

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2005)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Beschwerden an der Wurzel packen : Besuch beim chinesischen Mediziner  
**Autor:** Manser, Ralph  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-819114>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 22.01.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Beschwerden an der Wurzel packen

## Besuch beim chinesischen Mediziner

Mit unkonventionellen Methoden rücken chinesische Mediziner gesundheitlichen Beschwerden zu Leibe. Frau K. hat bei der Konsultation von Professor C. Liu, einem Mediziner aus dem Reich der Mitte, viel über die Funktionsweise verschiedener Körperorgane gelernt. Mit traditioneller chinesischer Medizin, Disziplin und Geduld hat sie den Heilungsprozess beschleunigend beeinflussen können.

Ralph Manser

Frau K. hatte sich schon damit abgefunden, dass sie die tägliche Haushaltarbeit seit einiger Zeit mehr erschöpfte als auch schon. Konzentrationsschwierigkeiten beim Lesen oder beim Zuhören akzeptierte die 67-Jährige bereits als Alterserscheinung. Eigentlich erstaunlich, denn Frau K., verheiratet, Mutter von drei erwachsenen Kindern, ist für ihr Alter äusserst vital. Was sie derart ermüdet, ist denn auch nicht eine Alterserscheinung, sondern das häufige Völlegefühl nach dem Essen, das Aufstossen und die immer wieder auftretenden Blähungen. Zum Beispiel damals, am Tag nach der Hochzeit ihrer jüngsten Tochter, bei deren Organisation sie stark eingespannt wurde: Plötzlich verspürte sie einen heftigen Druck in der oberen Bauchgegend, der mehr als eine Stunde anhielt. Das erste Mal traten diese Beschwerden im vergangenen Herbst auf. Frau K. ging daraufhin zu ihrem Hausarzt. Dieser konnte auch nach eingehender Untersuchung nichts Auffälliges finden. Die Medikamente, die er ihr verschrieb, verschafften zwar schnelle Linderung – nach dem Absetzen aber traten die Beschwerden immer wieder auf.

Pulsiagnose, Akupunktur und Moxibustion: Die Traditionelle Chinesische Medizin bedient sich ungewohnter Mittel, um Schwachstellen im Körper zu erkennen und das Gleichgewicht wieder herzustellen.



### Vom Hausarzt zum chinesischen Professor

Es begann mit einem Zeitungsausschnitt, den ihr eine Freundin in die Hände drückte: ein Artikel über Traditionelle Chinesische Medizin (TCM). Zwei Dinge sprangen Frau K. sogleich ins Auge: Dass es sich um unkonventionelle Methoden handelt, und vor allem, dass eine der Stärken der TCM in der Behandlung von Verdauungsbeschwerden liegt.

Frau K. entschloss sich, eines dieser Zentren aufzusuchen – und war erstaunt: Bei der Anmeldung wurde sie darauf hingewiesen, dass sie zuerst zu einem westlich ausgebildeten Arzt müsse. Nachdem sie erklärt hatte, dass sie bereits bei ihrem Hausarzt gewesen sei und dieser auch nichts gefunden habe, wurde ihr erläutert, dass zur Qualitätskontrolle ein Besuch beim westlich ausgebildeten Arzt unumgänglich sei – es sei denn, sie bringe eine Überweisung von ihrem Hausarzt mit.

### Das Eintrittsgespräch

Genau das wollte sie verhindern. Frau K. wusste nämlich, dass ihr Hausarzt zwar ein guter Arzt und auch einfühlsamer Mensch

Fotos: Ralph Manser



ist, jedoch nichts von so genannten alternativen Heilmethoden hält. Sie möchte ihn nicht verärgern, indem sie sozusagen «fremdgeht». Deshalb entschliesst sie sich, den Eintrittsuntersuch vom westlich ausgebildeten Arzt des Zentrums vornehmen zu lassen.

Nach dem Eintrittsgespräch war Frau K. positiv überrascht. Der Arzt hatte sich eine halbe Stunde Zeit für sie genommen. Sie führten ein ausführliches Gespräch über ihre Beschwerden; er befragte sie über Allergien, Medikamenteneinnahme, frühere Operationen und spezielle medizinische Untersuchungen. Ausserdem wurde sie über die in diesen Breitengraden noch weitgehend unbekanntem Therapiemethoden der chinesischen Medizin informiert. Der Arzt meinte, dass bei ihren Beschwerden vor allem eine Behandlung mit chinesischen Heilkräutern in Frage käme, und verschrieb ihr einen Therapiezyklus bei einem chinesischen Kräuterspezialisten, der zur Unterstützung auch Akupunktur anbieten kann.

### Eingehende Untersuchung

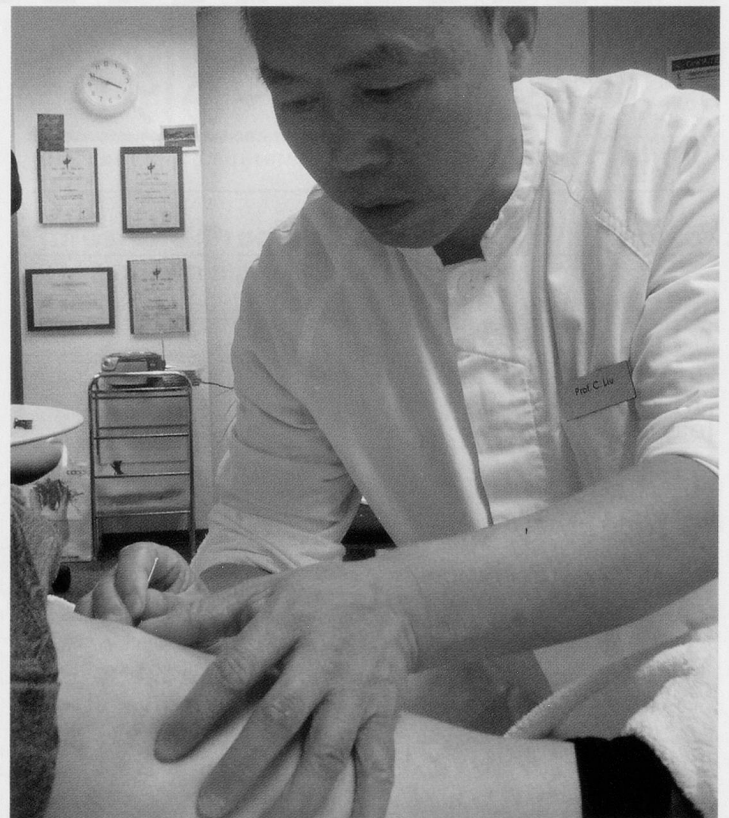
Bereits in jenem Moment, als Frau K. in das Besprechungszimmer von Professor Liu aus China tritt, beginnt die chinesische Diagnose. Professor Liu fällt zuerst auf, dass Frau K. etwas mollig ist und ihr Gang etwas Bedächtiges hat. Nach der Begrüssung wird der Professor, ohne grosse Worte zu verlieren, den Puls an beiden Handgelenken von Frau K. fühlen. Er legt seine Zeige-, Mittel- und Ringfinger auf die Speicheschlagader und versucht, aus den 30 verschiedenen Pulsqualitäten, die die chinesische Medizin kennt, den zu ihr passenden herauszufühlen. Währenddessen schaut er sich ihre Zunge an. Diese erscheint blass und ist überzogen mit einem hellen Belag. Auffällig sind Schwellungen, die sich vor allem an den seitlichen Zahneindrücken zeigen. In der Mittellinie des mittleren Zungendrittels hat sie einen breiten, flachen Riss.

Nun beginnt die genaue Erfragung der Beschwerden. Dabei spielen nicht nur der Zeitpunkt des Auftretens, die Dauer und die Intensität der Beschwerden eine Rolle. Verschlimmernde oder lindernde Faktoren wie Wärme, Kälte, Wind oder Feuchtigkeit sind für die chinesische Diagnose von ebenso grosser Bedeutung. Ausserdem wird nach dem Appetit und der Essmenge gefragt, nach dem Schlafverhalten und allen wichtigen Details rund um die Patientin. Besondere Aufmerksamkeit gilt den Ausscheidungen. Frau K. ist aufgefallen, dass ihr Stuhl meist weich und ziemlich voluminös ist. Alle Beobachtungen und Angaben führt nun der chinesische Professor zusammen. Wie bei einem Puzzle fertigt er ein Bild, das die Schwächen der Patientin widerspiegelt.

### Diagnose: Milzschwäche

Milzschwäche: So lautet die Diagnose, die Professor Liu aufgrund der Befragung, der Konstitution sowie der Zungen- und Pulsdiagnose der Patientin erstellt. Er erklärt Frau K., dass die Milz in der chinesischen Medizin eine zentrale Bedeutung in der Verdauung spielt. Die Gelehrten aus China stellen sich die Milz wie einen Hochofen vor. Das Brennmaterial stellt die Nahrung dar. Wenn dieser Ofen optimal funktioniert, das heisst, der Wirkungsgrad am höchsten ist, dann wird das Wasser aus der Erde verdampft. Was zurückbleibt, ist gute nährreiche Erde.

Isst man unausgewogen, oder der Hochofen ist in seiner Funktion eingeschränkt, so bleibt Wasser in der Erde zurück. Es entsteht Sumpf. Genauso verhält es sich im Körper. Frau K. meinte dazu, dass sie sich am Tag nach einem guten Abendessen im Restaurant oft aufgedunsen fühlt. Ihre Uhr liegt dann nicht mehr locker dem Handgelenk an, der Ehering spannt fast ein wenig. Aufgrund ihrer Milzschwäche bleibt das Wasser im Gewebe zurück. Da sich der Körper wie in einem Sumpf fühlt, wird auch



das gesamte System träge. Deshalb ist Frau K. schneller erschöpft als früher.

## Auf die Ernährung kommt es an

Die Chinesen erkannten schon früh, dass die Milz als Teil des Verdauungsorgans nicht nur organische Nahrung zu verarbeiten hat, sondern auch geistige. Stress, Überarbeitung oder auch Überflutung durch Informationen schädigen die Milz. Sie kann die Aufgabe, so genannt Klares von Trübem zu trennen, nicht mehr ausreichend wahrnehmen. So kann Milzschwäche dazu führen, dass die Gedanken träger, die Konzentration schwieriger und der Gemütszustand düsterer werden.

Patienten mit Milzschwäche wird empfohlen, regelmässig warme und gut verdauliche Speisen zu essen. Kalte Speisen sollten vermieden werden, so auch der Salat. Rohe Speisen schwächen nach der chinesischen Medizin zusätzlich die Milz. Vor allem in den kalten Jahreszeiten sollte vermehrt warmes Gemüse an Stelle roher Nahrungsmittel gegessen werden.

Professor Liu erklärt Frau K., dass er vor allem mit chinesischen Kräutern die Milz aufbauen kann. Voraussetzung dafür ist jedoch eine ausgewogene, warme und gut bekömmliche Ernährung. Er stellt eine auf ihr Krankheitsbild passende individuelle Kräuterrezeptur zusammen. Die Kräuter reparieren gewissermassen den Hochofen, damit er wieder optimal funktionieren kann. Diese Reparatur benötigt jedoch ihre Zeit – Geduld, die viele Patienten für ihren Heilungsprozess nicht aufbringen können oder wollen. Sie ist aber notwendig, damit das Übel an der Wurzel gepackt werden kann.

Zusätzlich schlägt der Professor Frau K. einen Akupunkturzyklus mit zehn Sitzungen vor, wobei ihn die Patientin zweimal die Woche aufsuchen muss. Die chinesischen Mediziner haben die

Vorstellung, dass der menschliche Körper von Kanälen durchzogen ist, in denen eine Art Energie fliesst. Sind diese Kanäle wie bei Frau K. verschleimt, weil sie zu viel «Trübes» aufgenommen hat, kommt es zu Blockaden und damit zu Beschwerden. Mit der Akupunktur, dem Stechen von hauchdünnen Nadeln an ganz bestimmten Orten des Körpers, kann auf diese Energiekanäle Einfluss genommen, können Blockaden gelöst und der harmonische Energiefluss wiederhergestellt werden.

## Magenpunkt 36 – «Dritter Weiler am Fuss»

Magenpunkt 36: So heisst der Punkt eine Handbreit unter der Kniescheibe, der bei Frau K. gestochen wird. In China wird dieser Ort, den man auch «moxen» kann, «Dritter Weiler am Fuss» genannt. Bei der Moxibustion werden Scheiben von gepresstem Beifusskraut auf bereits gesetzte Akupunkturadeln gesteckt oder so genannte «Moxa-Zigarren» verwendet. Durch Abglühen dieser Scheiben oder durch direktes berührungsloses Erwärmen des Akupunkturpunkts mit einer Moxa-Zigarre kann der Milz direkt Energie zugeführt werden. Bei Frau K. wird Professor Liu diese beiden Methoden anwenden. Da die Akupunktur den Energiefluss direkt beeinflusst, kann die Wirkung ziemlich heftig sein. Frau K. wird vom Mediziner darüber informiert, dass bei der Lösung von Blockaden der Energiefluss wieder in Bewegung kommt. Es sei möglich, dass sich dadurch die Beschwerden kurzfristig verschlimmern oder andere auftreten könnten.

Frau K. ist fasziniert von der Betrachtungsweise des chinesischen Professors. Sie beschliesst, gleich mit der Akupunktur zu beginnen. In einem separaten Raum werden ihr auf einer Liege einige Nadeln gesetzt. Die Akupunkturbehandlung erfolgt in der Regel im Liegen und dauert 20 bis 30 Minuten. Als Professor Liu die erste Nadel setzt, ist Frau K. ein wenig nervös. Nach dem Einstich



## Coupon für Kleinanzeigen

Absender

Name

Vorname

Strasse

PLZ, Ort

Telefon

Inserattext

- **Kleinanzeigen für private Anbieter** kosten 25.– Franken inkl. MwSt. Chiffrezuschlag 10.– Franken, Chiffre-Nummer deutlich vermerken.
- Den Inseratetext bitte in Blockschrift ausfüllen. Pro Feld ein Buchstabe, Satzzeichen oder Wortzwischenraum, max. 500 Zeichen.
- Für **kommerzielle Kleinanzeigen** werden 50.– Franken inkl. MwSt. erhoben, der Chiffrezuschlag beträgt 10.– Franken.
- Bitte Bargeld beilegen und mit Coupon bis 23. Juni 2005 einsenden an **Pro Senectute Kanton Zürich, Redaktion «visit», Kleinanzeige, Postfach 1381, 8032 Zürich.**

der Nadel verschwindet der meist leichte Einstichschmerz zugunsten eines drückenden, ziehenden, jedoch dumpfen Gefühls (die so genannte Nadelsensation). Sehr schnell realisiert Frau K., dass alles halb so schlimm ist. Jetzt kann sie sich voll entspannen. Nach dem Setzen der Nadel werden bei einigen Nadeln zusätzlich Scheiben gepressten Beifusses aufgesetzt und abgebrannt. Frau K. atmet den wohlthuenden aromatischen Geruch ein und fühlt die Wärme in ihren Körper strömen. Nachdem sie der Professor warm zugedeckt, ihr angenehme Musik aufgelegt und sie dann allein gelassen hat, schläft sie schon nach wenigen Minuten ein.

### Die heilende Kraft der Geduld

Frau K. besucht nun zweimal die Woche ihren Professor und spricht mit ihm kurz über den Verlauf ihrer Beschwerden. Jedes Mal fühlt er ihren Puls, schaut ihre Zunge an, macht die Akupunktur. Bereits nach der vierten Sitzung verschwindet das immer wiederkehrende Druckgefühl in der oberen Bauchregion vollständig. Nur die Kräutermischung, die ihr in Form eines Pulvers nach Hause zugestellt wurde, ist etwas gewöhnungsbedürftig. Dreimal am Tag muss sie nach dem Essen jeweils fünf kleine Löffel dieses Pulvers in eine Tasse schütten und mit heissem Wasser übergiesen. Diese Kräutermischung wird in der fünfwöchigen Therapiezeit insgesamt zweimal angepasst.

Die Blähungen, das Völlegefühl nach dem Essen und das Aufstossen allerdings sind auch nach der zehnten Sitzung noch immer nicht verschwunden. Doch Frau K. vertraut ihrem Professor und nimmt die Kräutermischung noch weitere drei Monate ein. Einen Monat nach Therapieende merkt sie, dass sie sich besser konzentrieren kann, die Müdigkeit geht zurück. Nachdem Frau K. dann mit dem morgendlichen Müesli, der kalten Milch und dem Salat aufhört, verschwinden die anderen Symptome, so auch die jahrelang anhaltenden Zahneindrücke ihrer Zunge.

### Den Körper als Ganzes betrachten

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) ist eine komplementäre Betrachtungsweise zur Schulmedizin. Sie konzentriert sich nicht auf isolierte Symptome, sondern nimmt den Menschen in seiner Gesamtheit wahr.

Bei der Diagnose wird das Äussere betrachtet, um das Innere zu untersuchen. Jeder Teil des Körpers spiegelt das Ganze wider. Zunge und Puls geben am differenziertesten Auskunft über die Stärken und Schwächen eines Körpers. Alle Teilaspekte (Befragung, Erscheinungsbild, Beschwerden, Pulstastung und Zungenbetrachtung) ergeben zusammengefügt dann die Diagnose.

Zur Therapie werden die Schwächen mit den Methoden der TCM gestützt: Akupunktur, Kräutertherapie, Tunia-Massage, Diätetik und Qi Gong / Tai-Chi. Ziel ist es, das innere Gleichgewicht im Körper wiederherzustellen. Dies ist nach der TCM die Voraussetzung zur vollen Leistungsfähigkeit und damit auch zum uneingeschränkten Lebensgenuss.

TCM hilft oft weiter, wenn die Schulmedizin keine Ursachen für eine Erkrankung finden kann. Häufig kann Patient/innen mit Kopfschmerzen, Schmerzen im Bewegungsapparat und mit Verdauungsproblemen nachhaltig geholfen werden.

Sie merkt, dass viel gekochtes Gemüse mit Reis oder Teigwaren, zusammen mit etwas Soja oder Fleisch, zu ihrem Wohlbefinden beiträgt. Auch am Abend isst sie nun immer warme Speisen. Ihre anfängliche Angst, dass sie dadurch an Gewicht zunehmen könnte, erweist sich als unbegründet. Das Gegenteil trifft ein: Indem sie ihre Essgewohnheiten nun auf drei Mahlzeiten beschränkt und mit der «Nascherei» zwischendurch aufhören konnte, hat sich Frau K. von einigen Pfund Übergewicht entlasten können.

### Um eine Lebenserfahrung reicher

Frau K. strahlt. Ihre täglichen Hausarbeiten erledigt sie heute mit dem Schwung früherer Tage. Besonders glücklich ist sie, wenn sie es sich nach getaner Arbeit auf dem Sofa gemütlich macht und in einem ihrer geliebten Bücher liest. Neuerdings kann sie auch längere Diskussionen am Radio wieder ganz ohne Konzentrationschwierigkeiten mitverfolgen. Frau K., inzwischen bald 68, stellt fest, dass sie all das Gelesene und Gehörte wieder besser im Gedächtnis festhalten kann. So verbringt sie viel Zeit mit der Lektüre von Büchern zu Medizin, Psychologie, Gesundheit und Lebensgestaltung. Was sie dabei ganz besonders anspricht, ist die heilende Kraft der Geduld. Bis vor wenigen Monaten war sich Frau K. gewöhnt, dass alles schnell vorübergeht und Symptome sofort nach Einnahme von Medikamenten verschwinden. Bei der Therapiemethode der chinesischen Medizin hat Frau K. am eigenen Körper erfahren, dass man für gewisse Beschwerden etwas Geduld braucht, bis sie völlig verschwunden sind. Und noch etwas hat sie gelernt: Man muss für die Gesundheit eines Baumes die Wurzel behandeln – nicht nur Äste oder Blätter.

ANZEIGEN

### Niemand ist zu alt für den Computer!



Sie lernen was Sie wollen, wann und so oft Sie möchten und so lange Sie mögen

**Gratis:**  
**1 Schnupperstunde**

### Infos und Prospekt unter:

Kiebits, die Computerschule für Menschen ab 50  
Apollostr. 5, 8032 Zürich, 01 383 97 50, [www.kiebits.ch](http://www.kiebits.ch)



### Das perfekte Ferienidyll im schönen Appenzellerland

Gemächlich durch sattgrüne Wiesen spazieren und den überwältigenden Panoramablick auf den Bodensee, auf Lindau und die Bregenzerbuch genießen – das ist Balsam für die Seele. Das stärkt Nerven und Gemüt. Inmitten dieser erholsamen Landschaft liegt das schicke Hotel Pension Nord in Heiden.

Wir schicken Ihnen gerne Prospekte!

Familie Gebrüder  
Andres und Edwin Stehli  
Telefon 071 898 50 50  
Telefax 071 898 50 55  
[nord@vch.ch](mailto:nord@vch.ch), [www.vch.ch/nord](http://www.vch.ch/nord)



HOTEL  
**PENSION NORD**  
CH-9410 Heiden AR