



Im Interview zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin TCM: Sandra Kaufmann, TCM-Dozentin und Naturheilpraktikerin mit eidg. Diplom.

Ein komplexes Krankheitsbild mit Mustern, die von Mensch zu Mensch variieren



Martin Rutishauser

lic. phil., freischaffender Autor

Sandra Kaufmann, nach einem Herzinfarkt, was bietet da die TCM an Reha-Möglichkeiten?

Wenn PatientInnen zu uns in die TCM-Praxis kommen, sind sie meistens schon medikamentös eingestellt, mit Betablockern, ASS wie Aspirin 100, Statinen, ACE-Hemmern und Clopidogrel oder Prasugrel, bei schweren Infarkten auch mit Medikamenten zur Antikoagulantientherapie. Der TCM-Einsatz ist unterstützend möglich. Unter Berücksichtigung, dass die Medikamente oft eine Kontraindikation mit einigen chinesischen Arzneien darstellen.

D.h. Sie machen eine komplette TCM-Anamnese?

Ja, auf jeden Fall. So wird mit dem sogenannten «Lied der 10 Fragen» systematisch nach Symptomen, in TCM-Sprache Äste bzw. «Biao», und ihren Ursachen, Wurzeln bzw. «Ben» gefragt, um die dahintersteckenden Muster zu eruieren.

Den Begriff «Muster» hört man ja immer in der TCM.

Ja, das Erkennen von Mustern bildet das eigentliche Kernstück der TCM-Therapie. «Das Lied der 10 Fragen» deshalb, weil diese Fragen Struktur und Rhythmik geben wie eine Leier: Appetit, Durst, Urin, Stuhl, Schmerz, Schlaf, Schwitzen, Energie, Temperaturempfinden, Mens – und natürlich auch hören, riechen, tasten und sehen. In regelmässigen Abständen wird mit denselben Fragen geprüft, wie und ob sich die Muster verändern. Und daraufhin modifizieren wir die Therapie entsprechend. Bei Herzinfarkten treten bestimmte Muster meist kombiniert auf und verstärken sich gegenseitig, zum Beispiel sogenannte Fülle- und Mangel-Muster.

Auch wenn wir sie wohl nicht verstehen, kannst du die häufigsten Muster nennen? Die haben sicher bestimmte chinesische Namen?

Ja klar, die häufigsten Fülle-Muster sind Stagnationen von Qi und Blut. Auch Ansammlungen von Schleim und Feuchtigkeit. Die meisten Leere-Muster sind Qi- und Yang-Mangel.

Sandra Kaufmann

Sandra Kaufmann ist Naturheilpraktikerin mit eidg. Diplom in der Fachrichtung TCM Akupunktur mit Tuina und chinesischer Arzneitherapie. Sie unterrichtet an der Heilpraktikerschule Luzern, ihre Praxis führt sie in Hünenberg und sie arbeitet als TCM-Therapeutin in der Rehaklinik Adelheid, Unterägeri.

www.heilpraktikerschule.ch, www.tcm-kaufmann.ch, www.klinik-adelheid.ch

Foto: Heilpraktikerschule Luzern





Das hört sich interessant an, danke.

Wie ist es mit Vorbelastungen?

Auch in der TCM fragen wir nach familiären Belastungen sowie chronischen Krankheiten wie Diabetes mellitus. Dazu kommen Fragen nach Noxen, wie Nikotin- und Alkoholkonsum, und klar auch das Übliche wie Bluthochdruck, Bewegung, Gewicht, Ernährung und Stress. Auch andere auffällige emotionalen Zustände gehören ebenfalls dazu. Bei den Laborwerten sind vor allem die Vitamin-D-Werte sowie die LDL- und HDL-Quotienten wichtig.

D.h. die PatientInnen haben nicht das eine und einzige TCM-Muster? Es gibt keine Standardbehandlung?

Es spricht für sich selbst, dass es schlussendlich nicht das eine und einzige TCM-Muster gibt – es ist ein schweres und komplexes Krankheitsbild mit mehreren Mustern, die von Mensch zu Mensch variieren. Genau da liegt die Stärke der TCM-Reha-Therapie: all diese Daten zusammenzutragen in ein ganzheitliches, ausgewogenes Therapiekonzept, um PatientInnen dort abzuholen, wo Unterstützung gebraucht wird: mit der passenden Arzneimittel-Therapie, Akupunktur, Tuina, Diätetik und Qi-Gong.

Wie ist die Zusammenarbeit mit WestmedizinerInnen?

Trotz meiner Bemühungen am gleichen Strick zu ziehen, mache ich oft die Erfahrung, dass WestmedizinerInnen den positiven Einfluss der TCM erst

bemerken, wenn sie verwundert feststellen, dass sich z.B. der Cholesterinwert ganz plötzlich positiv verändert. Auch wenn die paar Extrakilo schwinden, der Blutzucker stabilere Werte zeigt, der Blutdruck sinkt und die PatientIn allgemein fitter und entspannter wirkt.

Bei Herz-Kreislauf-Leuten ist ja oft auch der Lebenswandel im Blick: Hektik, ev. Rauchen, eine No-Sports-Einstellung, falsche Fette und Öle. Was hilft TCM in Sachen Lifestyle?

Die Lifestyle-Modifikationen der TCM in Sachen Diätetik und die der Westmedizin sind eigentlich deckungsgleich. Da sehe ich in der TCM-Behandlung ebenfalls die Zusammenarbeit mit der Westmedizin.

Interessant. Was ist dann der Unterschied?

In der Westmed-Sprechstunde fehlt meist die Zeit, konkret darauf einzugehen. Hier übernimmt die TCM: Wir stellen Mahlzeiten- und Snack-Ideen zusammen. Solche, die gesündere Fette und Öle sowie gesunde, sättigende Eiweisse enthalten. Walnuss – chinesisch hu tao ren – ist ein gutes Beispiel: Ein kleiner Löffel Walnussöl und neun Walnüsse pro Tag können die Cholesterinwerte positiv beeinflussen – und es schmeckt sogar. Auch können wir mithilfe von Akupunktur dem Stressniveau die Spitze nehmen. Und mithilfe von QiGong den Bewegungsapparat in Schwung halten. Dazu dank einer passenden Arzneimittel-Rezeptur den Körper in seiner Regeneration unterstützen.

Neben Akupunktur hilft die Diätetik. Zum Beispiel sollen neun Walnüsse und ein kleiner Löffel Walnussöl pro Tag die Cholesterinwerte positiv beeinflussen. Foto: Pixabay





**Es soll ja einen Herz-Meridian geben.
Inwiefern hat er mit einem Herzinfarkt zu tun?
Kann man präventiv oder auch zur Reha auf
diesem Meridian Akupunkturpunkte nadeln?**

Präventiv sind sicher die bereits erwähnten Lifestyle-Modifikationen sowie die Risikofaktoren im Auge zu behalten, also:

- Noxen reduzieren oder möglichst weglassen (Nikotin, Alkohol u.ä.)
- Blutdruckhochdruck behandeln
- Chronische Krankheiten wie Diabetes mellitus, Blutzucker regelmässig kontrollieren lassen
- Sinnvolles Ernährungs-, Gewichts-, Stress-, Bewegungs- und Emotions-Management

Zum Herz-Meridian bei Herzinfarkt: Oft betone ich gegenüber PatientInnen, dass ich auf dem Herz-Meridian zwar akupunturiere, dass dieser Meridian aber nicht zwingend mit dem Organ Herz in Zusammenhang steht. Der Akupunkturpunkt Herz 7 zum Beispiel nährt das Herz und beruhigt den Geist. Das kann nach einem Herzinfarkt in der Reha-Phase durchaus Sinn machen, bei passendem Muster. Auch für weitere TCM-Muster, die sich nach einem Herzinfarkt zeigen, braucht es nicht unbedingt den Herz-Meridian. Beispielsweise kann man mit der «4-Tore»-Kombination Dickdarm 4 und Leber 3 die Emotionen der Leber befreien und die Qi-Stagnationen im ganzen Körper lösen. Und es gibt ja nicht das eine und einzige Muster – all das benötigt deshalb oft regelmässige Behandlungen über einen längeren Zeitraum.

**In der TCM gibt es ja besondere Diagnose-
Arten, die Pulsabtastung und die Zungen-
betrachtung. Inwiefern erkennen Sie bei der
Abtastung des Pulses, ob etwas mit dem Herz
nicht in Ordnung ist?**

Wenn Unregelmässigkeiten im Puls zu spüren sind, dies würde einem «dritten Herzschlag», also den Extrasystolen entsprechen. Ich greife dann zum Stethoskop und höre das Herz ab, um das zu verifizieren.

Und inwiefern bei der Betrachtung der Zunge?

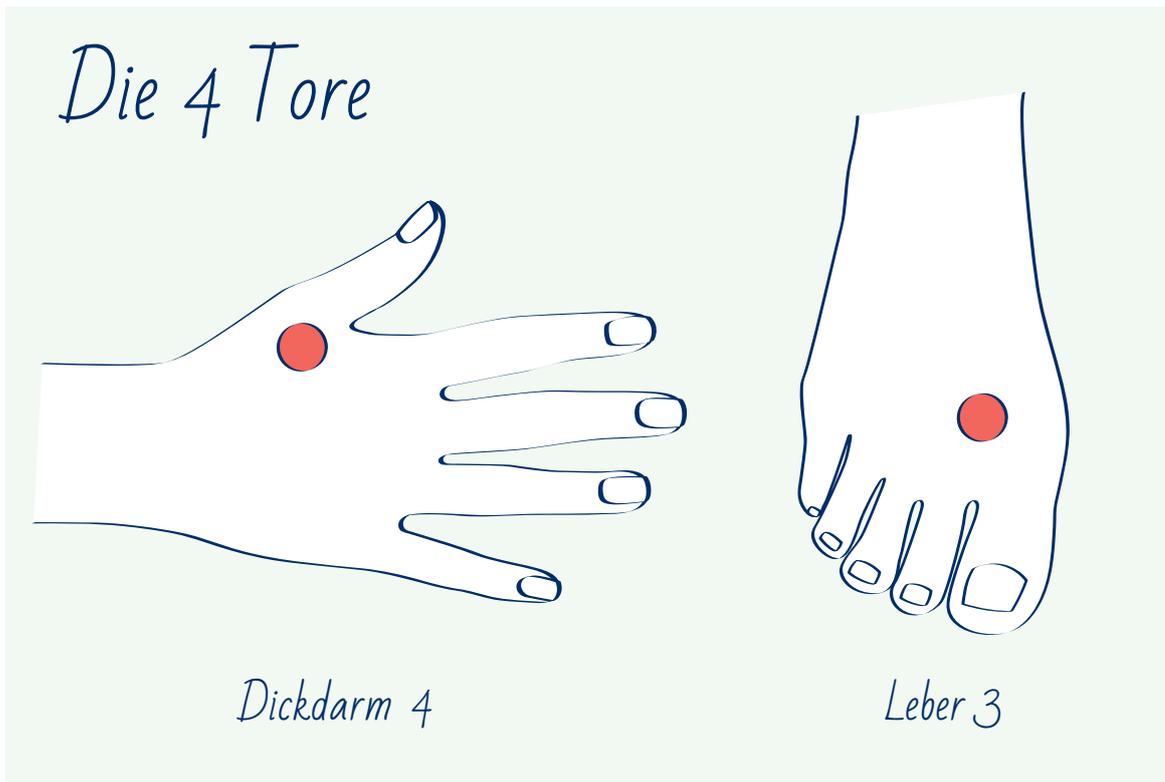
Bei der Zunge sind es vor allem Zeichen an der Unterzungenseite: Sind da Blutstase-Flecken oder -Punkte sichtbar? Interessant ist, dass sich nach einem Infarkt oft vor allem die Blutstase-Punkte mit gut eingestellten Medikamenten zurückbilden. Oder die Sublingualvene, deren Verästelungen bis an die Zungenspitze gehen können, ein Zeichen von Hitze in der TCM: Die Hitze des Feuers «entzündet» und beschleunigt die Prozesse im Körper. In der Westmed würde das zum Beispiel mit erhöhten Entzündungswerten diagnostiziert. Oder es könnte auch Hitze, in dem Fall Bluthochdruck sein, der vielleicht gar nicht bekannt oder medikamentös schlecht eingestellt ist. Ebenso kann die Sublingualvene erschlafft sein als Zeichen von Blutstase und Schleim, was auf Arteriosklerose deuten kann. Bevor nun alle ihre Unterzungen-Seite im Spiegel anschauen und in Panik ausbrechen – die Zeichen und Symptome der TCM mit Westmed-Begriffen zu definieren, ist manchmal irreführend. Bei verdächtigen Auffälligkeiten in Puls und Zunge würde ich die PatientIn bitten, sich bei einem zeitnahen Arzttermin auf «Herz und Nieren» prüfen zu lassen.



**ÜBER 9000 ÄRZTE
VERTRAUEN UNS**

Drucksachen, Hygienepapiere und
Bürobedarfs-Artikel für den Praxisalltag.

SCHMID MOGELSBERG AG • Sonnmattstrasse 1 • 9122 Mogelsberg
Tel. +41 71 375 60 80 • Fax +41 71 375 60 81 • info@schmid-mogelsberg.ch • www.schmid-mogelsberg.ch



Der Akupunktur-Punkt Dickdarm 4 hilft zum Beispiel bei Kopfschmerzen, und er wirkt beruhigend. Nicht drücken bei Schwangerschaft. Zusammen mit Leber 3 bilden sie die Punkt-Kombination «vier Tore». Grafik: Heilpraktikerschule Luzern

Wenn jemand das Herz rechts statt links hat, beeinflusst das die Akupunktur?

Da habe ich keine Erfahrung mit Akupunktur, auch wenn ich bei über 10000 PatientInnen zumindest statistisch sicher einen behandelt hätte. Ich habe auch nichts in der Literatur dazu gefunden. Also würde ich diese Frage mit Nein beantworten. Es hat keinen Einfluss auf die Akupunktur. Zudem: Das Herz steht in der TCM für einen viel umfassenderen Bereich: für das Blut, die Blutgefässe, die Farbe rot, den bitteren Geschmack, die Emotionen, die Freude, das Lachen, die Hitze und die Zunge – da ja einige das «Herz auf der Zunge» tragen, und die Zungenspitze. Das Herz ist der Kaiserpalast, der

Sitz des Herz-Kaisers und vieles mehr, was mit der Akupunktur behandelt wird, egal, ob es nun links oder rechts als muskuläres Hohlorgan angelegt ist. Und obwohl wir nur ein Herz in der Brust tragen, ist der Herzmeridian immer beidseits angelegt: auf beiden Armen links und rechts von der Achsel bis zum kleinen Finger.

Aus TCM-Sicht, was ist die Nummer-Eins-Empfehlung, um Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu vermeiden bzw. sich von einer zu erholen?

Beherrze die Lifestyle-Modifikationen der TCM. Schon in diesem Wort, beherrzigen, steckt das Herz.

Chinesische Medizin, eidgenössisch diplomiert

Die Traditionelle Chinesische Medizin TCM hat auch im Westen ihre AnhängerInnen – spätestens seit der Journalist James Reston am 26. Juli 1971 auf der Titelseite der New York Times von seiner Schmerztherapie nach einer Blinddarm-Operation in Peking berichtete: Akupunktur statt Medikamente, und sie nützte. Auch in der Schweiz ist die TCM beliebt. Es gibt eine Vielzahl von TherapeutInnen, seit 2015 sogar mit eidg. Diplom und entsprechenden Bundesbeiträgen für die Ausbildung. Eine TherapeutIn, sei es in Akupunktur, Arzneitherapie, Diätetik, der Bewegungstherapie QiGong oder der Massageform TuiNa, sowie alle Ausbildungen finden sich beim Schweizer Verband für TCM: www.tcm-fachverband.ch