

FIT UND GESUND DAS WOLLEN WIR DOCH ALLE !

Gerade nach diesem langen und ungemütlich kalten Winter, in dem wir gefroren haben, drängt es uns hinaus in die Natur. Wie schön hat Goethe in seinem Frühjahrsgedicht den Zauber all unser wiederkehrenden Sinne beschrieben.

Doch mit dem Frühjahr kommen andere Tücken. Pollen fliegen umher. Viele Menschen leiden unter allergischem Schnupfen oder auch Heuschnupfen genannt. Häufig müssen sie niesen, die Augen brennen, die Nase läuft oder die Tränen fließen. Bei manchen Patienten ist dies so schlimm, daß sie nur noch sehr schwer Luft bekommen und die Entzündung der Nasennebenhöhlen schließlich auf die Lungen übergreift und sich ein Bronchialasthma entwickelt.

Andere leiden ganzjährig, sozusagen saisonunabhängig unter einem chronischen Schnupfen (= chronische Rhinitis oder Rhinitis nervosa) und entwickeln allmählich Polypen der Nasenschleimhaut, Nasennebenhöhlenentzündungen ein Asthma bronchiale mit den typischen Spätfolgen einer ganzjährig verstopften Nase.

Aus westlicher Sicht sind hierfür unter anderem Allergene verantwortlich (Pollen, Hausstaub, Tierhaare), die allergische Reaktionen auslösen, d.h. eine übersteigerte Reaktion zwischen dem auslösenden Agens und dem spezifischen Immunglobulin E. Viele meiner Patienten sind über Jahre unter Dauerbehandlung mit Cortison gewesen, oder sie haben sich vergeblich einer Hypo- oder Desensibilisierungsbehandlung unterzogen.

Schulmedizinisch wird meistens symptomatisch behandelt. Nasen- und Augentropfen, Antihistaminika und in schweren Fällen auch mit Cortison. Wir alle wissen, daß eine langjährige Einnahme von

Cortison ihre eigenen Gefahr in sich birgt: Diabetes mellitus, Übergewicht und eine schwere Osteoporose können die Folge sein. Doch oftmals ist der Patient so verzweifelt, daß er im Moment seiner akuten Betroffenheit mit all den unangenehmen Symptomen dann doch in seiner Not zum Cortison Spray oder gar zur Tablette greift.

WAS KANN UNS HIER DIE TRADITIONELL CHINESISCHE MEDIZIN BIETEN, WAS DIE SCHULMEDIZIN NICHT HAT ?

Geht die traditionell chinesische Medizin ganz anders an die Grundfragestellung heran?

Was geschieht eigentlich im Frühjahr mit uns, und welche Faktoren aus traditionell chinesischer Sicht sind für die Entstehung eines akuten oder chronischen Schnupfens, Heuschnupfens oder sogenannten Rhinitis nervosa oder Rhinitis allergika bekannt?

Oftmals ereignen sich diese allergischen Reaktionen im Frühjahr. Die Jahreszeit Frühjahr ist in der traditionell chinesischen Medizin dem Element Holz und damit der Wandlungsphase Leber zugeordnet. In vielen Gedichten wird der frische Frühlingswind beschrieben. Tatsächlich wird dem klimatischen Agens des Windes (Ventus) in der traditionell chinesischen Medizin eine große Bedeutung im Frühjahr beigemessen. Der Wind affiziert die Wandlungsphase Leber, sagen alte chinesische Lehrsätze, was nichts anderes meint, als das im Frühjahr oftmals sogenannte Winderkrankungen (Ventuserkrankung) auftreten. Wind ist flüchtig, kommt und geht unverhofft und verschwindet wieder so wie die flüchtige Symptomatik einer plötzlichen Heuschnupfenattacke.

Ein weiterer wichtiger Faktor für die Entstehung von Heuschnupfen und anderen allergischen Reaktionen bis hin zum Bronchialasthma sind natürlich auch unse-

re Abwehrkräfte, westlich unter Immunsystem bekannt.

Die moderne Labormedizin ist in der Lage, sehr genau die verschiedenen Immunparameter aufzuschlüsseln und zu messen. Die traditionell chinesische Medizin allerdings unterscheidet zwischen verschiedenen Formen unserer Abwehrkräfte. Da gibt es zum einen die Wandlungsphase Milz mit ihrem Milz Qi, das für unsere erworbenen Konstitution (= Befindlichkeit) verantwortlich ist.

Was tun wir durch unsere Lebensweise, um mit feindlichen Attacken wie Pollenflug umzugehen? Ist unser Milz Qi und damit unsere erworbenen Konstitution und letztendlich das System unserer Abwehrkräfte stark genug, um diese Allergene abzuweisen, oder aber haben wir uns über die Winterzeit sehr schlecht ernährt, an Pfunden zugenommen und unseren Antioxidantien Spiegel (Vitamin A - C - E und Selen) in den Keller fahren lassen? Haben wir genug pflanzliche Farbstoffe (Bioflavonoide) zu uns genommen?

Hinzu kommen noch Faktoren der sogenannten erworbenen Konstitution (zugeordnet der Wandlungsphase Niere). Wir würden in der westlichen Medizin diese erworbenen Konstitution mit unseren geneti-

schten Bedingungen gleichsetzen, den Faktoren also, die uns durch unsere Erbfaktoren mitgeben sind.

Die Schulmedizin behandelt hier nur mit dem Ratschlag, die Allergene zu meiden. Traditionell chinesisch stehen uns da ganz andere Möglichkeiten zur Verfügung:

Wir wählen Akupunkturpunkte, die Wind ausleiten (Ventus ausleitende Akupunkturpunkte) und kreieren chinesische Arzneimittelrezepturen, die Wind aus den Leitbahnen wieder herauslösen. Hier gibt es eine Fülle von Ansatzpunkten. Kennt man sich in der traditionell chinesischen Kräuterheilkunde sehr gut aus, ist es kein Problem, für jeden Patienten ein individuelles Kräuterrezept zu kreieren, das den akuten Wind aus den Leitbahnen löst und die erworbenen oder angeborne Konstitution entsprechend kräftigt. Hierzu ist eine langjährige umfassende Ausbildung in chinesischer Kräutermedizin zusätzlich zu der im allgemeinen bekannten Akupunktur notwendig.

Doch die Mühe lohnt sich. Viele meiner Patienten erinnern sich nur noch lächelnd an alte Zeiten, in denen sie schniefen, husteten, niesten.

FIT UND GESUND, DAS WOLLEN WIR DOCH ALLE

Dr. med. Angela Stahl

Fachärztin f. Neurologie u. Psychiatrie
Psychotherapeutin
Naturheilverfahren
TCM - Akupunktur
Ernährungsmedizin



im Therapiezentrum für chinesische Medizin
Rathausallee 7-9 · 22846 Norderstedt
Tel. 0 40/5 25 30 01 · Telefax 0 40/5 25 33 35
www.stahl-nerven.de · e-Mail: kontakt@stahl-nerven.de