



Fokus in diesem Heft:

Herpes

Spezial
Herpes simplex:
Ein Überblick
Manzin Al-Khafaji
ab Seite 09

AKUPUNKTUR +++ PHYTOTHERAPIE +++ TUINA +++ DIÄTETIK +++ QI GONG

Herpes und Akupunktur

Bei Herpes-Erkrankungen handelt es sich um Virus-vermittelte Entzündungen von Nerven und Haut. Aus Sicht der TCM fallen sie in den Bereich der Hitze-Erkrankungen – also der Lehre des WēnBing 溫病.

Ein anfangs akuter Virus-Infekt (äussere Wind-Hitze) in Form von beispielsweise Mundfäule (Herpes simplex) oder Windpocken (Herpes zoster) wurde nicht vollständig ausgeheilt und hat sich als chronischer Infekt im System versteckt. In der TCM spricht man von Restpathogenen bzw. verborgenen pathogenen Faktoren *fúxié* 伏邪. Diese sind in der Blutschicht *xuefen* bzw. *jueyin* Leber (Le)-Perikard (Pc) gespeichert. Durch Trigger, die ihrer Natur als Hitze-Toxin entsprechen, können sie reaktiviert werden und sich an der Oberfläche in Form von Herpesbläschen bzw. schmerzhaften Nerven-Entzündungen zeigen. Diese «feurigen» Auslösefaktoren können Hitze durch Sonnenstrahlung, Nahrungsmittel, Emotionen und Arzneien sein. Ernährungs-Einflüsse können in Form von z.B. Alkohol und scharfen Gewürzen Magen-Schleim-Hitze bewirken, was über die Achse Magen (Ma)-Perikard (Pc) zu Blut-Hitze führen wird. Emotionen wie etwa Ärger, Stress, Zeitdruck, Eifersucht usw. können direkt das Blut in Wallung bringen. Infolgedessen wird Blut-(Feuchte)-Hitze auflodern. Nicht zu unterschätzen sind auch unerwünschte Wirkungen von Arzneien wie z.B. Kortison, welches (Blut-)Hitze erzeugt, oder Impfstoffen, die direkt in die Blutebene gelangen und dort als Hitze-Toxine wirken können.

Beim Erscheinen der Fieberbläschen ist die Unterteilung ratsam, inwieweit die meist-

gruppierten Hautzeichen in erster Linie Rötungen darstellen (Betonung der Hitze im Blut) bzw. ob auch flüssigkeitsgefüllte Bläschen auftreten (Blut-Feuchte-Hitze). Häufig beobachtet man Mischformen mit einer tendenziellen Gewichtung des Verhältnisses zwischen Feuchtigkeit und Hitze. Anhand der Diagnose kann man der Therapie die geeigneten Leitbahnen und Akupunktur-Punkte zuordnen.

Ein Allrounder für die Behandlung von Feuchte-Hitze-Pathologien ist eine Akupunktur-Rezeptur aus der Balance-Akupunktur namens «Mitte-Reigen». Unter einem Akupunktur-Reigen versteht man das Zusammenspiel von meist 4 Einzel-«Tänzern» in Form der beteiligten Leitbahnen. Beim «Mitte-Reigen» kommen die Hand-Meridiane Perikard (Pc) und 3facher Erwärmer (3E) sowie die Fuss-Meridiane Magen (Ma) und Milz/Pankreas (MP) ins Spiel. Auf jeder Extremität wird jeweils eine Leitbahn genadelt. In jeder Sitzung kommt auf alle vier Gliedmassen abwechselnd ein Yin- bzw. Yang-Meridian zu liegen: z.B. rechter Arm Pc, linker Arm 3E, linkes Bein MP, rechtes Bein Ma (bzw. spiegelverkehrt).

Was eine Balance-Akupunktur-Rezeptur auszeichnet, ist das engmaschige Zusammenwirken der teilnehmenden Leitbahnen, das in Summe zu einer grösseren Wirkung führt als die Einzelteile. Im «Mitte-Reigen»

arbeiten Pc-3E und Ma-MP jeweils als innen-aussen-Partner *biǎo-lí* bzw. *ZàngFǔ*-Paar zusammen. Pc-Ma und 3E-MP bilden jeweils eine Oppositions- bzw. Diagonal-Achse innerhalb der sogenannten «Organuhr».

Der Name des «Mitte-Reigen» leitet sich von seinem Bezug zum zentralen Feld 5 inmitten des Magischen Quadrats *Luòshū* 洛書 ab. Dort geht es um die Behandlung von Feuchter Hitze, die genährt wird vom angrenzenden Feld des Feuers (9) und des Wassers (1) gemäss *LingShu* Kapitel 78: «Zwischen Winter (1) und Sommer (9) gelegen trennt es zwischen Yin und Yang. Bei Konflikt von Kälte und Hitze vereinen sich beide zu Feuchter-Hitze-Stagnation.»

4	9	2
3	Pc – 3E Mitte Ma – MP	7
8	1	6

Grob gesagt decken die Funktionskreise des Ministerfeuers Pc-3E den Hitze-Aspekt ab. Die Erde-Leitbahnen Ma-MP eignen sich gut für Feuchtigkeits-Pathologien. Mit dem Ma kann man direkt Ernährungseinflüsse ausgleichen. Des Weiteren kann der Ma als Repräsentant der Schicht *yangming* effektiv zum Klären der Haut genutzt werden. Obendrein befindet sich mit Pc ein Vertreter der Blutebene *jueyin* (Emotionen) in der Formel.

Sobald die passende Leitbahnen und damit der Reigen definiert sind, können geeignete Punkte ausgewählt werden:

Auf *jueyin* Pc bietet sich der Quellen-Punkt *yíng* Pc8 gegen Feuer an. Alternativ kann Blut-Hitze auch über den Wasser-Punkt (Meer hé) Pc3 sediert werden. Letztere Region ist als Manifestation von Blut-Hitze-Ekzemen gut bei atopischer Dermatitis bekannt. Gegen Feuchtigkeit auf der Blut-Ebene ist der *shū*-Punkt (Erde) Pc7 sowie der Fluss-Punkt *jīng* (Metall zum Ableiten von Pathogenen) Pc5 ratsam.

Mein persönlicher Favorit zum Ableiten von Hitze über *shaoyang* 3E ist ein Trio von Punkten, das aus der Master Tung-Tradition stammt. Es handelt sich um die «Oberen 3 Feuer» *Shàng sān huǒ* 上三火 (33.04./05.06.). Ausgehend vom Feuer-Punkt 3E6 (Fluss-Punkt *jīng* zum Ableiten von Pathogenen), über Stuhl und Harn aus-



leitend) werden 2 weitere Punkte im Abstand von 2 bzw. 1,5 cun nach proximal als Kette auf 3E genadelt. Wie der Name des Trios andeutet, erreicht man ein gutes Klären von Feuer-Pathogenen über den Hand-ShaoYang-Meridian.

Auf der Ma-Leitbahn eröffnet sich über eine Reihe von 3 *xià hé*-Punkten eine interessante Möglichkeit zum Ableiten von Pathogenen. Zuoberst liegt Ma36 (Erde auf Erde-Meridian), der sich perfekt einbinden lässt, um Magen- bzw. YangMing-Schleim-Hitze abzuleiten. Nicht zuletzt Belastungen aus der Ernährung können damit ausgeglichen werden.

Die nächsten beiden *xià hé*-Punkte auf der Magen-Leitbahn sind Ma37 für den Dickdarm (Di) und Ma39 für den Dünndarm (Dü). Laut *Lingshu* handelt es sich um Andockpunkte an das Meer des Blutes (*Chongmai*). Insofern erreicht man gleich mehrere spannende Aspekte:

- Über Stuhl (Ma37 Di) und Harn (Ma39 Dü) werden Pathogene geklärt.
- Die Blutebene wird entlastet.
- Das Einbinden von *Chongmai* macht den Weg frei zu den Ausserordentlichen Gefäßen, die auch als Speicherreservoir für tief eingedrungene Restpathogene herhalten müssen.

Gemeinsam nennt man diese 3 *xià hé*-Punkte «Bein 3 Magen-Nadeln» *Zu Wei San Zhen* 足胃三針.

Gegen Schleim empfiehlt sich Ma40 (*luò*) und gegen Feuchtigkeit der *shū*-Punkt Ma43. Ergänzend sollte der Feuer-löschen-de Punkt Ma44 (*yíng*) erwogen werden.

Taiyin MP ist ein willkommener Funktionskreis zum Ausgleichen von Feuchtigkeit. Überdies pflegt MP ein sehr enges Zusammenwirken mit dem Ausserordentlichen Gefäß *Chongmai* (Kardinalpunkt MP4). Ein weiteres Andocken an diese tiefliegende Gefässebene gelingt über das «Meer des Blutes» *xuè hǎi* 血海 MP10, wo Hitze aus dem Blut gereinigt werden kann. Ein bekannter Punkt zum Ausleiten von überschüssiger Feuchtigkeit ist der Wasser-Punkt (*hé*) MP9. Die Transformation der Flüssigkeiten kann des Weiteren mittels des *shū*-Punktes (Erde) MP3 beeinflusst werden. Letzterer trägt den Namen «Höchstes Weiss» *tai bái* 太白, was auch der Name des Planeten Venus ist. Tatsächlich ist er auch

geeignet zur Behandlung von Feuchtigkeit und sekundärer Feuchter Hitze in venerischen Angelegenheiten (Herpes genitalis). Zum Klären von Feuchter Hitze ergänzt man den Feuer-Punkt (*yíng*) MP2.

Distal von MP3 und MP2 liegt am Interphalangealgelenk der Grosszehe zwischen rotem und weissem Fleisch der Master Tung Punkt «Seeleopard» *Hǎi Bào* 海豹 (66.01). Er wirkt gegen Feuchte-Hitze Pathologien der Geschlechtsorgane.

Als Ergänzung zu den «Oberen 3 Feuer» auf 3E gibt es am Fussinnenrand ein Trio von 3 klassischen Punkten, das Master Tung als «Untere 3 Feuer» *xià sān huǒ* 下三火 (66.10/11/12) bezeichnet: Es handelt sich um die Kette MP3, MP4 und Ni2 (Feuer *yíng*). Die Ausleitung von Feuer aus der Niere unterstützt das Kühlen von Blut-Hitze.

Der Reigen der Mitte bietet also eine Vielzahl an Punkte-Möglichkeiten, von denen durchaus nicht alle gleichzeitig in einer Sitzung genadelt werden. Vielmehr trifft man eine Auswahl entsprechend dem individuellen Patienten mit seiner Diagnose und Konstitution.

Neben dem «Mitte-Reigen» bietet die Balance-Acupunktur eine weitere Akupunktur-Formel, die prädestiniert ist für die Behandlung dermatologischer Themen: den Reigen *JueYin-YangMing*. Wie sein Name berichtet, vereinen sich hier die Leitbahnen *Pc-Le* mit *Di-Ma*. Damit kommen die beiden klassischen Ursprungsquellen für Hautbeschwerden zusammen: Die Ebene des Blutes *JueYin* und der Verdauungs- trakt *YangMing*. Interessanterweise zählt diese Balance-Formel zu einer Gruppe von

Reigen, wo ein sogenannter «verborgener Partner» im Hintergrund miteingebunden ist. Es handelt sich um die Lunge, die alles Geschehen an der Hautoberfläche regiert. Eingeflochten ist sie insofern, als dass sowohl *Di* (ZàngFǔ, Balance-System Nr. 3), *Le* (Organuhr-Nachbarin, Balance-System Nr. 5) wie auch *Ma* (Balance-System Nr. 7) in enger Kommunikation mit ihr stehen.

Der Reigen *JueYin-YangMing* steht in Resonanz zum Feld 3 des *Luòshū* mit seinem Triogramm Donner ☰. Letzteres steht für eine bewegende und Prozesse auslösende Kraft und symbolisiert hier das Ausbrechen der Hauterscheinungen wie bei Herpes. Überdies werden auch die einschießenden neurologischen Schmerzen im Rahmen dieser Viruserkrankungen damit in Verbindung gebracht. Die Stauung lösende Kraft dieser Formel ist in der TCM von den «4 Toren» *Le3-Di4* bekannt (= *JueYin-YangMing*). Wenn letztere beide Punkte durchaus passend sein mögen, so eröffnen sich mit den Leitbahnen *Di* und *Le* einige weitere interessante Möglichkeiten.

4	9	2
<i>Pc – Di</i> X <i>Ma – Le</i>	5	7
8	1	6

Di11 (hé) ist effektiv zur Ausleitung von (Feuchter) Hitze aus der Haut. Ebenso ist die Einbindung von *Di2* (Wasser *yíng*) ratsam. An dieser Stelle sei auch darauf hingewiesen, dass die ganz distal gelegenen Brunnen-Punkte *jǐng* der verwendeten Meridiane gut geeignet sind, über Bluten-



lassen (Mikroaderlass) z.B. mittels Lanzette die Hitze über den Träger des Blutes auszuleiten. Speziell für den Di gilt, dass er über den Punkt Di7 (Spalte xi) eingesetzt werden kann, um gestauta Feuchte-Hitze über den Stuhl auszuscheiden.

Auf der Le ist die oben erwähnte Stelle Le3 als *shū*-Punkt (Erde) eine Möglichkeit, Feuchtigkeit aus der Blutebene *jueyin* zu klären. Als Ursprungspunkt *yuán* können hier allgemein Fülle-Pathologien des Blutes entlastet werden. Speziell im Falle eines Herpes genitalis ist die Arbeit mit der Le sehr bedeutsam, da ihr Gefässverlauf über die Geschlechtsorgane zieht und die Leber massgeblich für Pathologien des Unteren Erwärmers ist. Für die letztere Problematik denke man an Le4, der Feuchte Hitze aus dem Unterleib leitet. Zusätzlich kann man den Bezug des Leber-*luò*-Gefäßes (Le5) zu den Geschlechtsorganen für eine Sedierung nutzen.

Häufig äussert sich das Beschwerdebild der Herpes-Bläschen seitlich am Körper (z.B. am Kopf, Rumpf oder Bein). In diesem Fall wählt man einen Reigen, der anatomisch einen Bezug hat zu den Innen- und Aussenseiten des Körpers (im Unterschied zu Vorne & Hinten). Hier verlaufen die Leitbahnen PC-Le und 3E-Gallenblase (Gb), die über die Bezeichnung ihrer Schichten *jueyin-shaoyang* namensgebend für einen weiteren Reigen sind. Neben dem anatomischen Bezug ist eine weitere Besonderheit dieser Formel das gemeinsame Auftreten des *ZàngFù*-Paars Le-Gb. Insofern eignet sich dieser Reigen sehr gut bei Auslösern in Form von Frustration und Stress. Am Puls zeigt sich das typischerweise an einer saitenförmigen Spannung (*xián mài* 弦脉).

Auf der Gb-Leitbahn bieten sich der *xià hé*-Punkt Gb34 (Erde) und der *shū*-Punkt Gb41 an, um Feuchte Hitze auszuleiten. Letzterer ist ein Kardinalpunkt und aktiviert das Ausserordentliche Gefäß *daimai*, womit ein Bezug thematisch zum tiefen Speicher für Restpathogene und anatomisch in Form des Gürtelgefäßes zur Beckenregion hergestellt wird. Fülle-Zustände der Schicht *Shaoyang* können mit dem Ursprungs-Punkt *yuán* Gb40 entlastet werden. Im Falle von Augen-Beteiligungen des Herpes sei auf den *luò*-Punkt Gb37 verwiesen.

Neben diesen klassischen TCM-Punkten finden sich bei Master Tung noch zwei gut passende Punkte-Trios am Bein. Das Obere liegt auf einer Achse um den Zentralpunkt Gb31 «Markt des Windes». Genau für solche Wind-Beschwerden wie Juckreiz und Neuropathien sind die 3 Punkte «9 Meilen des Beines» *zú jiǔ lǐ* 足九里 (88.25./26./27) einzusetzen. Die flankierenden Punkte liegen jeweils 1,5cun ventral und dorsal um Gb31.

Die Anspielung auf die Zahl 9 im Namen verweist auf das Feld des Feuers im Magischen Quadrat Luoshū. Bei Herpes ist definitiv mit einem mehr oder weniger starken Anteil von Hitze-Pathologien zu rechnen!

Ein weiteres leicht zu lokalisierendes Trio an Punkten findet sich im Unterschenkel-Verlauf der Gb. Hier öffnen sich die «Äusseren 3 Tore» *wài sān guān* 外三關 (77.27). Sie ermöglichen in Anspielung auf historische Festungstore sowie den Punkt 3E5 «Äusseres Tor» *wài guān* 外關 das vor die Tür Setzen von Pathogenen aus dem Körper. Als Kette

genadelt klärt das Trio toxische Feuchte-Hitze aus den Schichten *shaoyang* und *yangming*. Der mittlere Punkt befindet sich am Vorderrand der Fibula zentral zwischen dem Wadenbeinköpfchen oben und dem Aussenknöchel unten. Zum Lokalisieren der beiden anderen Tore teilt man die beiden Strecken zwischen dem Zentralpunkt und den oben erwähnten anatomischen Landmarken wiederum in der Hälfte. Somit zeigen sich die Tore regelmässig verteilt am Gb-Meridian vor dem Wadenbein.

Neben den erwähnten 3 Reigen der Balance-Akupunktur gibt es noch weitere Kombinationen von Leitbahnen. Abseits der aufgezählten klassischen TCM-Punkte und Master Tung-Lokalisationen liegt die Eleganz des Balancierens in der Akupunktur darin, dass sich anatomische Regionen individuell und unabhängig von vordefinierten Punkten auf entfernte Stellen am Körper projizieren und dort nadeln lassen. Eine Beschreibung dieses Vorgehens würde jedoch den Rahmen dieses Artikels sprengen.



Webinar Highlight

Vagus 360°

Online-Update

Aktuelle Forschung,
klinische Anwendung
und interdisziplinäre Perspektiven

09.02. – 11.02.2026

JETZT ANMELDEN! [Alle Termine und Infos](#)

Hochkarätiges Referententeam

- Prof. Dr. Robert Schleip
- Dr. Ellen Fischer | Jill Miller
- Christopher-Marc Gordon
- Prof. Dr. Winfried Neuhuber
- Torsten Liem | Eric Franklin
- Stephen Porges PhD.

Weitere interessante Kursangebote auf: www.acumax-kurse.ch

SCAN MICH 

Wir sind gerne für Sie da! AcuMax Med AG
T +41 (0)56 511 76 00 • info@acumax.ch www.acumax.ch

Da es sich bei Herpes um eine Fülle-Pathologie in Form von Toxinen handelt, rekrutiert sich die Mehrzahl der vorgestellten Punkte aus einer ableitenden Richtung (*xièfǎ 寫法*). Man beachte immer den aktuellen Allgemeinzustand des Patienten und etwaige Leere-Zustände im Hintergrund, die solche Fülle-Pathologien manifestieren lassen. In Abhängigkeit davon mag nach dem Klären auch ein Tonisieren (*bǔfǎ 補法*) von Qi, Säften, Blut, Yin oder Yang wichtig sein.

Literatur:

- Antike Klassiker der Chinesischen Medizin, Paul Unschuld
- Practical Atlas of Tung's Acupuncture, Henry McCann & Hans-Georg Ross



Quelle:
Heilpraktikerschule Luzern

Autor: Dr. med. Robert Trnoska

Dr. med. Robert Trnoska hat Medizin studiert und in Graz promoviert. Parallel dazu hat er sich in TCM ausgebildet und verschiedene Formen asiatischer Akupunktur studiert, unter anderem in China und Taiwan. Dabei hat er sich eindringlich mit dem Nei Jing, Himmelstämmen und Erdenzweigen sowie dem Yi Jing auseinandergesetzt. Durch Lektüre und Austausch mit Lehrern wie Dr. Wei-Chieh Young, Dr. Richard Tan, Robert Doane und Prof. Ross hat er sich in die Balance-Akupunktur eingearbeitet. Robert Trnoska hat seine Erkenntnisse als Weiterbildung für AkupunkteurlInnen aufgearbeitet. Ein weiterer Forschungsschwerpunkt von Robert Trnoska ist die Phyto West-TCM. Dabei bewegt ihn die Frage: Wie lassen sich die Wirkungen schulmedizinischer Medikamente steigern – und gleichzeitig ihre Nebenwirkungen ausbalancieren? Antworten liefert ihm auch hier die TCM, angewandt auf unsere europäischen Kräuter. Seine Praxis für Allgemeinmedizin führt er in Tobelbad bei Graz. Er unterrichtet regelmässig Weiterbildungen an der Heilpraktikerschule Luzern und an TCM-Kongressen in Graz und Rothenburg ob der Tauber sowie an der Donau-Universität Krems.

<https://metatronos.at/>



**BOLLWERK
APOTHEKE**
SEIT 1920

Bollwerk 15 | 3011 Bern
T 031 318 27 21 | F 031 318 27 22
tcmlabor@bollwerkapotheke.ch
www.bollwerkapotheke.ch

EINZIGARTIG IN
DER SCHWEIZ

FREI VON
KONSERVIERUNGS-
STOFFEN

