



1

Die Behandlung von Gelenkerkrankungen

Klassische Chinesische Medizin

Unterschied von westlicher und chinesischer Medizin

- **Schulmedizin:** kausal-analytischer Medizinansatz – Mensch wird durch seine strukturelle Manifestation beschrieben – alle Funktionen und Prozesse werden kausal von der Struktur abgeleitet

Krankheit: quantifizierbare Abweichung vom strukturellen Modell, in kausaler Beziehung zum Symptom

- **Chinesische Medizin:** konditionaler Medizinansatz – Mensch wird als Prozess, durch das individuelle Bedingungsgefüge beschrieben – Prozesse und Strukturen befinden sich auf derselben Bedeutungsebene

Krankheit: subjektive Unzufriedenheit mit dem individuellen Lebensprozess (Krankheit ist eine Prozess-**Stagnation**, hinsichtlich der Anpassung an die sich verändernde Realität)

Alle menschlichen Prozesse sind Schnittstellen zum Austausch (Trennung/Verbindung) mit der Umwelt, die sich dann je nach Stabilität manifestieren

- Hitze und Kälte
- Appetite, Durst
- Verdauung
- Stuhl, Urin
- Schlafen, Wachsein
- Atmen
- Vitalität
- Schwitzen
- Palpitationen
- Riechen
- Sexualität
- Hören
- Sehen
- Schmerzen
- Mobilität
- Haut, Zähne
- Tastsinn
- Menstruation
- Fruchtbarkeit
- Emotionalität/ Mentalität
- Balance, Sensitivität
- Stabilität, Flexibilität

Was ist eine Erkrankung aus Sicht der Klassischen Chinesischen Medizin (KCM)?

Die Stagnation des Anpassungsprozesses von Mensch zur Umwelt

(der prinzipielle Konflikt ist keine „Erkrankung“, sondern erst die Stagnation darin)

Diese Anpassungsmechanismen unterliegen 4 Bedingungsgruppen:

1. Umgebungsfaktoren
2. Lebensweise
3. Emotionen
4. Konstitution und Vitalität

Die Wechselwirkungen des Menschen mit den 4 Bedingungsgruppen ergeben 3 wesentliche Mechanismen der Pathogenese

- Die Beziehungen des Menschen zur Umwelt auf Jing Ebene (Trennungs-/Verbindungskonstellation), Wasser
- Die Kultivierung dieser Konstellation auf Xue- Ebene (Werden/Vergehen), Holz, Metall
- Das individuelle Verhältnis von Vitalität und pathogenen Faktoren als Resultat (Beziehung des Menschen zur Umwelt auf Qi- Ebene), Erde

Disharmonische Stagnationen werden als „Liu Yu“ hinsichtlich ihre **Prozess**-Qualitäten klassifiziert nach:

1. Ebene des Prozesses
2. Wesen des Prozesses
3. Natur des Prozesses

➤ **Qi yu (Ebene)**

- Wei Qi level
- Shao Level
- Zheng Qi Level

➤ **Xue yu (Ebene)**

- Yang Xue
- Xue Xue
- Jing Xue

➤ **Jing yu (Ebene)**

- Yang Jing
- Xue Jing
- Jing Jing

➤ **Shi yu (Wesen)**

➤ **Tan yu (Wesen)**

➤ **Han yu (Natur) / Re yu**

➤ **Nahrungsstagnation**

- Es kann sich immer sekundär eine Re yu ausbilden

Disharmonische Stagnationen werden als „Liu Xie“ hinsichtlich ihrer **klinischen Manifestation** klassifiziert nach:

- **Fülle (shi) und Leere (xu)**
- Feng (Wind)
- Re (Hitze)
- Han (Kälte)
- Shi (Nässe)
- Zao (Trockenheit)
- Tan (Schleim)
- Shu (Sommerhitze)

Was ist das Ziel einer Diagnose in der Chinesischen Medizin?

1. Welche Disharmonischen Prozesse laufen ab?
(Prioritäten, Ebenen, Natur, Wesen, Richtungen, Manifestation)
2. Welche relevanten Bedingungen ermöglichen diese Prozesse?
(welche Beziehungen sind stagniert)
3. Diagnose- Methoden: Befragung, Betrachtung, Betasten, Hören und Riechen
4. Die Beurteilung ergibt sich aus den Wechselwirkungen der 4 Bedingungsgruppen und der Prozess-Stabilitäten (kein Vergleich mit definierten Normen)
Konditionale Diagnose!

Vorgehen bei der Diagnose:

1. Patient/ Klient anlegen (Daten, etc.)
2. Hauptanliegen des Patienten (Fragen, Betrachten, Hören, Riechen)
3. Nebenanliegen und aufgedeckte Probleme
4. Relevante Krankheitsgeschichte und Hintergründe
5. Begründete Befragung zu Zeichen und Symptomen
(dabei Gesichtsdiagnose)
 1. Zunge
 2. Puls
 3. Auswertung von Ernährungsprotokoll, etc.

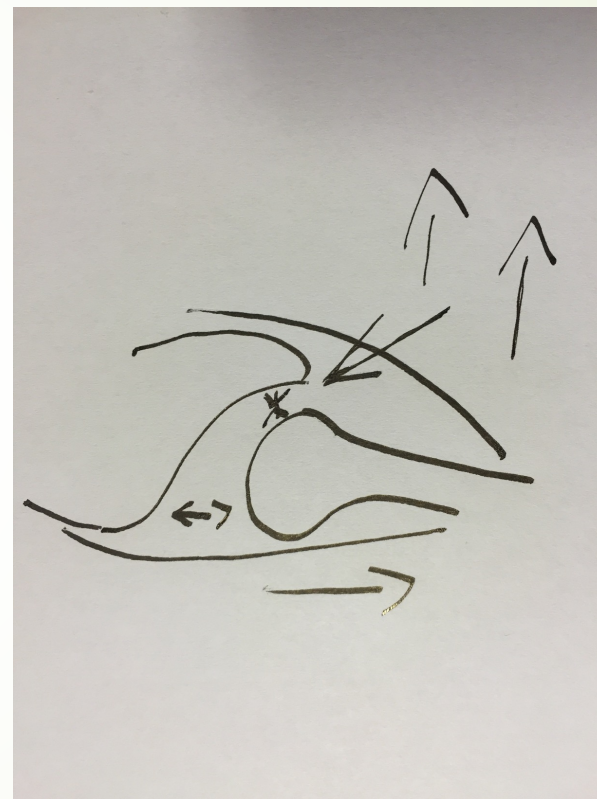
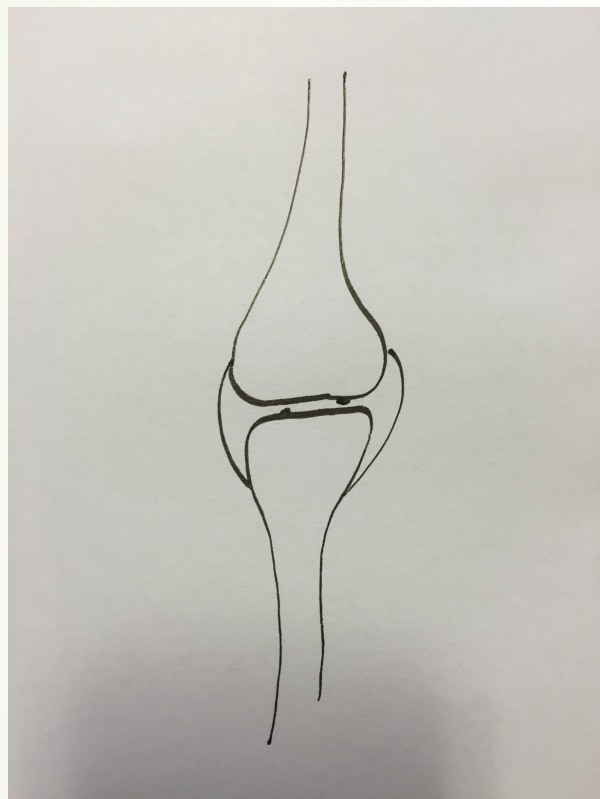
Verarbeitung der Diagnose

1. Prozesse und Bedingungen ergeben das **Disharmonie-Muster**
2. Aus dem Muster ergibt sich die **Behandlungsstrategie**
(Behandlungsstrategien verknüpfen Ben und Biao und sind geordnet nach Prioritäten) z.B. Zi Yin An Shen
3. Die Strategie wird mit **Methoden** umgesetzt und mit Diagnosen überprüft und angepasst

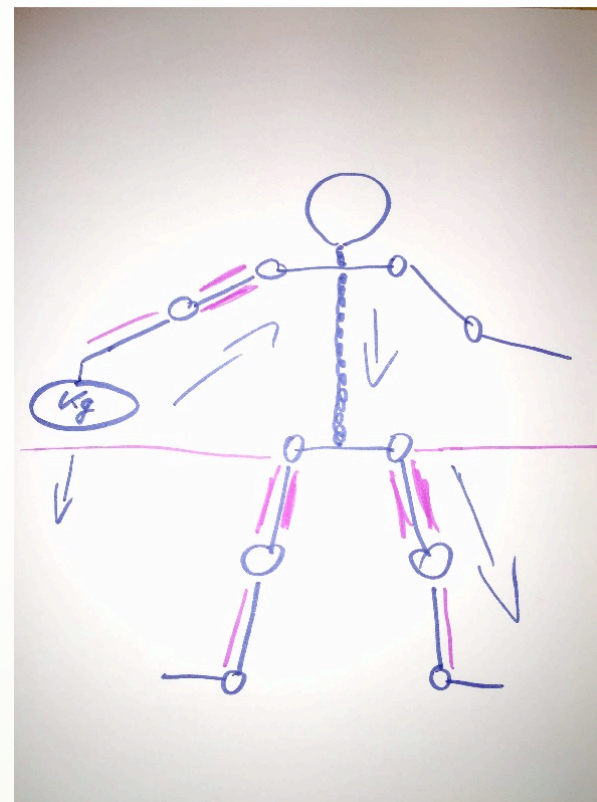
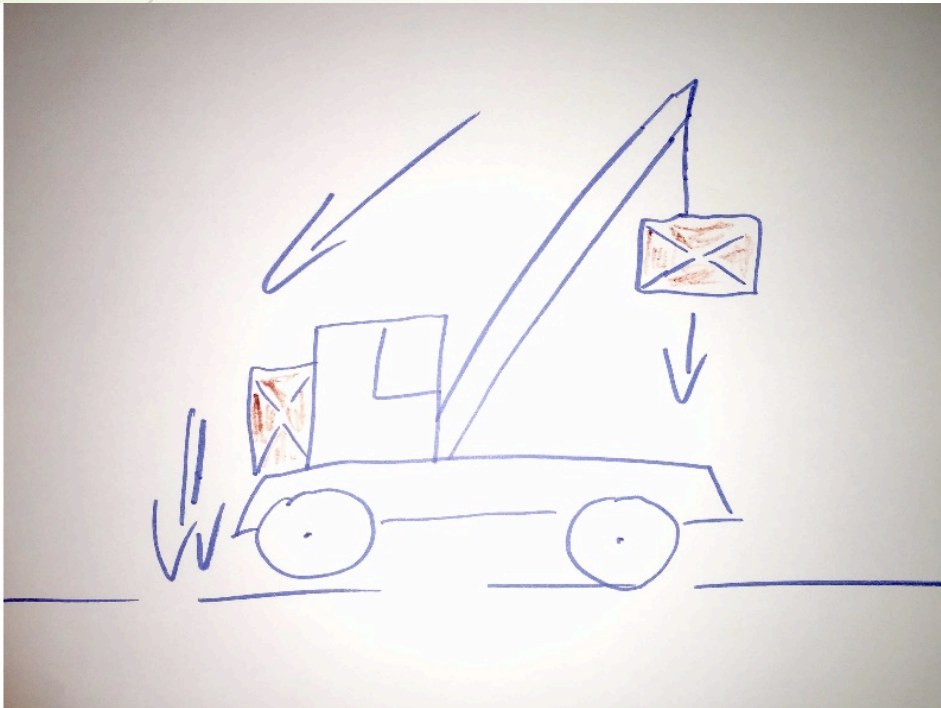
Wichtige Faktoren für die Entstehung von Gelenksschmerz

- Schwache „Wurzel“
- Zu hoher Schwerpunkt
- Zu wenig Anbindung an externes Yang oder Yin
- Schlafmangel
- Überlastung
- Konstitution
- Einseitige Belastung
- Zu hohe Grundspannung
- Bewegungsfehler
- Emotionale Stagnation
- Falsche Ernährung
- Zu tiefe Grundspannung

Die Besonderheit eines Gelenkes



Steigende und sinkende Kräfte



Bi-Syndrom der Chinesischen Medizin

- Feng Bi (wandert)
- Shi Bi (fixierter Schmerz)
- Tan Bi (fixiert, chronisch, Knochen Bi)
- Han Bi (sehr intensiv, stechend, kalt)
- Re Bi (Re yu durch Feng-, Shi-, oder Han Bi, warm)
 - Jing/Xue/Qi yu
 - Wu Xing xu

Chinesisches Leitsymptom: Gelenksschmerz (Bi-Syndrom – fixiert, wandernd, schmerzhaft)

- Schmerz ohne Belastung
- Schmerz bei Belastung
- Schmerz bei eigener Bewegung
- Schmerz bei passiver Bewegung
- Bewegungseinschränkung
- Gelenksverformung
- Gelenksschwellung
- Verfärbung des Gelenks
- Hitze/Kälte des Gelenks
- Art des Schmerzes
- Morgens/Abends
- Wettereinfluss
- Nahrungseinfluss
- Vitalitätseinfluss

Methoden der Chinesischen Medizin

- Kräutieranwendungen (innerlich und äußerlich)
- Tuina-Massage
- Qigong
- Akupunktur, Moxibustion
- Diätetik
- Regulation der Lebensweise
- Emotionale Regulation
- Regulation der Lebensumgebung

Behandlung von chronischem Gelenksschmerz

1. Chinesische Musterdiagnose
2. Bewegungstests- und Analyse
3. Regulation der Nahrung
4. Entwicklung eines Übungsprogramms
5. Beginn der Positionskorrektur mit Tuina
6. Kräuterformel nach Muster
7. Gegebenenfalls Akupunktur
8. Stabilisierung der optimierten Gelenkposition mit Übungen

Mögliche unterstützende Übungen

- Himmel/Erde-Streckung
- Propellerdrehung
- Diagonale Streckung
- Pfeil- und Bogenübung
- Knierotation
- Stehende Meditation
- Schulterübung mit Wand
- Isometrische Knieübung

Qigong: Bewegung, Atmung, Wahrnehmung

bewegte und unbewegte Übungen

Gleichzeitigkeit von Geschmeidigkeit und Stabilität

- Löst Stagnationen
- Korrigiert Knochenabstände im Gelenk (Kombination mit Tuina)
- Macht Bänder, Sehnen, Muskeln geschmeidig
- Kräftigt Muskeln, Bänder, Sehnen, Knochen
- Fördert die Nahrung (Regeneration von Muskeln, Bändern, Sehnen, Knochen)
- Korrigiert die Körpermechanik und Statik
- Verbindet Muskelgruppen und integriert geschwächte Bereiche
- Verbessert Stoffwechsel

Basis-Muster bei chronischem Gelenksschmerz 1

- **Wasser Yang xu:** blasse Zunge mit weißem Belag, chen mai, xi mai, xu mai (You Gui Wan, Jin Gui Shen Qi Wan)
- **Erde Yang/Qi xu:** Zahnabdrücke, etwas dunkler Zungenkörper, chen mai, xu mai (Bu Zhong Yi Qi Tang, Fang Ji Huang Qi Tang, San Bi Tang)
- **Feuer Yang xu:** Lustlosigkeit, schlaffe Zunge, chen mai, xu mai (Huang Qi Wu Wu Tang, Gui Pi Tang)
- **Yin xu:** rote Zunge, belaglos, xi mai, shu mai (Zuo Gui Wan, Hu Qian Wan/ Jian Bu Wan)
- **Xue yu:** normale, dunkle oder lila Zunge, chen mai, xian mai, se mai, (Shen Tong Zhu Yu Tang, Di Long Tang, Huo Luo Xiao Ling Dan, Shu Jing Huo Xue Tang, Shu Jin Li An San, Shang Zhong Xia Tong Yong Feng Wan)

Basis-Muster bei chronischem Gelenksschmerz 2

- **Fang/Han/Shi:** blasser Zungenkörper, schmieriger weißer Belag, hua mai, xian mai (Du Huo Ji Sheng Tang, Juan Bi Tang/Yang Shi Jia Zang Fang, Gui Zhi Shao Yao Zhi Mu Tang)
- **Shi/Re yu:** normale oder rote Zunge, schleimiger, gelber Belag, hua mai, shu mai (Si Miao San, Jia Wei Xuan Bi Tang, Clear Channels, Dang Gui Nian Tong Tang)
- **Jing xu:** dünne Zunge mit reduziertem Belag, chen mai, xi mai (Gui Lu Er Xian Jiao)
- **Holz Qi yu:** blasse Zunge, xian mai (Xiao Yao San)

Thammavong Schule Andreas Kühne

- www.daocademy.de
- www.thammavong.de

Links zu Qigong- Übungen:

- https://youtu.be/_soJMiXHbUQ
- <https://youtu.be/khAckKX0HSc>

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!