

Vom Qi und der Energie

Qi ist die Energie oder Kraft, die den Körper des Menschen durchfließt. Die Vorstellung dieser komplexen und dynamischen Energieflüsse ist die Grundlage der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Ein gestörtes Gleichgewicht des Systems beeinträchtigt das Wohlbefinden oder kann sogar zu ernsthaften Erkrankungen führen.

Yin und Yang: Die Dynamik des Qi ist darauf ausgerichtet, Gegensätze (also Yin und Yang) auszugleichen. Yin und Yang (hell und dunkel; weiß und schwarz) treten stets gemeinsam auf, sind dauernd in Veränderung und dennoch immer im Gleichgewicht.

Akupunktur ist eine Tausende Jahre alte Behandlungsmethode, die nicht nur in China angewandt wird. Der Akupunkteur sticht feine, sehr dünne und spitze Nadeln in den Körper. Grundlage der Akupunktur sind die Meridiane, die in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) als Leitbahnen für das Qi gelten. Über Therapiepunkte – davon gibt es 365 am menschlichen Körper – lassen sich die Meridiane beeinflussen. Die Akupunktur steuert mit den Nadeln also Menge und Verteilung des Qi. Die TCM behandelt mit Akupunktur eine große Zahl von Beschwerden und Krankheiten. Besonders häufig wird die Methode bei Schmerzen eingesetzt, aber auch Verdauungsbeschwerden oder Allergien werden damit behandelt. In Deutschland wird Akupunktur derzeit nur bei der Behandlung von chronischen Rücken- und Kniebeschwerden von den Kassen bezahlt.

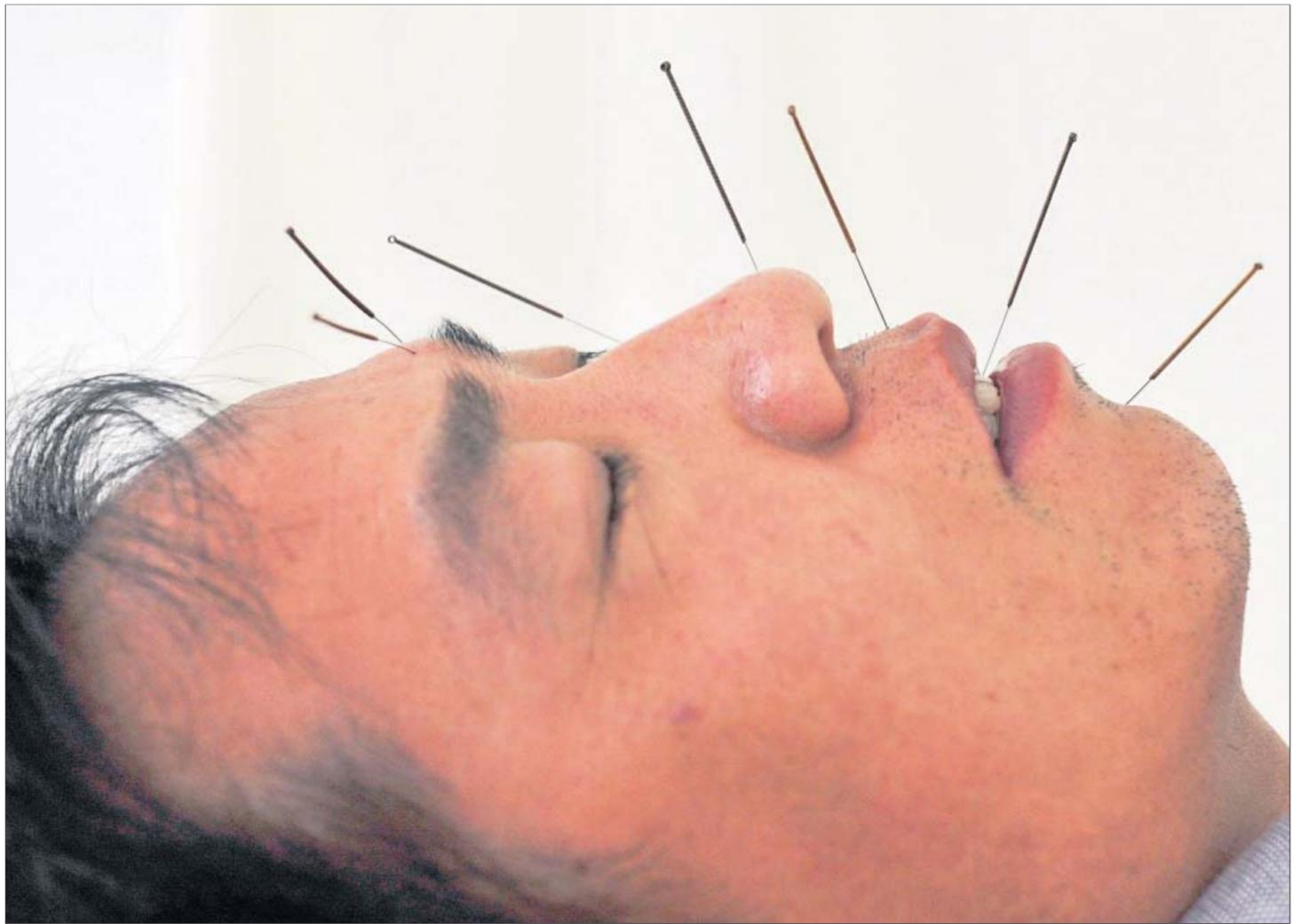
Tuina ist eine Massageform der TCM. Auch sie orientiert sich stark an den Meridianen und Akupunkturpunkten zur Beeinflussung des Qi. Haut, Muskeln, Sehnen, Bindegewebe und ganze Körperteile werden massiert, gelockert und gedehnt. Eine weitere Therapieform ist das Guasha. Dabei wird mit einem kleinen Plättchen die Haut gereizt, bis sie gerötet und gut durchblutet ist – wiederum entlang von Meridianen.

Kräuter sind Hauptbestandteil der meisten Arzneien der TCM. Die Kräuter werden häufig genau so oder ähnlich eingesetzt wie in alten europäischen Hausmitteln. Allerdings werden die Wirkstoffe oft mit Materialien tierischen Ursprungs oder mit Mineralien kombiniert.

Feng Shui gilt in der TCM als Mittel, das Qi zu beeinflussen. Übersetzt heißt Feng Shui Wind und Wasser. Man nimmt an, dass Energien Qi-Strömungen an einem Ort und Wechselwirkungen mit Menschen erzeugen. Gegenstände im Wohnraum, die Lage des Zimmers und des Hauses sollen diese Strömungen beeinflussen und können genutzt werden, um das Wohlbefinden zu steigern. Wissenschaftlich nachgewiesen ist die Wirkung von Feng Shui nicht.

Däten sind ein traditioneller und wichtiger Bestandteil von TCM-Therapien. Empfehlungen zur Ernährung richten sich nach Jahreszeiten und Beschwerden. Sie werden oft individuell zusammengestellt.

Tai Qi, das chinesische Schattenboxen, kultiviert harmonische Bewegungsabläufe und soll so das seelische Gleichgewicht fördern. Der Bewegungsapparat und das Herz-Kreislauf-System werden gestärkt. Beim verwandten Qi Gong ist die Bewegung eher zweitrangig. Im Mittelpunkt stehen eher meditative Übungen.



Nadeln im Kopf: Akupunktur ist die wohl bekannteste Form der Traditionellen Chinesischen Medizin hierzulande – und auch anerkannt von der Schulmedizin.

Foto: dpa

Körper und Seele im Einklang

Körper, Geist und Seele hängen zusammen – zumindest für die Traditionelle Chinesische Medizin. Dietmar G. Kummer aus Kulmbach hat in China studiert und wirkt als Botschafter der fernöstlichen Heilkunde.

Von Andrea Herdegen

Mit fränkischer Sturheit und einer gehörigen Portion Neugier hat Dietmar G. Kummer es geschafft, dass sich 1977 für ihn die Tore öffneten: Er wurde zu einem Studium der traditionellen Medizin in China zugelassen. „Mir war klar, dass es mehr geben muss als Ginseng und Akupunktur. Ich wollte diesen riesengroßen ural-



Ein Stück China mitten im fränkischen Kulmbach: Seit rund drei Jahrzehnten behandelt Dietmar G. Kummer seine Patienten mit traditionellen chinesischen Methoden.

Foto: Andrea Herdegen

ten Wissensschatz entdecken“, sagt er heute.

An den chinesischen Universitäten, mit denen der Kulmbacher Kontakt aufnahm, war man über das Interesse des Deutschen erstaunt. Zwei Jahre Beharrlichkeit waren notwendig, dann durfte er im Reich der Mitte mit dem Lernen beginnen. Er fing im Süden Chinas an, absolvierte das Hauptstudium in Tianjin und machte dort 1984 auch seinen Abschluss als Arzt für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM). Danach klapperte er mehrere chinesische Unis nach ihren Spezialgebieten ab, um schließlich an der Hochschule von Guangxi 1996 Chefarzt zu werden.

Heute ist der 63-Jährige Professor an der Universität Peking und ein wichtiger Botschafter für die TCM in Deutschland. Für Deutschland hat er eine Zulassung als Heilpraktiker. In seiner Praxis in Kulmbach behandelt er seit dreißig Jahren nach der Traditionellen Chinesischen Medizin. „Ich gehe auf jeden individuell ein, auf seine Konstitution, auf seine Lebensumstände. Schließlich muss ein Mensch, der in Sibirien erkrankt, anders behandelt werden

, als einer der in Sizilien krank wird.“ Er behandelt Patienten mit Schmerzen und Bewegungseinschränkungen. Aber auch bei Allergien, Atemwegserkrankungen, Magen-Darm-Störungen, Herz- und Kreislaufbeschwerden, urologischen und gynäkologischen Erkrankungen, Hautkrankheiten sowie psychosomatischen und neurologischen Erkrankungen, sagt er, könne die Traditionelle Chinesische Medizin helfen.

Wer einen Termin vereinbart, bekommt erst einmal einen Bogen mit 180 Fragen zugeschickt. „Ich möchte schon im Vorfeld alles über die Beschwerden wissen. Ich brauche eine gewisse Grundinformation, bevor ich den neuen Patienten sehen habe.“ Es sei wichtig, dass der Patient zur ersten Behandlung Zeit mitbringt – zwei Stunden sind das Minimum. „Er soll mir genau von seinen Problemen erzählen.“ Bei der TCM ist zum Beispiel wichtig, ob jemand süße, salzige oder scharfe Speisen bevorzugt oder eher Wärme oder Kälte schätzt.

Durch Zungen- und Pulsdiagnostik sowie Abfühlen auf Druckempfindlichkeit erkennt Kummer, in welchem funktionellen Zustand sich der Körper befindet. Erst dann stellt er die Diagnose und macht einen Behandlungsvorschlag, wie er erklärt. Das kann Akupunktur sein oder eine Behandlung mit chinesischen Kräutern. Auch Tipps zur Ernährungsumstellung gibt er oft. „Körper, Geist und Seele hängen zusammen“, sagt Kummer. Die Verfahren der Traditionellen Chinesischen Medizin seien individuell auf den einzelnen Menschen ausgerichtet. „Sie haben einen ganzheitlichen Ansatz.“ Die Chinesen hätten schon vor 2000 Jahren den Menschen als „Netzwerk“ entdeckt – ein Netzwerk aus Meridianen. „So sagt man, die Trau-

rigkeit schadet der Lunge.“ Und: „Lunge und Haut sind eine Verbindung.“

Kummer arbeitet durchaus mit der Schulmedizin zusammen. Wenn ihm bei einem Patienten etwas auffällt, lässt er dies bei dessen Hausarzt abklären, etwa mit einer Ultraschalluntersuchung. „Es gibt Bereiche, wo man sich ganz gut ergänzen kann.“ Im Gegenzug könnten zur Nachbehandlung von Operationen sehr gut chinesische Kräuter eingesetzt werden.

In den Jahrtausenden, in denen die chinesische Medizin ihren Erfahrungsschatz angesammelt hat, war neben der Therapie stets die Prophylaxe ein wichtiger Bestandteil. „Daher kann die TCM einen bedeutenden Beitrag für das Wohlbefinden der Menschen auch bei uns in Europa leisten“, sagt Kummer. Um das Wissen weiterzugeben, hat er in seinem Hause vor 26 Jahren die „Chinesische Naturheilkunde Akademie“ eingerichtet. Als deren Präsident vertritt er einige renommierte chinesische Universitäten in Europa. Ärzte und Heilpraktiker werden hier in der TCM ausgebildet.

Aus der fränkischen Sturheit von einst ist bei Dietmar G. Kummer eine große Liebe geworden: „Mein Beruf ist für mich eine wahre Berufung“, sagt er und schaut hinaus auf seinen liebevoll angelegten Feng-Shui-Garten, für den er zahlreiche Gewächse aus Fernost mitgebracht hat. Auch seine Praxis-Möbel stammen von dort und wurden in den 1970er Jahren mit dem Schiff nach Deutschland gebracht. „Ich esse auch gern chinesisch“, sagt Kummer und schmunzelt. „Aber meine Frau ist keine Chinesin, wie man vielleicht jetzt vermuten könnte. Nein, sie kommt aus Österreich.“

TCM

Informationen über die Traditionelle Chinesische Medizin und die Chinesische Naturheilkunde Akademie in Kulmbach gibt es telefonisch unter 09221/84100.

www.chinesische-naturheilkunde.de