



Auch in Naturheilkunde-Praxen geht es oft um Ohrenerkrankungen. Der eidg. diplomierte Naturheilpraktiker Philippe Marty sagt im Interview, wie die Traditionelle Chinesische Medizin da helfen kann.

Nässe auflösen, Feuchtigkeit transformieren



Martin Rutishauser

lic. phil., freischaffender Autor

Philippe Marty, in Ihrer TCM-Praxis: Welche Ohrenerkrankungen kommen am meisten vor?

Da unterscheidet sich zwischen den Generationen. Während Kinder eher an Mittelohrentzündungen leiden, sind es bei älteren Menschen mehr Probleme mit Tinnitus oder Gleichgewichtsstörungen.

Wie untersuchen Sie Ohrenerkrankungen gemäss TCM-Diagnostik?

In der TCM lernen wir eine klare Differenzialdiagnose. Das heisst, wir schauen, welche Funktionskreise an der Erkrankung beteiligt sind. Diese ermitteln wir beim ersten Besuch durch die Anamnese. Um es hier nicht allzu kompliziert zu machen, unterscheiden wir zum Beispiel die Ursachen nach Fülle oder Mangel, Hitze oder Kälte und am Schluss Innen oder Aussen.

Was macht die TCM-Behandlung bei Ohrenerkrankungen besonders? Spielen da Akupunktur, Kräuter, Ernährung eine Rolle?

Ich denke, es ist das Erkennen der Ursache der Erkrankung. Ist zum Beispiel ein Kind zu viel Süssigkeiten, unterstützt das das Ansammeln von Feuchtigkeit und somit das Auftreten einer Mit-

telohrentzündung. Die Therapie ist da aber ein Einfaches. Danach wählt man die entsprechenden Therapieformen wie eben Akupunktur oder Kräutertherapie.

Und wie sieht so eine Akupunktur oder Kräutertherapie konkret aus?

Nehmen wir das Beispiel von der kindlichen Mittelohrentzündung, die durch zu viel Feuchtigkeit entstanden ist. Dann wählen wir Arzneimittel, die die Milz stärken und entfeuchten. Ein klassisches Paar ist Fu Ling und Bai Zhu. Das gleiche machen wir mit der Akupunktur, über die Punkte Milz 3 zum Stärken und Milz 9, um Feuchtigkeit auszuleiten.

Können Sie die Arzneimittel etwas ausführen?

Ja, sicher. Fu ling ist der chinesische Name für den Kokospilz, auch Kiefernschwamm genannt. Er wird abgekocht zu einem Dekokt. Fu ling hilft, Feuchtigkeit umzuwandeln und nach unten zu leiten, fördert also die Diurese. So wird er auch bei Ödemen, Störungen mit der Miktion und Diarrhoe verwendet. Ausserdem beruhigt er den Shen, den Geist.

Und Bai Zhu?

Das ist die Wurzel der Grossköpfigen Atractylodes. Auch sie wird zu einem Dekokt verarbeitet. Bai Zhu stärkt das Qi, das ist die Lebensenergie, und löst Nässe und Feuchtigkeit auf, das ist auch genau das, was wir da benötigen. Bai Zhu wird auch verwendet, um die Haut zu stabilisieren und spontanes Schwitzen zu reduzieren.

Philippe Marty

Philippe Marty ist Naturheilpraktiker mit eidg. Diplom in Akupunktur/Tuina und chinesischen Arzneimitteln, ausserdem Shiatsu- und TCM-Diätetik-Therapeut. Ebenfalls ist er TCM-Dozent an der Heilpraktikerschule Luzern.

Seine Praxis führt er in Luzern: www.tcm-marty.ch





Der Akupunktur-Punkt Milz 3 – Mi03, taibai, Grosses Weiss – liegt medial am Übergang von der Fusssohle zum Fussrücken. Mi03 wird oft gestochen, mit dem Ziel, sogenannte Feuchtigkeit und feuchte Hitze zu beseitigen. Er lässt sich gut finden: Gleich hinter dem Köpfchen des Os metatarsale I – da, wo es druckempfindlich ist und schmerzt, da hat man ihn.

zen zu stoppen. TCM-Arzneien, übrigens, bestehen meistens aus mehreren Arzneimitteln. Dies je nach individueller Diagnostik und Therapieplan.

Ihr Tipp bei einer Mittelohrentzündung?

Was kann ich selber tun? Was bei Tinnitus?

Selber würde ich nichts tun. Ab zur NaturheilpraktikerIn oder zur HausärztIn. Was ich hier sagen kann: Besteht die Mittelohrentzündung bei Kindern aufgrund pathogener Nässe, prüfst du erst einmal die Ernährung. Vor allem Milchprodukte, Weizen und Zucker sind hier treibende Faktoren.

Tinnitus?

Ein Trigger ist oft Stress. Kann man ihn reduzieren, ist oft schon viel gemacht. Es geht aber auch hier um das Erkennen der Ursache, was gerade in Bezug auf

Tinnitus zum Teil gar nicht so leicht ist. Am besten geht man so früh wie möglich zur NaturheilpraktikerIn bzw. zur HNO-ÄrztIn und wartet nicht zu lange.

Sie haben vorher Milch, Weizen und Zucker als mögliche Ursachen von Mittelohrentzündungen genannt. Zucker ist ja sowieso medizinisch bedenklich. Aber Milch und Weizen?

Alle diese drei Lebensmittel sind gemäss TCM stark befeuchtend. Nun leben wir ja bereits in einem recht feuchten Klima. Somit haben wir einerseits die Feuchtigkeit von aussen und nehmen zusätzlich noch diese stark befeuchtenden Lebensmittel zu uns. Das überlastet unsere Milz und kann zu unterschiedlichen Problemen führen. Mittelohrentzündungen gehören da zu den eher gut lösbaren Problemen.

Chinesische Medizin, TherapeutInnen finden

Die Traditionelle Chinesische Medizin TCM hat auch in Europa viele AnhängerInnen – in der Schweiz ist sie sehr beliebt. Seit 2015 gehören die Ausbildungen zur Höheren Berufsbildung mit eidg. Diplom und entsprechenden Bundesbeiträgen.

Der Schweizer Verband für TCM bietet eine TherapeutInnen-Suche sowie Informationen zu Ausbildungen:
www.tcm-fachverband.ch



Sie haben jetzt schon zweimal empfohlen, entweder zur NaturheilpraktikerIn oder zur ÄrztIn zu gehen. Ist nicht der Gang zur ÄrztIn der erste Schritt? Und wenn es da keine Hilfe gibt, geht man zur NaturheilpraktikerIn?

Gemäss dem Berufsbild NaturheilpraktikerIn sind TCM-TherapeutInnen mit eidg. Diplom AlternativmedizinerInnen. Sie sind eine Alternative zu MedizinerInnen. Dieses Berufsbild sieht uns ebenso als Erstanlaufstelle für PatientInnen. Also wie eine HausärztIn. Sind die Krankheiten eher akut und schwerwiegend, empfehle ich den Gang zur ÄrztIn. Bei chronischen Erkrankungen aber bietet die Naturheilpraktik sehr gute Lösungen und Linderungen für Krankheiten verschiedenster medizinischer Bereiche an.

Wie arbeiten Sie mit HNO-ÄrztInnen zusammen?

Gibt es Probleme, die ich selber nicht handhaben kann, leite ich die PatientInnen weiter an eine HNO-ÄrztIn. Doch meistens ist der Weg in die Gegenrichtung. PatientInnen und MedizinerInnen kommen nicht weiter, und so suchen die PatientInnen Hilfe bei der NaturheilpraktikerIn.

Welche Ohr-Pflege-Routine empfehlen Sie gemäss TCM?

Ich selber säubere sie äusserlich immer wieder. Innerlich brauche ich ein Wattestäbchen. Diese werden jedoch immer wieder in Zusammenhang mit Ohrverletzungen gebracht. Wenn das Wattestäbchen zu tief in den Gehörgang eingeführt wird, kann es das Trommelfell verletzen bzw. perforieren. Neben Schmerzen kann es dann auch zu Tinnitus oder sogar zu einem langfristigen Hörverlust kommen.

Gibt es nicht auch eine Reinigungsmethode ohne Stäbchen?

Eine sanfte Spülung mit warmem Wasser kann helfen, überschüssiges Ohrenschmalz zu lösen und zu entfernen. Hier sollten wir auf die Wassertemperatur achten, es sollte nicht zu heiss oder zu kalt sein.



Der Akupunktur-Punkt Milz 9 – Mi09, yinlingquan, Quelle unter dem yin-Hügel – liegt bei gebeugtem Knie in der Vertiefung distal des Condylus medialis tibiae am Übergang zum Tibiaschaft. Mi09 zu stechen hat das Ziel, Milz und Wasserwege zu regulieren, Feuchtigkeit zu transformieren und den sogenannten unteren Erwärmer zu unterstützen. Auch dieser Punkt ist oft druckempfindlich und schmerzt etwas.