



Artikel aus dem «Archiv des Wissens» auf www.kolibri-seminare.ch

Psychosomatik in der chinesischen Medizin

Von Foen Tjoeng Lie

Die traditionelle chinesische Medizin (TCM) kennt nicht den Begriff der "psychosomatischen Krankheit", jedoch die Symptome und die Krankheiten, die im Westen unter "Psychosomatik" klassifiziert werden. Einige Behandlungsmethoden wie Akupressur und Akupunktur werden häufig bei psychosomatischen Beschwerden angewendet

Die traditionelle chinesische Medizin hat als Erfahrungsmedizin ihre theoretischen Erkenntnisse überwiegend aus den praktischen Auseinandersetzungen mit der Krankheit und aus den präventiven Bemühungen zur Aufrechterhaltung der Gesundheit gewonnen.

Ein Grundsatz ist, dass Psyche und Soma nicht voneinander zu trennen sind. Die TCM betrachtet beide als sich wechselseitig beeinflussende Gegensätze und Teile einer Ganzheit. Man entdeckt dieses Prinzip des Dualismus in den theoretischen Grundlagen wie Yin-Yang und Wuxing als auch in der Krankheitslehre, Diagnostik und Therapiekonzeption.

Die psychosomatischen Beschwerden werden nach Auffassung der TCM vorwiegend als innere Störungen angesehen, die durch die Schwäche von Qi und Xue, sprich: verminderte Funktionstüchtigkeit und Anpassungsfähigkeit des Organismus, verursacht werden. Diese kann konditioneller bzw. konstitutioneller Natur

sein, aber auch durch Dysfunktionen oder Erkrankungen innerer Organe hervorgerufen werden. Häufig ist sie aber emotional bedingt. Daher werden psychosomatische Erkrankungen als "innere Schädigungen durch Emotionen" bezeichnet.

Dysregulation durch Emotionen

Die TCM kennt sieben Emotionen (Zorn, Freude, Trauer bzw. Kummer, Sorge, Grübeln und Angst bzw. Schreck). Dies sind normale menschliche Gefühle, die als natürliche Reaktionen eines lebendigen Menschen auf die unterschiedlichen Reize seiner natürlichen und psychosozialen Umwelt zu verstehen sind. Für ein gesundes Leben ist es unabdingbar, diese Gefühle zuzulassen.

Eine Dysharmonie im Bereich von Qi und Xue kann auftreten, wenn die Emotionen ständig unterdrückt werden oder wenn sie übermäßig intensiv auf einen Menschen einwirken. Diese Disharmonie kann sich in Form vegetativer Funktionsstörungen oder anderem körperlichem Unwohlsein im Sinne psychosomatischer bzw. - funktioneller Beschwerden zeigen.

In Jahrhunderten hat die TCM gewisse Häufungen feststellen können, an denen die Emotionen in unserem Körper (topographisch und funktionell) tendenziell projiziert werden.

Psychosomatische Korrelationen nach der TCM

| Wand- | Emotion: | Organ/Funktionskreis: | Körperpartie: | weitere Symptomatik: - |
|--------|-------------------|-----------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Holz | Zorn / Ärger | Leber / Stoffwechsel | seitl. Schulter / Rippenbogen | psychisch reizbar / Schwindel / Menstruationsschmerzen / |
| Feuer | Freude / Euphorie | Herz / Kreislauf | Hals-Nacken / mittl. Brustkorb | innere Unruhe / Vergesslichkeit / Orientierungsstörung / häufiges |
| Erde | Sorge / Grübeln | Milz- Pankreas/Verdauung | mittl. Rücken / Oberbauch | körperlich unbelastbar / saures Aufstoßen |
| Metall | Trauer / Kummer | Lunge / Atmung | oberer Rücken / oberer | Depression / leise Stimme / |
| Wasser | Angst / Schreck | Niere / Urogenitalen | Lendenkreuz / Unterleib | Kälte-Empfindlichkeit / kraftlose Beine / Potenz- bzw. Menstrua- |

Diese Erkenntnisse wurden unter anderem in Wuxing, in Zangfu ("Organ-Theorie") und in Bianzhengfa (Syndrom-Diagnostik) integriert. Die Tabelle obige fasst diese Beziehungen - ohne Anspruch auf Vollständigkeit zusammen.

Jeder Mensch hat, je nach kulturellem Einfluss und persönlichen Erfahrungen, unterschiedliche Reaktions- und Verhaltensmuster. Daher sollten die Zuordnungen nicht als absolut verstanden werden, vielmehr können sie als wertvoller Hinweis auf die möglichen Ursachen in der Diagnostik von Bedeutung sein.

Gleiche Ursache - unterschiedliche Beschwerden

Demnach können bei verschiedenen Menschen im Falle einer Erkrankung durch die gleiche Ursache, je nach konstitutioneller Befindlichkeit, unterschiedliche Beschwerden auftreten. Stress z. B. kann bei Menschen der folgenden Typen Unterschiedliches bewirken:

- Holz-Leber-Typ: Kopfschmerzen (Migräne), Schlafstörung mit lebhaften Träumen, Gallenblasenreizung oder Schulterverspannung,
- Feuer-Herz-Typ: Konzentrationsschwäche, Herzschmerzen oder -Rhythmusstörung,
- Erde-Milz-Pankreas-Typ: Übelkeit, Appetitverlust, Magenkrämpfe,
- Metall-Lungen-Typ: Asthma-Beschwerde,
- Wasser-Nieren-Typ: Schmerzen im Lenden-Kreuz-Bereich, Blasenreizung, Potenz- oder Menstruationsstörungen.

Bei der Akupressur und Akupunktur werden Meridiane und deren Akupunkturstellen zur Behandlung herangezogen, die entweder allgemein psychisch beruhigend oder auf die jeweiligen Funktionssysteme regulierend wirken. Diese Therapien können die Beschwerden rasch lindern und längerfristig sogar die Anfälligkeit deutlich verringern.

Aufsteigendes Leber-Yang

Das folgende Beispiel zeigt die oben erwähnte Vorgehensweise in der Akupressur- bzw. Akupunktur-Therapie:

Bei einem Patienten, der über neurasthenische Beschwerden mit Spannungskopfschmerzen, Schwindelgefühl, Ohrengeräuschen, Konzentrationsschwäche und psychischer Reizbarkeit klagt, wird als auslösende Ursache "aufsteigendes Yang der Leber" (Überaktivitäten des vegetativen Nervensystems mit gleichzeitiger Erschöpfbarkeit unter Stressbelastung) diagnostiziert. Dieses aufsteigende Yang wird u. a. durch "Yin-Mangel in der Niere" ermöglicht (Konstitutionsschwäche mit der Tendenz, kalte Hände und Füße, Blasenreizung, sexuelle Funktionsstörungen zu bekommen und körperlich nicht belastbar zu sein).

Keine Symptombehandlung ...

Hier werden vorwiegend der Leber-, Gallenblasen-, Nieren- und Harnblasen-Meridian mit den Punkten wie Taichong (Leber 3), Yanglingquan (Gallenblasen 34), Taixi (Nieren 3), Ganshu (Harnblasen 18) und Shenshu (Harnblasen 23) behandelt, um die Leber zu beruhigen und die Niere zu stärken. Da das Herz durch das aufsteigende Yang der Leber mit beeinträchtigt wird, nimmt man auch die Herz- und Perikard- bzw. Kreislaufsexus-Meridiane mit den Punkten wie Shenmen (Herz 7) und Neiguan (Perikard-Meridian 6) dazu, um weitere Symptome des Herz-Kreislaufsystems wirksam behandeln zu können. Selbstverständlich würden andere oder weitere Meridiane und Punkte ausgewählt, wenn dies für die Behandlung vorteilhaft wäre.

Neben der Auswahl der Meridiane und Punkte bestimmt der Arzt anhand des Erscheinungsbildes des Patienten und der Symptomatik die Intensität und Dauer der Behandlung. Bei einem Zustand von Shi (Fülle - kräftiges Erscheinungsbild und heftige Symptomatik) wird in der Regel eine intensive Behandlung durchgeführt,

bei Xü (Leere - schwaches Erscheinungsbild und weniger deutliche Symptomatik) eine schonende sanfte Behandlung.

Die Behandlung bleibt jedoch eine symptomatische bzw. somatisch orientierte Therapie. Denn sie kann u. a. nicht erreichen, dass die Patienten Einsicht in die möglichen Ursachen ihrer Erkrankung gewinnen, geschweige denn eine Reflexion der Konfliktmomente und eine damit verbundene Änderung der eigenen Verhaltensweisen bzw. der psychosozialen Umweltbedingungen herbeiführen.

Weitere methodische und kulturelle Faktoren führen dazu, dass die chinesischen Ärzte trotzdem viele Erfolge bei ihren Patienten erzielen. Bei den Untersuchungen nutzen sie in der Anamnese eine besondere Fragetechnik, die ansatzweise der Klientenorientierten bzw. Problemorientierten Gesprächsführung entspricht. Dabei sollten die Patienten nicht nur ihre Beschwerden angeben, sondern auch etwas über deren Quantität, Qualität und Modalität sagen. Die Ärzte erhalten viele wertvolle Informationen und können sich auch einen Eindruck von den Lebensumständen der Patienten machen, denn diese haben die Möglichkeit, ausführlich von den eigenen Problemen zu sprechen zu erzählen.

Es entsteht eine vertrauensvolle Kommunikation zwischen Ärzten und Patienten. Die Patienten haben die Möglichkeit, die eigene Situation und Person zu reflektieren. Ferner steuern die Ärzte oft einfache, jedoch praktikable Lösungsmöglichkeiten bei, die in blumiger -jedoch bedeutungsvoller - Sprache wie Analogien verpackt werden. Diese typisch chinesische Art und Weise, jemandem indirekt und beiläufig Lösungsvorschläge und Ratschläge zu unterbreiten, wirkt nicht verletzend und entspricht natürlich der chinesischen Mentalität.

Ich nehme an, dass diese kulturellen Hintergründe in den westlichen Praxen im allgemeinen nicht vorhanden sind und die oben erwähnte Klienten- bzw. Problemorientierte Gesprächsführung nicht immer selbstverständlich ist. Es könnte daher leicht passieren, dass die Behandlung psychosomatischer Beschwerden mit Akupunktur oder Akupressur, ohne die Möglichkeit der intensiven Interaktion zwischen Ärzten und Patienten, eine rein symptomatische Therapie wird.

Adaption im Westen

Sicherlich ist so eine Behandlung schonender als andere invasive Therapieformen wie Chirurgie oder manche nebenwirkungsreiche Medikamente. Jedoch wird den betroffenen Menschen letztendlich kaum geholfen, wenn sie nicht die Möglichkeit zur Einsicht und Verarbeitung der eigentlichen Ursachen ihrer Beschwerden erhalten. Deshalb ist es angebracht, andere passende und effektive Psychotherapie-- Formen für diese Patienten heranzuziehen. Denn jede Kultur produziert ihre eigenen Krankheiten und liefert zugleich die geeigneten Therapien dazu.

Europäische Patienten, die durch ihre Kultur und Gesellschaftsform geprägt sind, haben einen anderen Zugang und andere Möglichkeiten, um Einsichten in ihre Krankheit zu gewinnen und die eigenen Konflikte zu bearbeiten. Daher können die chinesischen Heilmethoden nicht so einfach, unmodifiziert auf westliche Patienten übertragen werden, auch wenn sie sich in China über Jahrhunderte in der Praxis bewährt haben.

Die TCM ist dennoch eine wertvolle Ergänzung für eine westliche Praxis. Denn viele Hinweise können aus ihren theoretischen Grundlagen gewonnen werden, um u. a. sehr komplexe persönliche Hintergründe des Patienten besser begreifen und daraus einen Leitfaden zur Diagnostik und Therapie erhalten zu können. Wenn symptomatische Linderung das Nahziel der Therapie ist, dann stehen in der Tat einige Heilmethoden der TCM wie die Akupressur und Akupunktur als eine wirksame Alternative zur Verfügung. Die Patienten erhalten freie Energien für die notwendige Auseinandersetzung mit den eigentlichen Ursachen, wenn sie sich von den psychisch und körperlich belastenden Beschwerden befreien können. Denn diese Befreiung von den Beschwerden wird vom Menschen als etwas Positives erlebt und kann dazu benutzt werden, die Motivation zur Konfliktlösung zu unterstützen.