



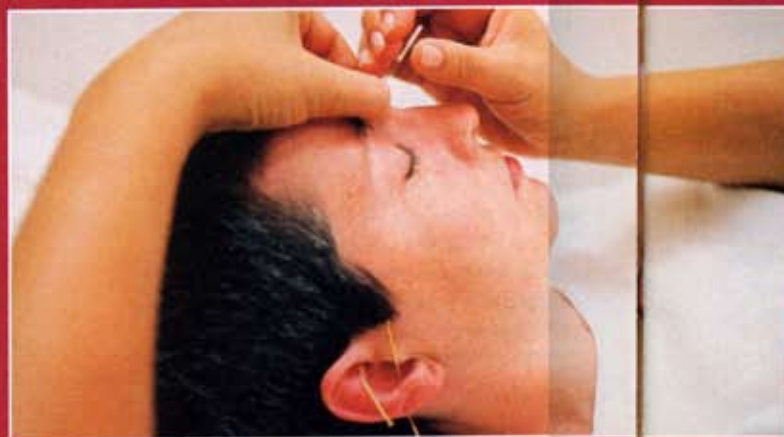
Zunge raus! Dr. Andrea Brüggenthies über die Chancen, mit traditioneller chinesischer Medizin Krankheiten besser zu diagnostizieren

»Frau Doktor, ich weiß nicht, was mit mir los ist, ich fühle mich so schlapp und müde, morgens tut mir alles weh.« So oder so ähnlich hörte Dr. Andrea Brüggenthies aus Fürth viele ihrer Patienten über Befindlichkeitsstörungen klagten. Die Schulmedizin kann deren Ursachen weder erklären noch messen. Vorhanden waren diese funktionellen Beschwerden aber trotzdem, verursachten Schmerzen und beeinträchtigten das Lebensgefühl. Das nur als »psychosomatisch« abzutun, war Andrea Brüggenthies zu wenig. Sie begann, sich mit traditioneller chinesischer Medizin zu beschäftigen, machte eine zusätzliche Fachausbildung und fand heraus, dass sich gerade funktionelle Beschwerden mit chinesischer Medizin gut behandeln lassen.

In der westlichen Medizin werde schwerpunktmäßig mit Geräten diagnostiziert, in China dagegen sei der Arzt vor allem erst einmal ein sehr genauer Beobachter. In seine Diagnose bezieht er das soziale Umfeld, die Ernährung, das seelische Gleichgewicht und

sogar Klang und Lage der Stimme des Patienten in die Diagnose mit ein. »Aus diesen Beobachtungen, der Krankheitsgeschichte (Anamnese) sowie aus einer speziellen Puls- und Zungendiagnose ergeben sich dann so genannte Disharmonie-Muster, aus denen die entsprechende Therapie abgeleitet wird«, so die 35-jährige Ärztin. Nur wenn der Patient in seiner Mitte sei, sei er gesund, gerät er aus seinem Gleichgewicht, aus der Mitte, werde er krank. »In der Zungendiagnose zum Beispiel gibt jedes Areal Aufschluss über den Zustand der inneren Organe. Auch Zungenform, Belag, Feuchtigkeit und Farbe ist für den Therapeuten von Bedeutung«, erklärt Andrea Brüggenthies.

Das Wissen der traditionellen chinesischen Medizin ist über 5.000 Jahre alt und hat bis heute nicht seine Gültigkeit verloren. Ihre älteste schriftlich festgehaltene medizinische Grundlage ist der »Innere Klassiker des Gelben Kaisers«, das Huang Di Nei Jing. Diese Diskussion des Gelben Kaisers mit seinen Ratgebern wurde zwischen



200 vor und 200 nach Christus aufgeschrieben. Die gesammelten und heute noch immer gültigen Kenntnisse der chinesischen Medizin wurden 1601 von Jang Jishou unter der »Summe der Aku-Moxi-Therapie« zusammengefasst. Seit Mitte des 20. Jahrhunderts wird auch in den Ländern der westlichen Welt mit der chinesischen Medizin gearbeitet.

Gesund ist nach der chinesischen Medizin derjenige, bei dem die Energie, das Qi, frei fließen kann. Alle körperlichen und psychischen Vorgänge beeinflussen sich in der chinesischen Medizin gegenseitig. Sie sind durch ein System von Meridianen energetisch verbunden. Durch dieses fließt, vergleichbar mit den Blutgefäßen, Nerven- und Lymphbahnen, Energie (Qi). Ist das energetische System intakt, sind es alle anderen Systeme im Körper auch. Krankheit ist ein Zeichen für einen disharmonischen Energiefluss, einen Qi-Mangel oder Qi-Stau im Körper.

Mit Akupunktur zum Beispiel kann ein harmonischer Energiefluss im Körper wieder hergestellt werden. Schwache Reize gelten in der chinesischen Medizin als anregend, starke als schwächend. Durch die Akupunktur werden schwache Reize gesetzt, die aber im Körper große Veränderungen bewirken können. Wer zum Beispiel unter Antriebslosigkeit, Kopfschmerzen oder Konzentrationsstörungen leidet, hat möglicherweise Qi-Mangel. Über die Akupunktur kann dem Patienten wieder Energie zugeführt werden. Zusätzlich kann auch eine Behandlung mit chinesischen Kräutern notwendig werden.

Ein großes Problem unserer westlichen Gesellschaft ist, dass viele Menschen zu schwer, zu fett und zu viel essen. »Über Fehlernährung manövrieren wir uns selbst in einen müden, konzentrationsschwachen Zustand. Wir essen im Vorbeigehen energetisch tote Nahrung wie Fast Food oder verputzen unser Abendbrot während der Tageschau. Der Körper, in diesem Fall der Energiekreis Leber, weiß nicht mehr, was er zuerst verarbeiten soll, die Informationen der Nachrichtensendung oder das Abendessen. Der Energiefluss gerät durcheinander.

Deshalb sollten wir grundsätzlich regelmäßig, im Sitzen und in Ruhe, das heißt ohne Fernsehen oder Zeitung, essen. Und auf naturbelassene Nahrungsmittel achten«, erklärt Andrea Brüggenthies. Mit Hilfe der chinesischen Medizin können aber auch individuelle Ernährungspläne erstellt werden. Während ein Patient zum Beispiel erfrischende Nahrungsmittel wie Obst, Rohkost oder saure Milchprodukte braucht, um seine Mitte, sein Qi zu stärken, wird ein anderer Patient von dieser Kost müde und antriebslos. Er benötigt dann möglicherweise ein Frühstück aus warmem Getreidebrei (Haferflocken oder Weizengrieß) mit gedünstetem Obst und Birnendicksaft. »Das ist für mich das Faszinierende an der chinesischen Medizin: Mit ihr ist eine individuellere und differenzierte Wahrnehmung des Patienten möglich«, meint Andrea Brüggenthies.

Anja Schiffl

Unsere Expertin: Dr. med. Andrea Brüggenthies, Ärztin für chinesische Medizin, Tel: 0911/77 17 73