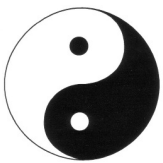


# Denkmodelle der Chinesischen Medizin (CM)

Die Ursprünge der Chinesischen Medizin liegen mehr als zweitausend Jahre zurück. Seitdem hat sie sich zu einem umfassenden und komplexen Medizinsystem entwickelt. Ihre Auffassungen von Gesundheit, Krankheit und Therapie unterscheiden sich wesentlich von westlichen Vorstellungen. Wenn auch die Denkweisen der CM uns heute zunächst fremd erscheinen mögen, so ist sie doch sehr effizient und stellt aufgrund ihrer eigenständigen Herangehensweise eine **wertvolle Ergänzung der westlichen Schulmedizin** bei einer Vielzahl von Krankheiten und Gesundheitsstörungen dar.

## Yin und Yang – Modell der gegensätzlichen Pole



Jedes Ganze besteht aus zwei gegensätzlichen Aspekten und deren Zusammenspiel. **Yin** symbolisiert die Organstrukturen, das Blut, Ruhe, Kälte, Dunkelheit und das Innere. **Yang** hingegen steht für die Organfunktionen, den Geist, Aktivität, Hitze, Helligkeit und die Körperoberfläche.

Ein harmonisches Gleichgewicht der gegensätzlichen Pole bedeutet Gesundheit.

Kann ein Ungleichgewicht von Yin und Yang nicht ausgeglichen werden, entsteht Krankheit.

Ziel einer **Behandlung** ist die Wiederherstellung des Gleichgewichtes von Yin und Yang.

## Das Qi – Dimension der Energie

Allen Prozessen und Veränderungen liegt eine Art von **Lebensenergie** zugrunde.

Das Qi fließt in **Meridiane** genannten Leitbahnen durch den Körper und versorgt dessen Organe mit Energie. Es ermöglicht und reguliert so alle körperlichen und psychischen Funktionen.

Qi wird durch die Körperfunktionen ständig verbraucht und muss durch Nahrung, Atmung und Schlaf wieder aufgefüllt werden. Der Mensch ist gesund und seine Lebensfunktionen sind stark, wenn das Qi in ausreichender Menge harmonisch und ungehindert durch den Körper fließt.

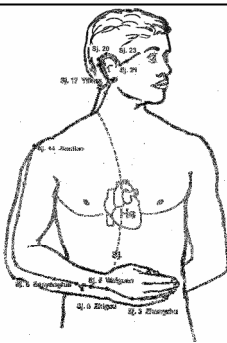
Ein durch anhaltende Überlastung oder Fehlernährung entstandener **Mangel an Qi** äußert sich in **Erschöpfung**, Müdigkeit und funktioneller Schwäche von Organfunktionen.

**Schmerz** wird als eine lokale **Behinderung des Qi-Flusses** verstanden. Eine generelle Stauung des Qi kann sich in Ärger, Verstimmungszuständen und funktionellen Organbeschwerden äußern.

Eine **Behandlung** füllt mangelndes Qi auf und beseitigt Blockaden des Qi-Flusses.

## Die Meridiane – System der Leitbahnen

3-Erwärmer-Meridian



Nach der Vorstellung der Chinesischen Medizin (CM) überzieht ein System von Leitbahnen den Körper, welche die Organe und Körperregionen verbinden. In diesen Bahnen zirkuliert die **Lebensenergie Qi**.

Über die Meridiane können äußere krankmachende Faktoren in den Körper eindringen und schädigende Wirkungen verursachen.

Auf den Meridianen ist der Großteil der **Akupunkturpunkte** lokalisiert.

Bei der **Behandlung** von Akupunkturpunkten durch Nadelstimulation können über den Meridianverlauf schmerzhaft oder sonstig gestörte Körperregionen sowie innere Organe erreicht und beeinflusst werden. Nach Auffassung der CM beruht die Wirkung der Akupunktur auf einer Anregung des Qi-Flusses.

Die Meridiane sind als Hilfskonstrukt für das Krankheitsverständnis und für die Therapiegestaltung zu verstehen. Als anatomische Strukturen wurden sie bisher nicht dargestellt.

