Syndromen; 943
- (11) Claudia Focks: Leitfaden Chinesische Medizin. Urban & Fischer. 6. Auflage. München 2010: Kopfschmerz und Migräne; 1559
- (12) Claudia Focks: Leitfaden Chinesische Medizin. Urban & Fischer. 6. Auflage. München 2010; 731