

# TCM – das Ass

*Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) gilt mittlerweile auch hier zu Lande als Tausendsassa zur Linderung von Schmerzen wie etwa Migräne und Gelenksbeschwerden. Neuerdings wird sie sogar als Geheimwaffe gegen Allergien eingesetzt. FINESSE klärt im Gespräch mit der Expertin Dr. Angela Stahl, was TCM auch für uns Europäer so wirksam macht. Und wo ihre Grenzen sind*

Heilkräuter gegen Gelenksbeschwerden und Tinnitus, Akupunkturnadeln zur Linderung von Schmerzen: Das hört sich ziemlich exotisch an. Doch als ergänzende Heilmethode zur Schulmedizin gewinnt TCM in Europa an Bedeutung. Das belegt auch eine wissenschaftliche Studie mit über 360 000 Patienten an der Berliner Charité. Beeindruckendes Ergebnis: Allein durch den Einsatz von Akupunkturnadeln besserte sich das Befinden bei neun von zehn Allergikern innerhalb kurzer Zeit wesentlich. Bei 80 Prozent der Teilnehmer, die unter Asthma, Arthroseschmerzen in den Gelenken oder Menstruationsbeschwerden litten, verringerte sich das Leiden deutlich innerhalb von sechs Monaten. Klingt vielversprechend – aber doch noch sehr geheimnisvoll. Was also genau steckt hinter dieser uralten asiatischen Heilmethode, wollte die FINESSE von der Hamburger TCM-Expertin Dr. Angela Stahl wissen.

**Frau Dr. Stahl, was unterscheidet westliche Medizin und TCM?**

Dr. Angela Stahl: Die westliche Medizin bedient sich seit über 100 Jahren konsequent einer wissenschaftlichen Methode, die sie von den Naturwissenschaftlern übernommen hat, nämlich der kausa-

# im Ärmel der modernen Schulmedizin

len Analyse. Messbarkeit heißt das Schlüsselwort. Nicht das Befinden des Patienten, sondern der Befund steht im Mittelpunkt. Das macht die westliche Medizin besonders effektiv, wenn organische Veränderungen registriert werden.

Anders in der chinesischen Medizin: Hier werden Funktionen als Ganzes betrachtet. Die wichtigsten Grundlagen der Chinesischen Medizin sind die Lehre von Yin und Yang und den fünf Wandlungsphasen – zusammengefasst in der „Lehre vom Qi“ (tschi gesprochen). Dabei handelt es sich um die individuelle Lebenskraft oder – für uns besser zu verstehen – um die Energie des Patienten. Muster, wie zum Beispiel körperliche Beschwerden, werden wahrgenommen und in Beziehung zu Lebensumständen, seelischem Befinden und gegebenenfalls auch Befunden westlicher Medizin gesetzt. So entsteht ein äußerst aufschlussreiches Gesamtbild von Befund und Befinden. Auf diese Weise können seelische Blockaden aufgelöst, und damit körperliche Störsymptome wie z. B. Kopfschmerzen, Depressionen, Konzentrationsstörungen oder Infektanfälligkeit geheilt werden.

## Wie genau geht TCM dabei vor?

Bei akuten Beschwerden konzentriert sich TCM zunächst natürlich erst einmal auf die Symptome. Bei chronischen Fällen werden gleich die Ursachen in Angriff genommen. Was mich persönlich immer wieder an der TCM begeistert, ist, dass durch sie gesundheitliche Schwachstellen oft so früh aufgespürt werden können, dass Krankheiten gar nicht erst entstehen.

## Stichwort Krankheiten: Welche können mit TCM behandelt werden – und welche nicht?

Praktisch alles von Kopfweg, Tinnitus, Gelenkschmerzen, Wechseljahrs- und Menstruationsbeschwerden, Herz-Kreislaufproblemen, rheumatischen Erkrankungen, Lähmungserscheinungen, Allergien, Nasenebenhöhlenentzündungen, Asthma, Hauterkrankungen wie Schuppenflechte und Neurodermitis. Nur Tumore kann die chinesische Medizin nicht heilen. Aber sie kann z. B. nach einer Chemotherapie den Körper wirkungsvoll beim Wiederaufbau des Immunsystems unterstützen.



## FINESSE EXPERTIN FÜR TCM

### Dr. med. Angela Stahl

- Fachärztin für Neurologie und Psychiatrie
- Ernährungsmedizin, Naturheilverfahren
- Ganzheitliche Diagnostik und Therapie von neurologischen und psychiatrischen Erkrankungen unter Einbeziehung von Schulmedizinischen psychosomatischen und naturheilkundlichen Aspekten mit dem Tätigkeitsschwerpunkt Akupunktur im Rahmen der Traditionell Chinesischen Medizin (TCM)

Therapiezentrum für Chinesische Medizin  
Rathausallee 7–9  
22846 Norderstedt

Tel. 040 / 525 30 01–02  
Fax 040 / 525 33 35

[www.stahl-nerven.de](http://www.stahl-nerven.de)



**Welche Behandlungsmethoden wenden westliche TCM-Mediziner an?**

Die bei uns bekannteste Behandlungsweise ist die Akupunktur. Auch Moxibustion gewinnt an Bedeutung. Dabei wird eine so genannte Moxa-Zigarre aus getrocknetem Beifuß angezündet und über die Akupunkturnadeln gehalten. Ein überaus wichtiges Verfahren ist zudem der Einsatz von chinesischen Heilkräutern, die meist als Tee getrunken werden. Das heißt aber nicht, dass nun jeder wahllos Heilkräuter einnehmen sollte. Um Erfolg damit zu erzielen, müssen diese für jeden Patienten individuell zusammengestellt werden. Spezielle Ernährungsstrategien sowie Massagen und entspannendes Qigong gehören ebenfalls zu einer ganzheitlichen Behandlung dazu.

**Wie erstellt ein TCM-Arzt, z. B. Sie, die Diagnose?**

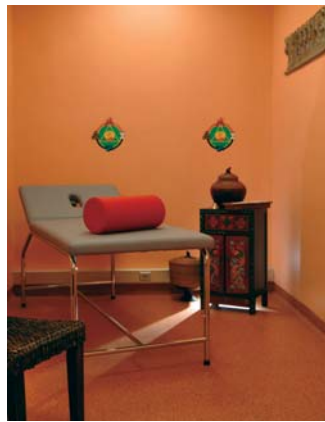
Die Behandlung beginnt mit einer umfangreichen Befragung, bei der die Krankheitsvorgeschichte, persönliche Vorlieben und – ganz wichtig – auch seelische Probleme durchleuchtet werden. Darauf folgt die Zungen- und Pulsdiagnose. Je nach Krankheitssymptomen wird dann, wenn notwendig, ein auf dieses Krankheitsbild spezialisierter Facharzt hinzugezogen. Dessen Ergebnisse werden dann vom TCM-Arzt – wie von einem Dolmetscher – in die chinesische Heilweise „übersetzt“ und therapiert.

**Sie sagten eben Zungendiagnose? Was verrät denn eine Zunge?**

Oh, unglaublich viel! Zum Beispiel kann deren Farbe von Weiß bis zu sehr dunklen Tönen marmoriert sein, oder es kann eine einzige Farbe vorherrschen. Dann spielt auch die Form und ihr Zustand eine Rolle. Ist die Zunge rissig, sind Zahnabdrücke eingegraben? Das alles verrät dem TCM-Arzt, ob krankhafte Energieveränderungen im Körper vorhanden sind. In Verbindung mit der Pulsdiagnose, bei der wir zwischen 30 verschiedenen Pulsarten unterscheiden, bestimmen wir die Akupunkturpunkte und Heilkräuter, die der jeweilige Patient braucht, um wieder schmerzfrei und gesund zu werden.

**Wird demnach jeder Patient, selbst bei Kopfweg, mit TCM ganz individuell behandelt?**

Aber ja, denn selbst wenn die Symptome, wie z. B. bei Kopfweg, gleich sind, können die Ursachen dafür ganz unterschiedlich sein.




---

## „JEDER MENSCH WIRD NACH INDIVIDUELLEM BEFINDEN BEHANDELT.“ *Erfolgsgeheimnis der TCM*

---

Deshalb müssen z. B. Akupunkturnadeln bei jedem Patienten oft anders gesetzt und auch andere Kräuter und Massagen angewandt werden. Eines der Erfolgsgeheimnisse der TCM ist ja, dass jeder Mensch ganz individuell nach seinen ureigenen körperlichen, geistigen und seelischen Erfordernissen behandelt wird.

### **Hört sich sehr überzeugend an. Wie lange dauert denn so eine TCM-Therapie?**

Die Zeitspanne einer Therapie richtet sich natürlich nach der Art der Erkrankung. Bei Allergien reichen oft schon sechs bis zehn Akupunktursitzungen à 20 bis 40 Minuten aus. Je nach Schwere des Leidens kann sie aber auch über einen längeren Zeitraum, also zwei bis drei Monate, dauern. Begleitend dazu ist die Einnahme von Heilkräutern empfehlenswert, am besten in Form von Tee. Zur Stabilisierung des Ergebnisses kann man sich nach erfolgter Heilung oder Linderung zusätzlich einmal monatlich akupunktieren lassen. Besonders wichtig ist vor allem, dass der Patient unserer Empfehlung folgt, einen gesunden Lebensstil zu pflegen.

### **Frau Dr. Stahl, und was, wenn sich nun jemand selbst mit chinesischen Kräutern behandeln will?**

Katastrophe! Das kann richtig gefährlich werden, denn eine extrem hohe Einnahme falscher Heilkräuter kann schädlich wirken. Auch Fertigmischungen für verschiedene Krankheiten sind nicht ratsam. In der echten traditionell-chinesischen Medizin werden für jede Krankheit spezielle Kräutermischungen vom TCM-Arzt kombiniert. Bei Fertigmischungen besteht nicht nur die Gefahr, dass bei der Herstellung gemogelt wurde. Bei

Kontrolluntersuchungen sind sogar schon Schadstoffe und Gifte wie beispielsweise Arsen entdeckt worden.

### **Und wie teuer ist solch eine doch sehr aufwändige Therapie?**

Sie wird nach der Gebührenordnung (GOÄ) abgerechnet. In der Regel kostet eine einfache Akupunktur bei 2,3-fachem Satz 46,92 Euro. Dazu kommen die Kosten für chinesische Diagnostik und die Heilkräuter aus der Apotheke.

### **Und wie sind die Chancen, dass die Kosten von Krankenkassen übernommen werden?**

Während die meisten Privatkassen bisher Akupunktur bei allen medizinischen Indikationen bezahlen, bezuschussen die gesetzlichen Krankenkassen nur einige wenige Akupunkturbehandlungen in begrenztem Umfang bei Kopfschmerzen, Arthrosen und lumbalen Rückenschmerzen. Chinesische Heilkräuter und die chinesische Diagnostik werden von beiden nicht übernommen. Eine solide traditionell-chinesische Medizinbehandlung ist allerdings überhaupt nur nach einer gründlichen Diagnosestellung möglich. Und Heilkräuter gehören unabdingbar zu dieser ganzheitlichen Therapiemethode.

### **Frau Dr. Stahl, wir danken Ihnen für das Gespräch.**

Weitere **Infos** zur Traditionellen Chinesischen Medizin: Therapiezentrum für Chinesische Medizin, Rathausallee 7–9, 22846 Norderstedt, Telefon 040 / 525 30 01, Telefax 040 / 525 33 35, [www.stahl-nerven.de](http://www.stahl-nerven.de), E-Mail [kontakt@stahl-nerven.de](mailto:kontakt@stahl-nerven.de).

