

Dr. Angela Stahl über die Verbindung von Schulmedizin mit TCM

# „Oft kann nur die ganzheitliche Medizin helfen“

Die Fachärztin für Neurologie und Psychiatrie **Dr. Angela Stahl** praktiziert die ganzheitliche Therapie. Dabei hat sie sich auf die **Traditionelle Chinesische Medizin** spezialisiert. Das Alstertal-Magazin sprach mit ihr über diese Wissenschaft und die Volkskrankheit „Burn-out“.



**Dr. Angela Stahl:** „Oftmals hilft im Krankheitsfall nur eine Kombination aus Schulmedizin, Psychotherapie und Naturheilverfahren.“

**Alstertal-Magazin:** Was versteht man unter der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)?

**Dr. Angela Stahl:** Bei der TCM handelt es sich um eine ganzheitliche Medizin, die den Menschen in seiner Ganzheit und als Teil des Kosmos insgesamt versteht und sämtliche Lebensfunktionen zueinander in vielerlei kybernetische Beziehungen setzt. Wenn ein Mensch erkrankt, hält die TCM im Gegensatz zur westlichen keine Messapparate bereit, sondern versucht, die entgleisten Lebensfunktionen im Gesamtkontext ihrer Wirkung zu bewerten (plus Zungen- und Pulsdiagnose) und vor dem Hintergrund der fünf Funktionskreise und der energetischen Qualität yin und yang zu verstehen; beides stellt die Grundlage für die diagnostische Einschätzung dar. Die fünf Funktionskreise sind den fünf Organsystemen zugeordnet, wobei jedes wiederum ein yin- und einen yang-Aspekt hat. Die Organsysteme sind nunmehr

über die Akupunkturpunkte, die über die zugeordneten Meridiane erreichbar sind, behandelbar. Bei der Behandlung kommen der Anwendung chinesischer Arzneimittel und dem Einhalten von chinesischer Diätetik neben der Akupunktur eine große Bedeutung zu.

**Das Ganze verknüpfen Sie mit der Schulmedizin. Warum?**

Nur eine Medizin, die sowohl den körperlichen wie auch den physischen, psychischen und spirituellen Gegebenheiten eines Menschen gerecht wird, kann auf Dauer zu einer Heilung oder Besserung führen. Dies spiegelt sich in meinem Logo wider mit einem Dreieck in der Mitte, das für die Stabilität zwischen Schulmedizin, Psychotherapie und Naturheilverfahren – eingebettet in die chinesische Denkweise – steht. Diese Art der Behandlung ist sehr zeitintensiv.

**Welche Ausbildung absolvierten Sie, um so vielseitig zu behandeln?**

Ich bin Nervenfachärztin und habe ein zweites Hochschulstudium in TCM abgeschlossen. Die üblichen Zusatzausbildungen für Psychotherapie, Naturheilverfahren und Ernährungsmedizin an der Ärztekammer sind für mich ein wichtiges Zuwerk, um meine Patienten auf allen Ebenen ihres Seins besser verstehen zu können.

**Sie therapieren u.a. das Burn-out-Syndrom mit der TCM.**

Stimmt, das Burn-out-Syndrom entsteht durch das jahrelange Zusammenwirken von materiellen, psychosomatischen und psychosozialen/energetischen krankmachenden Faktoren. Vielfältige Beziehungsmuster, die bei der Entwicklung und Entstehung von Krankheit eine Rolle spielen, kommen hier zum Tragen. Einer schweren chroni-

schon Überforderung folgt i.d.R. eine seelische Erschöpfung. Perfektionismus, Omnipotenzgefühle, mangelnde Selbstsicherheit und Leistungsdruck folgen inneren Mustern, die uns schon seit unserer Kindheit begleiten. Die seelische Erschöpfung ist gefolgt von einer schweren körperlichen Erschöpfung mit vielen Somatisierungen. Auch laborchemisch lassen sich einige Parameter bestimmen, die einen indirekten Hinweis auf die Schwere und das Ausmaß der psychosomatischen Burn-outs geben. Traditionell chinesisch spielen beim Burn-out neben einer Leber-qi-Strangulation vor allem eine Depletio des qi lianale (Mitten-qi-Mangel) und eine depletio des yin renale (nierenyin-Mangel) eine große Rolle. **Wie behandeln Sie Burn-out-Patienten?**

Wie schon geschildert, bedarf eine solide Therapie immer der Beachtung körperlicher, seelischer und energetischer Aspekte. Zunächst sollte ein Burn-out-Patient schulmedizinisch untersucht werden, denn nicht selten werden bestimmte funktionelle Abweichungen als Burn-out-Syndrom verstanden und nicht als Symptom einer beginnenden anderen Erkrankung erkannt. Laborchemische Parameter zeigen dann oftmals schon eine Konstellation, wie wir sie bei vielen Burn-out-Patienten vorfinden. Hierzu sind Spezialuntersuchungen notwendig,

die auch modernste Erkenntnisse aus der orthomolekularen Medizin und der Erforschung von nitrosativem Stress mit einbeziehen. Therapeutisch sollte dem Patienten nach einer schulmedizinisch fundierten Diagnostik ein Behandlungsangebot unterbreitet werden, das neben einer psychosomatischen Aufarbeitung früherer Erlebnismuster und der Analyse der Burn-out-Syndrom auslösenden Faktoren auch die Möglichkeit moderner westlicher Naturheilverfahren, westlicher physikalischer Therapie und der TCM beinhaltet. Neueste Studien sind veröffentlicht, die eine Spezialtherapie der chronischen Erschöpfung (vor allem bei MS) insbesondere auch zu Hause und ohne viele Laufwege bzw. Arztbesuche beschreiben. Diesbezüglich berate ich meine Patienten ausführlich. Ich gehöre einer international forschenden Ärztegemeinschaft an, die sich mit diesen Fragen ständig beschäftigt.

**Ich merke, Sie üben Ihren Beruf mit intensiver Leidenschaft aus. Wie schützen Sie sich selbst vor chronischer Erschöpfung?**

Manager, Lehrer und Ärzte gehören vor allem zu denen, die von der chronischen Erschöpfung betroffen sein können. Einen Ausgleich zu meinem Beruf finde ich beim Musizieren, Lesen und Sporttreiben; das ist meine persönliche Burn-out-Prophylaxe.

ck

## Neurologie und Psychiatrie

Psychotherapeutin • Naturheilverfahren • Ernährungsmedizin •

Akupunktur TCM (abgeschlossenes Hochschulstudium in Traditioneller Chinesischer Medizin, Universität Witten/Herdecke mit CPC-Zertifikat)

Rathausallee 7-9 • 22846 Norderstedt • Tel. 040/35 96 98 00

Fax 040/35 96 98 099 kontakt@stahl-nerven.de www.stahl-nerven.de

im Therapiezentrum für Chinesische Medizin

Dr. med. Angela Stahl ist Studiogast bei GesundTV.  
Zu sehen auf **AlsterTV.de**

Neu!



**ALSTERTV**