

# Behandlungsformen der Chinesischen Medizin

## Akupunktur



Unter der Hautoberfläche liegende Areale, die Akupunkturpunkte werden mit feinen Nadeln sanft stimuliert. Nach klassischer Vorstellung wird hierbei der Fluss der **Lebensenergie Qi** angeregt und wieder ins Gleichgewicht gebracht. Alle Akupunkturpunkte haben **lokale Wirkung** und können in ihrem Umkreis Schmerzen oder andere Störungen beeinflussen. Manche Punkte wirken zusätzlich als **Fernpunkte** über den Verlauf eines Meridians auf entfernt

liegende Körperregionen und Organe ein. Weitere Punkte besitzen **übergeordnete Wirkungen** wie Entspannung, Tonisierung, Schmerzlinderung, Ausleitung krankmachender Faktoren oder haben direkten Einfluss auf die Funktion bestimmter Organe und Körperstrukturen.

Entsprechend dem individuellen Krankheitsbild werden Punkte verschiedener Wirkung zu einem Behandlungsschema kombiniert. Oft wird Akupunktur mit weiteren Therapieformen wie Schröpfen, Kräutertherapie, Diätetik, Qi Gong oder Tui Na-Massage kombiniert angewandt.

In groß angelegten **westlichen Studien** konnte die überlegene Wirkung der Akupunktur bei einer Vielzahl von Erkrankungen eindeutig belegt werden.

## Moxibustion und Schröpfen



Durch glimmendes Beifußkraut werden Akupunkturpunkte sanft erwärmt. Die **Moxibustion** ist hilfreich bei generellen Kälteerkrankungen, kältebedingten Schmerzen des Bewegungsapparates und bestimmten Erschöpfungszuständen. // Mittels Erzeugung eines Vakuums werden **Schröpfköpfe** auf der Haut angesaugt. Durch die starke

Stimulation kommt es zu einer Anregung der Blut- und Lymphzirkulation, einer Dehnung des Bindegewebes, sowie zu einer Lösung von schmerzhaften Muskelverspannungen.



## Chinesische Kräuterheilkunde



Pflanzliche, mineralische und bisweilen auch tierische Arzneistoffe werden zu traditionell überlieferten Rezepturen entsprechend der jeweiligen Chinesischen Diagnose zusammengestellt und in Form von Abkochungen eingenommen. Die Wirkung dieser **Arzneimitteltherapie** geht über die Möglichkeiten der Akupunktur weit hinaus und wird oft mit ihr kombiniert. Die Chinesische Kräuterheilkunde kommt überwiegend bei Leerezuständen und tiefer gehenden

Erkrankungen zum Einsatz. Ihre Anwendung setzt profunde Kenntnisse und Erfahrung voraus.

## Chinesische Diätetik

Wie die Arzneistoffe der Kräuterrezepte haben die einzelnen Nahrungsmittel unterschiedliche Wirkungen auf den Körper. Eine wichtige Rolle spielen die Auswahl, die Zubereitungsweise und die Kombination der Speisen entsprechend der Erkrankung oder – mit dem Ziel der Gesunderhaltung – dem Konstitutionstyp des Patienten. Richtiges Essen stellt eine wesentliche und **aktive Mitarbeit des Patienten** an seinem Heilungsprozess dar.

