



TCM

Seit Ende des zweiten Weltkriegs und verstärkt seit der Öffnung Chinas um 1970 beginnen einige Methoden aus dem reichen Fundus der traditionellen Medizin Chinas im Westen Fuß zu fassen. Die fünf wichtigsten sind:

- **Akupunktur** und **Moxibustion** (Erwärmung durch Abbrennen von Moxakraut): bringt, wie es heißt, stockende Flüsse von „Qi“ (Energie) und „Xue“ (Blut) wieder in Gang; hilft nicht nur bei Schmerzen, sondern auch z.B. im Asthma-Anfall oder bei Heuschnupfen. Grundlage ist die Lehre von den Energiebahnen („Meridianen“).
- **Tuina-Massage**: manuelle Arbeit, die sich an den Meridianen orientiert; zielt auf Durchlässigkeit und bessere Vitalspannung in gestörten Körperzonen.
- **Qi Gong**: eine Art meditative Gymnastik; Übungsweg, um Dinge ins Fließen und in die Balance zu bringen.
- **Diätetik**: In der traditionellen Literatur sind die gängigen Lebensmittel in ihren Wirkungen auf den Organismus beschrieben. Sie lassen sich nach dem Vorbild von Arzneien zur Vorbeugung und Behandlung bestimmter Krankheiten einsetzen.
- **Phytotherapie**: Die chinesische Arzneitherapie (Phytotherapie) ist in jeder Beziehung die bedeutendste dieser Methoden.

Was ist Chinesische Arzneitherapie?

Die Arzneitherapie („Phytotherapie“) besteht in der Verordnung von Rezepturen aus Stoffen überwiegend pflanzlicher, seltener mineralischer oder tierischer Herkunft. Teile von Tieren, die vom Aussterben bedroht sind, werden in der seriösen TCM nicht verwendet. Die häufigste Zubereitungsform der chinesischen Arzneien ist die Abkochung, das Dekokt. In den chinesischen Arzneibüchern werden einige tausend Mittel beschrieben. Diese zum Teil recht umfangreichen pharmakologischen Darstellungen verwenden freilich Begriffe und Anschauungen der traditionellen chinesischen Krankheitslehre, die einem Schulmediziner nicht geläufig sind. Wer also chinesische Arzneirezepturen verordnen will, muss zuvor eine Art Zweitstudium absolvieren, dessen Curriculum wesentlich umfangreicher ist als das der gängigen Ausbildungsgänge für Akupunktur. Er muss lernen, in Gegensätzen von Yin und Yang zu denken, muss verstehen, was die Funktionskreise „Leber“ oder „Milz“ besagen, und muss mit dem Gedanken der Krankheitsfaktoren wie „Wind“ oder „Kälte“ etwas anfangen können, um nur einige Beispiele zu nennen. Schließlich soll er die diagnostischen Verfahren der TCM beherrschen und in der Lage sein, individuelle Gesundungsprozesse einzuleiten und arzneitherapeutisch zu begleiten. Dass der Phytotherapeut seine Mittel kennt, mitsamt ihren Gegenanzeigen, braucht hier nicht eigens betont zu werden. Ohne die skizzierten Kenntnisse stochert der Therapeut im Nebel herum, der therapeutische Nutzen seiner Verordnungen ist unsicher, Gefährdungen des Patienten sind nicht ausgeschlossen.

Bemerkungen zur Geschichte der chinesischen Phytotherapie

Eine wirkliche Kenntnis der traditionellen Arzneitherapie Chinas, die über ein rein kulturhistorisches Interesse hinausgeht, besitzt der Westen erst seit höchstens dreißig Jahren. Dies ist erstaunlich, wenn man bedenkt, dass es sich hier um das wohl ausgereifteste phytotherapeutische System handelt, das die Menschheit hervorgebracht hat. Aber die Geschichte der Aufnahme chinesischer Kulturgüter im Westen ist ein eigenes Kapitel.

Die chinesische Phytotherapie verdankt ihre beispiellose Reife nicht zuletzt der Tatsache, dass sie sich über einen langen Zeitraum kontinuierlich entwickeln konnte. Das war bei der europäischen Medizin nicht der Fall. Sie erfuhr in den letzten zweieinhalbtausend Jahren eine Reihe von Paradigmenwechseln, bei denen das bis dato angesammelte medizinische Wissen mehr oder weniger dem Vergessen anheim gegeben wurde. Vor allem die Moderne mit ihrem Fortschrittsdenken hat ganze Traditionen von sich abgestoßen. Die Wissenschaftsentwicklung in China dagegen folgte dem Prinzip des Sowohl-als-auch: Neue medizinische Ideen und Systeme wurden dem Alten einfach an die Seite gestellt. Das Alte wird nicht abgeschafft; im Gegenteil berufen sich die Neuerer oft genug auf klassische Autoren, um ihre eigenen, umstürzlerischen Ideen zu rechtfertigen. Undenkbar bei uns. Kein moderner Schulmediziner bezieht sich ernsthaft auf Hippokrates, Galenus, Avicenna oder Paracelsus.

Der tolerante Umgang der chinesischen Kultur mit dem Erfahrungsgut älterer Generationen (der dem erfahrungswissenschaftlichen Grundcharakter der Medizin sehr entgegenkommt) hat in der Phytotherapie über die Jahrtausende ein wahres Schatzhaus von Beobachtungen, Erkenntnissen und therapeutischen Schulen entstehen lassen, aus dem jede Zeit und jede Kultur sich nehmen kann, was sie braucht.

Symptomatische Therapie oder Behandlung der Krankheitswurzeln?

Der Pluralismus der Schulen und Meinungen, der in den Krankheitslehren der chinesischen Arzneitherapie zum Ausdruck kommt, erlaubt es zum Beispiel, chinesische Arzneirezepturen zur rein symptomatischen Behandlung einzusetzen. Dies ist manchmal nützlich, wenn es etwa darum geht, eine akute Gebärmutterblutung zu stoppen oder ein gefährliches Fieber zu senken. In der Regel wird man aber bei akutmedizinischen Indikationen auf die Mittel der Schulmedizin zurückgreifen, die auf diesem Gebiet ihre Stärke hat. Allerdings eine Stärke mit einem Pferdefuß. Verführt sie doch dazu, chronische Krankheiten durch die ständig wiederholte Gabe von Akutmedikamenten zu behandeln – mit den bekannten Folgen. Diese Vorgehensweise ist der chinesischen Phytotherapie fremd. Ihr Ziel ist Problemlösung. Es geht ihr also nicht um die „Einstellung“ des Patienten auf eine Dauermedikation, sondern um Beendigung oder Umkehr des Chronifizierungs-Prozesses, im Idealfall um Heilung. Der alte Konflikt zwischen einem „rein symptomatischen“ und einem „kausalen“ Therapie-Ansatz wird in China seit zweitausend Jahren erörtert: Die „Spitze“ der Krankheit, also die Symptome, werden nur dann zuerst behandelt, wenn sie gefährlich oder sehr quälend sind, andernfalls hat die Behandlung der „Krankheitswurzeln“ Vorrang.

Der Ansatz der DECA – Krankheit als Konflikt

(DECA = Gesellschaft für die Dokumentation von Erfahrungsmaterial der Chinesischen Arzneitherapie)

Mitglieder der DECA-Gruppe arbeiten seit mehr als 20 Jahren daran, die chinesische Phytotherapie unter den Bedingungen moderner Gesellschaften und heutiger Krankheiten in die Praxis

umzusetzen. Sie haben ihr Interesse besonders auf die Teile der chinesischen Überlieferung gerichtet, die sich mit dem Problem der chronischen Krankheiten beschäftigen. Bestimmte Traditionen innerhalb der chinesischen Medizin legen es nahe, chronische Krankheit auf eine Serie von nicht erfolgreichen Auseinandersetzungen des Körpers (und der Seele) mit definierten äußeren und inneren Störfaktoren zurückzuführen. Diagnostische Aufgabe des Arzneitherapeuten ist es zunächst, Spuren dieser Auseinandersetzungen in der Krankheitsvorgeschichte des Patienten ausfindig zu machen. Da werden wiederholte Mittelohrentzündungen in der Kindheit ebenso wichtig wie Zeiten unerklärlicher Müdigkeit oder nicht bewältigte Trennungen. – In der ersten Phase der Behandlung geht es häufig darum, die an das schlechte innere Milieu adaptierten, eingeschlafenen Ausscheidungsfunktionen neu zu aktivieren. Hier spielt der Darm eine Schlüsselrolle. Die Klärungs- und Ausscheidungsprozesse benötigen Tage, Wochen oder manchmal auch Monate, bis die Binnenräume des Körpers hinreichend entlastet sind. Dann leben – mal spontan, mal durch Arzneirezepturen angeregt – die zuvor in der Sackgasse der chronischen Erkrankung totgelaufenen immunologischen Auseinandersetzungen wieder auf und benötigen besonders aufmerksame Arzneibehandlung.

Dieser therapeutische Ansatz bewährt sich bei vielen chronischen Erkrankungen. Also bei Rheuma, Darmentzündungen, Neuralgien, Panik-Attacken, Periodenstörungen und vielen anderen Krankheiten.

Arzneitherapie als dialogischer Prozess

Therapie mit Methoden der chinesischen Therapie gelingt nur, wenn der Patient aktiv mitarbeitet und mit dem Arzt gesprächsweise klärt, was er unter der Einnahme der Arzneirezeptur an Veränderungen der Befindlichkeit und anderen Wirkungen an sich wahrnimmt.

Zunächst sind es häufig Ausleitungsvorgänge, die gezielt angeregt werden. Spürt der Patient, indem diese entlastenden Prozesse in Gang kommen, auch Erleichterung auf anderen Gebieten? Wird er ruhiger, wird er klarer? Bemerkt er eine Veränderung an seinen Schmerzen? Wird das Temperaturempfinden normalisiert? Häufig stellt sich gerade in der Anfangsphase der Therapie eine gesteigerte Traumaktivität ein. In den Träumen können Dinge, Vorgänge oder Begegnungen mit Personen auftauchen, die weit zurück liegen und längst vergessen waren. Wenn der Patient häufig gerade in der Anfangsphase der Therapie müde wird, ist dies – in der Regel – ein gutes Zeichen. Die Anregung der inneren Aufräumvorgänge bindet nämlich Vitalenergien. Kommt der therapeutische Prozess ins Stocken oder sind umgekehrt Fehlaktivierungen – wie Unruhe, starkes Schwitzen, allergieähnliche Überreaktionen der Schleimhäute – zu beobachten, dann ist es Zeit, die Rezeptur zu verändern.

Nebenwirkungen

Die Frage nach den Nebenwirkungen der chinesischen Arzneimittel ist nicht leicht zu beantworten. Sie entstammt der Sichtweise der westlichen Pharmakologie. Sie unterscheidet zwischen erwünschten und unerwünschten Wirkungen. Die eine steht außen auf der Tablettenpackung, z.B. „gegen Kopfschmerzen“, die andere auf der Packungsbeilage, etwa „kann zu Magenblutungen führen“. Diese Einteilung ist der TCM fremd. Die in der Materia Medica niedergelegten Wirkbilder der Pflanzen umfassen alle Wirkungen, die die chinesischen Ärzte im Verlaufe von vielen hundert Jahren zu den einzelnen Mitteln zusammengetragen haben. Ob die Veränderung, die ein Patient unter einer Pflanz Zubereitung erfährt, erwünscht oder unerwünscht ist, hängt von der diagnostischen Stimmigkeit der Verordnung ab. Wird beispielsweise die „kalte“ Scrophularia-Wurzel einem Patienten verabreicht, der an „innerer Kälte“ leidet, dann wird er mit Durchfall,

Übelkeit und anderen „Kältesymptomen“ reagieren. Die Frage der Nebenwirkungen ist also eine Frage der korrekten Diagnosestellung.

Nun gibt es zwei Situationen, bei denen in der Tat unangenehme und, zumindest aus Patientensicht, unerwünschte Reaktionen unter der Arzneitherapie auftreten können. Das eine sind Frühreaktionen zu Beginn der Einnahme eines neuen Dekoktes. Der Organismus muss sich an die therapeutischen Impulse anpassen, die von den Arzneien ausgehen, und reagiert mit leichtem Unwohlsein, ungewohnten Temperaturempfindungen und Ähnlichem. Diese Erscheinungen sollten in drei Tagen abgeklungen sein, andernfalls ist die Richtigkeit der Rezeptur in Frage zu stellen. Das andere sind Beschwerden, die durch die therapeutische Mobilisierung von Schlacken verursacht werden, wie Müdigkeit, Kopfschmerzen, Blähungen. Auch diese Beschwerden sind vorübergehender Natur und können als positives Zeichen der Arzneiwirkung gewertet werden.

Arzneimittel-Sicherheit

In Deutschland kommen ganz überwiegend getrocknete Pflanzen oder Pflanzenteile zur Anwendung, also Wurzeln, Blätter, Blüten, Knollen usw. Der Apotheker spricht von Rohdrogen. Diese Pflanzen werden in China angebaut, zerkleinert, wo nötig aufgearbeitet und getrocknet und schließlich dem europäischen Importeur überstellt. Nun ist zwar das Qualitätsbewusstsein der Chinesen, was ihre Heilpflanzen betrifft, sehr hoch, aber es gibt überall schwarze Schafe und natürlich auch die Möglichkeit von Verwechslungen. Die Qualität einer Rohdroge wird nach Kategorien beurteilt, von denen die drei wichtigsten hier genannt seien:

1. Identität – Ist das Medikament, das der Patient erhält, mit dem identisch, das auf der Verordnung steht?
2. Beimengungen – Hier geht es vor allem um Pestizide, Schwermetalle und Pilzgifte.
3. Arzneiliche Qualität – Sieht z.B. die Arzneiwurzel schlaff und krank aus oder strotzt sie vor Vitalität, stimmt die Farbe mit der Referenzdroge überein, lassen sich (in Einzelfällen) bestimmte Inhaltsstoffe nachweisen?

In den letzten Jahren haben einzelne Zwischenfälle bei der Anwendung von China-Arzneien einen ziemlichen Medienwirbel erregt. Auch wenn die Kritik an der chinesischen Arzneitherapie damals weit über das Ziel hinausgeschossen ist, hat sie doch das öffentliche Bewusstsein für die Qualitätsfrage geschärft und deutschlandweit die Pharmaziebehörden wachgerüttelt.

Inzwischen konnte sich folgendes Verfahren zur Qualitäts-Sicherung weitgehend durchsetzen: Die Arzneien sind apothekenpflichtig. Der Importeur lässt die Importware nach den oben genannten Kategorien engmaschig durch entsprechende Institute überprüfen und zertifizieren. Der Apotheker bezieht nur zertifizierte Ware. Die deutschen Pharmazie-Räte kontrollieren die Apotheken, die Importeure und sogar die Lieferanten in China. Wer also sein chinesisches Arzneirezept über eine Apotheke bezieht, kann sich darauf verlassen, Qualität zu erhalten.

Seit fünf Jahren wird von der Bayerischen Landesanstalt für Landwirtschaft ein Anbauversuch mit ausgewählten chinesischen Arzneipflanzen durchgeführt. Die ersten Ergebnisse sind vielversprechend, sodass wir in absehbarer Zeit damit rechnen können, qualitätskontrollierte China-Kräuter von deutschen Bauern zu beziehen.