

Ganzheitliche Alternative: die Traditionelle Chinesische Medizin

Heilsame Nadel-Arbeit

Wieder einmal richtet sich der westliche Blick nach China und studiert in einer Mischung aus Faszination und Unbehagen die chinesische Art zu wirtschaften. Neu ist die Suche nach Orientierung im ostasiatischen Raum dabei freilich nicht. In der Medizin beispielsweise wurde bereits in den 1950er Jahren aufmerksam das registriert, was sich schließlich vor allem seit den 70er Jahren in weiten Teilen der europäischen Heilkunst als Verfahren etabliert hat und unter dem Oberbegriff »Traditionelle Chinesische Medizin« (TCM) gebündelt wird. Was dabei in der Praxis vor allem auf die Therapieform der Akupunktur reduziert wird, ist ausgesprochen vielfältig und kann auf eine rund 2.000 Jahre währende Tradition zurückblicken, deren Essenz wir heute mit dem Schlagwort der Ganzheitlichkeit bezeichnen würden.



Kern der TCM ist die vor allem vom Taoismus und Konfuzianismus geprägte Vorstellung des Organismus als einem komplexen Gefüge dynamischer Strukturen. Sie trennt nicht zwischen Psyche und Physis und geht davon aus, dass im Idealfall im Organismus ein Gleichgewicht von Energien besteht. Die Vorstellung von Gegensätzlichkeit und Ergänzung unterscheidet die TCM im Wesentlichen von der durch Aufklärung und Christentum geprägten naturwissenschaftlichen Denkweise des Westens.

Es ist ein weites, sehr weites Feld. Auf die unmittelbare medizinische Nutzenanwendung bezogen, lässt es sich am besten ein-



Dr. med. Eva Cremer

grenzen auf den empirischen Charakter der TCM: Die jahrhundertelange Beobachtung der Natur und die dabei gesammelten Erfahrungen führten zur Entwicklung bestimmter tierischer und pflanzlicher Medikamente sowie Heilverfahren und Diagnosemethoden. Zu deren Kern zählt die Vorstellung von den Meridianen, die den Körper durchziehen. Es handelt sich um gedachte Energiebahnen, die im Idealfall einen ungehemmten Fluss des Qi, der Lebensenergie, durch den Körper erlauben. Ihnen sind die fünf Organe Leber, Herz, Milz, Lunge und Nieren zugeordnet, die wiederum mit bestimmten Körperfunktionen korrespondieren.

Die Frage, ob derlei nach hiesigen wissenschaftlichen Maßstäben nachweisbar ist, stellen sich offenkundig immer weniger Menschen, will sagen: Immer mehr Menschen machen positive Erfahrungen mit der TCM und verwandten Anwendungen – zum Beispiel mit der hierzulande noch jungen Therapie- und Wellnessform des Shiatsu und Qigong. Die Akupunktur, die ebenfalls auf der Vorstellung der Meridiane beruht, wird inzwischen auch von den meisten Krankenkassen anerkannt und ist auf vielfältige Weise heilsam anwendbar – dass sie wie alle heilkundlichen Alternativen zur sogenannten Schulmedizin Grenzen hat, bestreitet niemand.

Im Idealfall gehen Schulmedizin und TCM eine Symbiose ein, wobei die TCM laut Dr. Eva Cremer »nur einen kleinen Sektor« im Spektrum der Medizin ausmacht. Die Göttinger TCM-Ärztin personifiziert diese Symbiose in mustergültiger Weise: Sie studierte Biologie und Humanmedizin und absolvierte eine umfassende TCM-Ausbildung in Deutschland, Österreich und China. Cremer betont denn auch, dass ein »fundierter schulmedizinischer Hintergrund« unverzichtbar sei und weiß um die Gren-

zen der TCM. Sinnvoll und wirksam einsetzen lassen sich deren Möglichkeiten – von chinesischen Heilkräutern über Bewegungs- und Entspannungsübungen bis zu einer Lebensweise nach den Grundätzen der chinesischen Medizin – vor allem bei Erkrankungen des Bewegungsapparates, der Atemwege und des Verdauungssystems, bei psychosomatischen Beschwerden, Allergien, aber auch bei Beeinträchtigungen der allgemeinen Lebensqualität wie Schlafstörungen, Erschöpfung, Ängsten und ähnlichem. Auch vom Laster des Rauchens kann man sich mittels Akupunktur befreien. Bei all diesen Therapieformen geht die TCM ganzheitlich vor, indem sie in der ausführlichen Anamnese zunächst den energetischen Zustand des Patienten analysiert und nach krankmachenden Faktoren sucht.

Cremer betont aber auch die Möglichkeiten, TCM erfolgreich als Mittel der Prävention einzusetzen, um beispielsweise Erkältungen oder Erschöpfungszuständen vorzubeugen. Aber auch im Sport- und Freizeitbereich kann die TCM sinnvoll eingesetzt werden. Schmerzen nach Überlastungen, Fehl-

belastungen, Verletzungen, die nicht chirurgisch versorgt werden müssen, können häufig durch Akupunktur oder chinesische Massagen behandelt werden – zum Beispiel durch die Akupressur-Massage Tuina oder durch Guasha, eine Massage, bei der das Gewebe besonders intensiv durchblutet wird.

Muskelspannungen, Fehlbelastungen durch Stress, virale oder bakterielle Infekte, Schwächungen des Immunsystems, Heuschnupfen oder Asthma, Diabetes oder Bluthochdruck – der Katalog von Beschwerden, die durch Akupunktur, Kräuter, Kompressen, Einreibungen oder Tabletten gelindert und geheilt werden können, ist lang. Ein wesentlicher Vorteil der TCM besteht zudem darin, dass sie im allgemeinen nur mit wenigen Nebenwirkungen verbunden ist – nicht mal das Setzen der Akupunkturnadeln verursacht bei den meisten Patienten Schmerzen. Auch dürfte es kein Zufall sein, dass die Schulmedizin inzwischen verstärkt auf Methoden und Präparate der chinesischen Medizin zurückgreift – was sich seit 2.000 Jahren bewährt hat und von immer mehr Menschen angewendet wird, kann nicht schlecht sein ... ←

kontakt info

Dr. med. Eva Cremer

Traditionelle chinesische Medizin,
Akupunktur, Naturheilverfahren

Herzberger Landstraße 101
37085 Göttingen

Tel. 0551 – 30701543

E-Mail: info@dr-cremer-tcm.de

www.dr-cremer-tcm.de

WG wohnen+sparen
Wohnungsgenossenschaft eG Göttingen

*...seit 1891 für jeden
die passende Wohnung!*



Oesterleystr. 4 · 37083 Göttingen
Telefon 0551 / 5 07 65-0

E-Mail info@wg-goe.de · Internet www.wg-goe.de

welling

Meisterbetrieb für Einrichtungen
Büromöbel · Einzelmöbel · CNC-Bearbeitung



Welling GmbH · Benzstraße 10 · 37083 Göttingen

Tel. 05 51 / 72 161 · Fax 05 51 / 70 43 11

E-Mail: info@tischlerei-welling.de

www.tischlerei-welling.de