

# "In der Prävention steckt Potenzial!"

Autor(en): **Steffen, Susanne**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Fisio active**

Band (Jahr): **43 (2007)**

Heft 5

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-929689>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

**«In der Prävention steckt Potenzial!»**

Interview mit Susanne Steffen, dipl. Naturärztin ANHK mit Fachrichtung TCM, kant. appr.

Die Traditionelle Chinesische Medizin TCM sieht die Ursachen von Schmerzen anders als die Schulmedizin. Susanne Steffen, Naturärztin mit Fachrichtung TCM, erklärt, wie TCM die Ursachen von Schmerz versteht.

**fisio active: Wie definiert TCM Schmerz?**

Susanne Steffen: Bei der Definition des Schmerzes sind sich die TCM und die Schulmedizin einig. Die Ursachen werden in der TCM jedoch aus verschiedenen Blickwinkeln betrachtet. Entsprechend hoch ist der Stellenwert der Diagnostik. Der diagnostische Prozess ist im gesamten Behandlungsverlauf entscheidend.

**Was sind die Ursachen von Schmerz bei der TCM?**

Schmerzen können sowohl ein Zeichen eines Fülle- oder Leere-Zustandes sein. Das heisst: zu viel oder zu wenig Qi\* an einem Ort. Dieser Zustand kann im Behandlungsverlauf auch wechseln. Was einmal mehr die Wichtigkeit der kontinuierlichen Diagnostik aufzeigt.

**Und was macht dabei die Naturärztin?**

Mit den Methoden, die die TCM bietet, bringe ich die blockierten körpereigenen Energien (Qi) wieder ins Fließen. Dadurch werden, um an der vorherigen Erklärung anzusetzen, Fülle- oder Leerezustände behoben.

**Welche Methoden wenden Sie an?**

Am häufigsten verwende ich Akupunktur-Nadeln, oft in Kombination mit Moxibustion (Wärmetherapie). Des Weiteren gehören Schröpfen, Gua Sha (Schabetechnik) und die individuelle Beratung bezüglich Ernährung und gesundheitsfördernder Lebensführung zu den Kernaufgaben der TCM.

**Gibt es spezielle Punkte, auf denen Sie die Nadeln ansetzen?**

Ja! Vereinfacht gesagt ist der menschliche Organismus von 12 Hauptleitbahnen, den so genannten Meridianen, durchzogen. Diese sind alle miteinander verbun-

den. Anhand der Diagnostik erkenne ich die Störungen dieses Netzwerks und bringe es mit möglichst wenig Nadeln wieder zur richtigen Funktion.

**Inwiefern kommt Ihnen die Ausbildung zur Pflegefachfrau zugute?**

Gerade durch meine Arbeit an einem Zentrumsspital bin ich mit vielen Menschen, Situationen und Krankheitsbildern in Kontakt gekommen. Ich habe die beeindruckenden Möglichkeiten, aber auch die natürlichen Grenzen sowohl der Schulmedizin als auch der TCM kennengelernt.

**Dann arbeiten Sie auch mit anderen Fachleuten zusammen?**

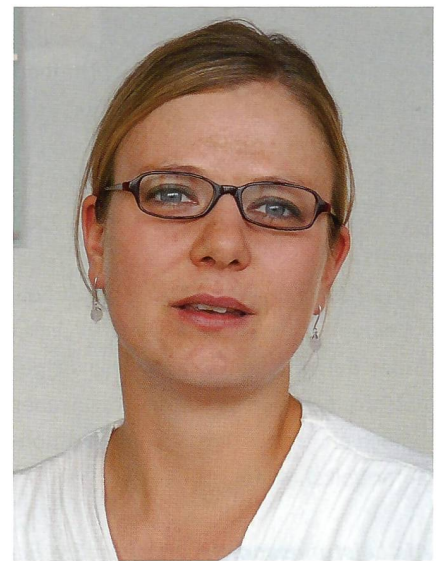
Ja! Ich bin dabei, mir ein Netzwerk mit Vertretern der verschiedenen Disziplinen, z.B. Physiotherapeuten, Ärzten, Hebammen, aufzubauen. Meine Vision ist es, durch eine gezielte Zusammenarbeit den Patienten die bestmögliche Therapie zukommen zu lassen.

**Seit gut einem halben Jahr haben Sie Ihre eigene Praxis. Welche Erfahrungen haben Sie gemacht?**

Ich stelle ein reges Interesse an der TCM und allgemein an der Komplementärmedizin fest. Die TCM ist im Begriff, sich zunehmend zu etablieren. Meine Erfahrung zeigt, dass vor allem im Bereich Präven-

tion noch enorm viel ungenutztes Potenzial steckt.

**Mehr Informationen: [www.4tcm.ch](http://www.4tcm.ch)**



**Susanne Steffen**

Susanne Steffen, 29, ist diplomierte Pflegefachfrau DN II und arbeitete im Kantonsspital Luzern in den Bereichen der inneren Medizin und Gastroenterologie. Sie absolvierte in Basel die vierjährige Vollzeit-Ausbildung zur dipl. Naturärztin ANHK mit Fachrichtung Traditionelle Chinesische Medizin. Das anschließende Praktikum absolvierte sie am Therapiezentrum Eulerhof in Basel. Seit Anfang 2007 hat sie ihre eigene Praxis in Horw LU.

**\*Qi** (sprich: Tschii) wird in der Traditionellen chinesischen Medizin (TCM) als generelle Lebensenergie angesehen. Das Qi im Körper wieder in seinen natürlichen, ausgeglichenen Zustand zu bringen ist das Grundprinzip der TCM. Krankheit ist ein Produkt der Unterbrechung dieses harmonischen Flusses. Nach dieser Auffassung kann Krankheit u.a. durch mangelnden Qi-Fluss, durch Stockung, durch Mangel an Qi selbst oder durch verbrauchtes Qi, das nicht abgeleitet wurde, entstehen. TCM versucht daher, Krankheiten durch verschiedene Anwendungen zu kurieren, die ein Ausbalancieren des Qi-Flusses im Menschen zum Ziel haben.