

Die traditionelle Chinesische Medizin in der Behandlung des Tinnitus

Mirjana Kadoic

DIE TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN (TCM) WIRD IN CHINA SEIT MEHR ALS DREITAUSEND JAHREN FLÄCHENDECKEND BEI DEN VERSCHIEDENSTEN ERKRANKUNGEN ANGEWANDT, SO BEI ASTHMA UND ALLERGIEN, MÜDIGKEIT UND ERSCHÖPFUNG, SCHLAFSTÖRUNGEN, SCHMERZEN, SCHWINDELGEFÜHL, FRAUENKRANKHEITEN, TINNITUS, UM NUR EINIGE ZU NENNEN. BIS VOR EINIGEN JAHREN WAR IN DEUTSCHLAND VOR ALLEM DIE AKUPUNKTUR ZUR BEHANDLUNG VON AKUTEN UND CHRONISCHEN SCHMERZEN AUS DER TCM BEKANNT. DIE TCM MIT IHREM GESAMTEN BEHANDLUNGSSPEKTRUM UND IHRER SICHTWEISE BREITET SICH SEIT EINIGEN JAHREN WELTWEIT MEHR UND MEHR AUS, SO AUCH HIERZULANDE.

Wie unterscheidet sich die TCM von der westlichen Medizin?

Die Sichtweise der TCM unterscheidet sich deutlich von der der westlichen Medizin. Die wichtigsten Aspekte werden im folgenden dargestellt.

In der Traditionellen Chinesischen Medizin kennt man die **universelle Energie „Qi“**, die verschiedene Formen annimmt und die der Körper zum Leben braucht. Das Qi des Körpers bewirkt die unterschiedliche Funktion sämtlicher Organe. Das Körper-Qi muss genährt werden, damit es in ausreichender Menge zur Verfügung steht, um den Körper zu versorgen. Dies geschieht einmal über die Aufnahme Atem-Qi (Sauerstoff) über die Lunge, und über das Nahrungs-Qi, das vom Verdauungstrakt aus energetisch hochwertigen Lebensmitteln gewonnen wird.

Das freie und ungehinderte Fließen von Qi ist die Grundvoraussetzung für einen gesunden und vitalen Körper.

Ständige Bewegung – dennoch im Gleichgewicht

Die Lehre der „**Fünf Elemente**“ bildet die Grundlage der TCM. Die fünf Elemente sind Was-

ser, Holz, Feuer, Erde und Metall. Sie sind kreisförmig angeordnet, dies macht deutlich, dass sie voneinander abhängen und einander beeinflussen. Jedem der fünf Elemente wird ein Organpaar zugeordnet, ein Gewebe, ein Sinnesorgan, eine Farbe, ein Gefühl, eine Himmelsrichtung, Jahreszeit, Geschmack, klimatischer Faktor usw. Die Auflistung könnte weiter fortgeführt werden. Hier ist deutlich zu sehen, dass alles voneinander abhängt und sich gegenseitig beeinflusst - nicht nur innerhalb eines Elementes. Jedes Element beeinflusst ein anderes in ganz bestimmter Art und Weise.

So wird verständlich, dass der Mensch mit all seinen Aspekten sich in einem sensiblen Gleichgewichtszustand befindet, der ständig in **Bewegung** ist, sich fortwährend ändert und dennoch im **Gleichgewicht** bleibt.

Hier wird deutlich, dass die chinesische Medizin **ganzheitlich** ist. Der Mensch, der alle fünf Elemente enthält, ist äußeren und inneren Einflüssen ausgesetzt. Sein Qi und die Funktion der inneren Organe halten den Menschen im oben erwähnten Gleichgewicht. In der westlichen Medizin kennt man dafür den Begriff „**Homöostase**“: die Fähigkeit des Organismus, einen inneren Gleichgewichtszustand zu erhalten.

Die fünf Elemente



Ungleichgewicht im System macht krank

Da der Mensch nie in ein und demselben Zustand ist und dauernd beeinflussenden Faktoren wie Klima, Ernährung, Stress ausgesetzt ist, muss dieses innere System fortwährend in Bewegung sein.

Wird ein Element zu stark oder zu schwach, besteht die Möglichkeit, dass die Homöostase des Körpers an dieser Stelle nachlässt oder versagt.

So kann zum Beispiel eine energetisch minderwertige Nahrung, zuviel Stress, zuviel Arbeit ohne angemessene Ruhepausen, Ärger, Kälte, körperliche Belastung zu Krankheit führen. Je länger dieser Zustand besteht, umso stärker sind die Auswirkungen auf den Körper: „Steter Tropfen höhlt den Stein.“

Der Einzelne steht immer in Interaktion mit seiner Umwelt. Krankheit entsteht, wenn es zu einem Ungleichgewicht in diesem System kommt.

Deshalb ist es für jeden Einzelnen wichtig, auf das innere Gleichgewicht zu achten und Störungen schnell zu erkennen.

Dies gelingt am besten, wenn man sich selbst immer mit Achtsamkeit begegnet und behandelt.

Was ist nun der Tinnitus aus der Sicht der TCM?

Im Hintergrund des Tinnitus kann eine Fülle- oder eine Leere-Problematik sein, das heißt, dass ein Element zu schwach ist und das Ohr nicht mehr richtig unterstützen kann, oder dass ein anderes zu stark geworden ist und das Ohr sozusagen überflutet.

Ursachen hierfür können zum Beispiel in langdauernder emotionaler Belastung wie Ärger, Zorn, Trauer und Sorgen liegen. Aber auch Überarbeitung kann zu Tinnitus führen, da sie den Körper und den Geist schwächt. Eine falsche Ernährung wie das übermäßige Essen von Milchprodukten und fetter Nahrung können ebenso zu Tinnitus führen wie das unregelmäßige und hastige Essen. Das Schalltrauma kann zu Tinnitus führen und ist ein Fülle-Symptom. Natürlich spielt auch das Alter eine Rolle.

Die Tinnitusbehandlung mit TCM

Um es vorweg zu sagen: *Tinnitus ist mit TCM behandelbar. Je kürzer ein Tinnitus dauert und je jünger der Betroffene ist, umso größer sind die Heilungschancen. Es kommt natürlich auch auf die Form des Tinnitus an. Ein Tinnitus, der auf Fülle beruht, hat eine bessere Prognose als ein Leerezustand. Die Heilungs- bzw. Verbesserungsquote liegt bei 30-50%. Diese Zahlen sind Erfahrungswerte aus der Praxis.*

Von der Diagnose zur Behandlung

Bei der ersten Befragung wird der Patient nicht nur ausführlich zu seinem vorrangigem Sym-

ptom befragt, in diesem Falle Tinnitus. Viele andere Informationen werden noch benötigt, um eine Diagnose erstellen zu können. So ist es wichtig, etwas über Schlaf, Ernährung, Verdauung, thermisches Empfinden, Appetit, Durst und vieles andere mehr zu erfahren. Wichtige diagnostische Wegweiser sind die Zungen- und Pulsdiagnostik.

Als Therapiemethoden stehen zur Verfügung:

- **Akupunktur**
- **Moxibustion (das Anwärmen von Akupunkturpunkten mittels Beifuß)**
- **chinesische Arzneimittel**
- **Ernährungslehre**
- **Schröpfen**
- **Qi Gong**
- **Tuina-Massage**

Die beiden wichtigsten Behandlungsmethoden sind **Akupunktur** und die **chinesische Arzneimitteltherapie**.

Bei der **Akupunktur** werden 10-15 Akupunkturpunkte mit ganz feinen Nadeln stimuliert. Dadurch wird ein in Ungleichgewicht geratenes Qi wieder harmonisiert. Eine ruhige Umgebung und die Entspannung des Patienten verstärken diese Wirkung.

Durch **Moxibustion** wird dem Körper Wärme zugeführt. Das geschieht entweder durch kleine Beifußkegel, die direkt auf die liegende Nadel befestigt und angezündet werden, oder durch eine Moxazigarre, die der Patient auch zu Hause verwenden kann. Es gibt auch die Möglichkeit, größere Körperregionen wie Bauch oder Rücken mittels Moxakistchen anzuwärmen. Durch Moxibustion wird dem Körper Yang zugeführt, also Wärme. Bei Patienten mit Kältestörungen, also Menschen, denen immer kalt ist oder die unter kalten Händen und Füßen u.ä. leiden, ist das eine sehr wirkungsvolle Therapiemethode. Aber auch bei bestimmten Formen von Yin-Mangel ist diese Methode anwendbar. Moxibustion kann während Akupunktur, aber auch als alleinige Therapiemaßnahme angewandt werden.

Die **chinesischen Arzneimittel** bestehen zu meist aus verschiedenen Pflanzenanteilen wie Blüten und Wurzeln und aus Mineralien. In der Regel wird für jeden Patienten die Rezeptur individuell erstellt. Diese Rezepturen entfalten eine ähnliche Wirkung wie die Akupunktur, können aber auch viel tiefergreifender als die Akupunktur behandeln. Vor allem bei Leere-Störungen führen sie Energie zu und gleichen Mangelzustände aus.

Die chinesischen Heilkräuter sind in mehreren Apotheken in Deutschland erhältlich, jedoch nicht in jeder Stadt. Diese Apotheken haben eine eigene TCM-Abteilung, in der die Rezepturen nach dem vom Arzt verordneten Rezept zusammengestellt werden. Chinesische Rezepturen sind **nur**

auf Rezept erhältlich, da es sich hierbei um hochwirksame Substanzen handelt. Die Kosten der Rezepturen belaufen sich für drei Wochen etwa zwischen DM 50 und DM 150, je nach Inhaltsstoffen. Die Apotheken senden die Arzneien einer Apotheke Ihrer Wahl zu.

Die **Dauer der Einnahme** richtet sich nach der **Schwere der Erkrankung** und der Reaktion des Patienten auf die Mittel. Bei leichten Störungen reicht eine Einnahme über drei Wochen, bei schweren kann es sich über ein Jahr hinziehen, wobei die Rezepturen oft nicht über den gesamten Zeitraum identisch sind, sondern je nach Bedarf in der Zusammenstellung geändert werden.

Die **Ernährungslehre** ist fester Bestandteil der TCM: Ausgewogenheit, richtige Menge sowie die richtige Temperatur und Zubereitung gehören zu den Grundregeln. Wenn nötig, empfiehlt sich als **begleitende Maßnahme** eine Veränderung der **Ernährungsgewohnheiten**. Je nach Konstitutionstyp und nach zugrundeliegender Störung wird ein entsprechender Speiseplan aufgestellt.

Schröpfen ist das älteste Heilverfahren der Welt. Das Prinzip des Schröpfens wurde schon vor 3000 Jahren in Mesopotamien beschrieben. Durch mechanische Einwirkung von außen, mittels Unterdruck, sollen Krankheit und Schmerz aus dem Körper herausgesogen werden. Als Schröpfköpfe werden glockenförmige Glaskuppeln mit etwa sechs Zentimetern Durchmesser oder Plastikschröpfglocken eingesetzt, bei denen ein Vakuum mit Hilfe einer Saugvorrichtung erzeugt wird. An vielen Schmerztherapiezentren wird das Schröpfen zur Behandlung chronischer Schmerzen eingesetzt.

Im **Qi Gong** sind Bewegung, Atem und Vorstellungskraft miteinander verbunden. Das Üben dieser harmonischen, kraftvollen und eleganten Bewegungen kann zu mehr Wohlbefinden verhelfen, indem die Selbstheilungs- und Regulationskräfte des Körpers angeregt werden.

Tuina-Massage: Bei der Chinesischen Manuellen Therapie wird an speziellen Akupunkturpunkten und erkrankten Körperstellen gearbeitet. Dabei werden Meridiane ausgestrichen und in Harmonie gebracht.

Zu guter Letzt: Was kostet eine TCM-Behandlung?

Die Kosten lassen sich verständlicherweise nur grob einschätzen. Sie schwanken je nach individuellem Krankheitsbild. Grundsätzlich: Je länger und je tiefergreifender eine Krankheit ist, umso länger bzw. intensiver muss sie behandelt werden. Zu Beginn der Behandlung wird häufiger akupunktiert, so dass hier die Kosten zunächst höher sind, dann im Verlauf natürlich geringer werden.

Man kann pro Behandlung zwischen 2000 - 4000 DM rechnen, wobei sich das über 1/2 bis 3/4 Jahr verteilt. Viele Krankenkassen übernehmen bei bestimmten Erkrankungen einen Teil der Kosten.



**Mirjana Kadoic, Ärztin,
Traditionelle Chinesische Medizin**

Berrenratherstr. 482, 50937 Köln
Tel.: 0221 - 430 52 90, Fax: 0221 - 430 03 73
e-mail: KadoicM@compuserve.de

Gestutzte Eiche

Wie haben sie dich, Baum, verschnitten.

Wie stehst du fremd und sonderbar!

Wie hast du hundertmal gelitten,
bis nichts in dir als Trotz und Wille war!

Ich bin wie du, mit dem verschnitt'nen,
gequälten Leben brach ich nicht
und tauche täglich aus durchlitt'nen
Rohheiten neu die Stirn ans Licht.

Was in mir weich und zart gewesen,
hat mir die Welt zu Tod gehöhnt.

Doch unzerstörbar ist mein Wesen,
ich bin zufrieden, bin versöhnt.

Geduldig neue Blätter treib' ich
aus Ästen hundertmal zerspellt,
und allem Weh zum Trotze bleib' ich
verliebt in die verrückte Welt.

Hermann Hesse