

Einführung in die chinesische Phytotherapie

Kräuter sind oft wichtiger als Nadeln

Dr. rer. nat. Christian Schmincke, Arzt

Beim Stichwort „Traditionelle chinesische Medizin“ (TCM) fällt den meisten Patienten sofort die Akupunktur ein – dann kommt lange nichts, vielleicht beim einen oder anderen noch eine Idee von fernöstlicher Ernährung. Ein ganz wichtiger Bestandteil der TCM aber wird im Westen viel zu wenig wahrgenommen: die Kräutertherapie. Gerade bei chronischen Krankheiten ist sie in vielen Fällen wesentlich effektiver als die isolierte Anwendung von Nadeln.

Die Arzneitherapie ist der wichtigste Zweig der traditionellen Medizin Chinas (TCM). Sie wird als chinesische „Phytotherapie“ bezeichnet, da sie überwiegend pflanzliche Zutaten verwendet, zum geringeren Teil aber auch mineralische oder tierische. Meist wird dem Patienten eine speziell auf seine Beschwerden und ihre Ursachen, d. h. speziell auf sein „Syndrom“ abgestimmte Kombination von Kräutern verordnet. Die häufigste Zubereitungsform ist die Abkochung (Dekokt): Der Patient kocht die ihm individuell verordnete Teemischung rund 30 Minuten und trinkt den Sud.

Seltener kommen auch Fertigarzneien – Pillen, Tabletten, Pulver und Granulate – zur Anwendung. Für alle Zubereitungen gilt, daß die Dosis-Angaben der TCM, gemessen an jenen der modernen westlichen Phytotherapie, ausgesprochen hoch sind. Im Westen wird teilweise nur die halbe oder ein Drittel der Dosis verordnet.

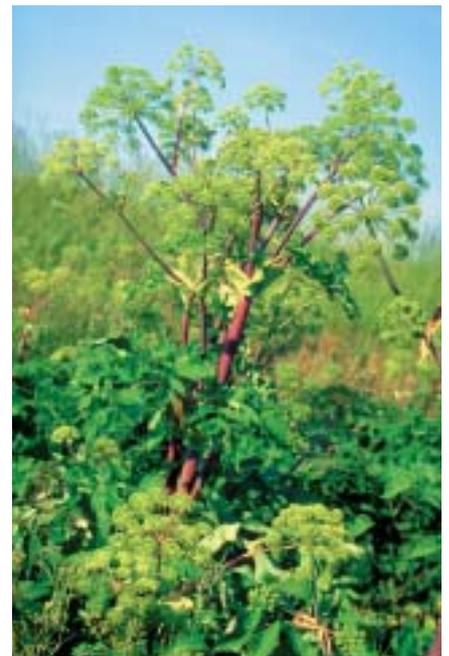
In den chinesischen Arzneibüchern werden einige Tausend Einzelmittel beschrieben. Die zum Teil recht umfangreichen Wirkbeschreibungen verwenden Begriffe und Anschauungen der traditionellen chinesischen Krankheitslehre. Wer also Arzneirezepturen verordnen will, muß sich ein Verständnis für die Begriffe Yin und Yang, die Funktionskreise (zum Beispiel Leber und Milz) oder Krankheitsfaktoren wie „Wind“ und „Feuchtigkeit“ erarbeitet haben.

Die chinesische Phytotherapie verdankt ihre Effektivität nicht zuletzt der Tatsa-

che, daß sie sich über einen langen Zeitraum kontinuierlich entwickeln konnte. Während die europäische Medizin in den letzten zweieinhalbtausend Jahren einige „Paradigmenwechsel“ erfahren hat, bei denen das bis dahin angesammelte medizinische Wissen mehr oder weniger dem Vergessen anheim gegeben wurde, folgte die Entwicklung in China dem Prinzip des Sowohl-als-auch: Neue medizinische Ideen und Systeme wurden dem Alten einfach an die Seite gestellt. Dieser tolerante Umgang mit dem Erfahrungsgut älterer Generationen hat in der Phytotherapie über die Jahrtausende ein wahres Schatzhaus von Beobachtungen, Erkenntnissen und therapeutischen Schulen entstehen lassen, aus dem jede Zeit sich nehmen kann, was sie braucht.

Die akute Krankheit ist nur die Spitze des Eisbergs

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 akuten Krankheiten auf die Mittel der Schulmedizin zurückgreifen, die auf diesem Gebiet ihre Stärke hat – eine Stärke mit einem Pferdefuß. Verführt sie doch dazu, chronische Krankheiten durch die ständig wiederholte Gabe von Akutmedikamenten zu behandeln.



Magnolie, Süßholz und Engelwurz (von oben nach unten) gehören zu den häufiger verwendeten Kräutern in der TCM. Nicht immer allerdings ist die unerlässliche Qualitätsprüfung so einfach wie bei diesen bekannten Pflanzen.

Diese Vorgehensweise ist der chinesischen Phytotherapie fremd. Ihr Ziel ist die Problemlösung. Es geht ihr also nicht um die „Einstellung“ des Patienten auf eine Dauermedikation, sondern um Beendigung oder Umkehr des Chronifizierungsprozesses, im Idealfall Heilung. Der alte Konflikt zwischen einem

Einige häufig verordnete Kräuter der TCM

Pflanze (Pflanzenteil)	Wirkung nach TCM	Häufige Indikationen
<i>Magnolie (Blüte)</i> Flos Magnoliae liliflorae	vertreibt Wind und Kälte, befreit die Oberfläche	Nasenverstopfung, Sinusitis mit Kopfschmerzen
<i>Engelwurz (Wurzel)</i> Radix Angelica	vertreibt Wind, beseitigt Feuchtigkeit und Eiter	Nasenverstopfung, Stirnkopf- und Zahnschmerzen, eiternde Hautleiden
<i>Alant (Blüten)</i> Flos Inulae	zerteilt Schleim, senkt Qi ab, stoppt Erbrechen	Husten, Atemnot mit viel Auswurf, Schluckauf, Aufstoßen
<i>Chrysantheme (Blüte)</i> Flos Chrysanthemi morifolii	zerstreut Wind, klärt Hitze, beruhigt die Leber	Bindehautentzündung, Schwindel, Kopfschmerzen, Fieber
<i>Pfefferminze (Kraut)</i> Herba Menthae	zerstreut Wind-Hitze, klärt Kopf, bewegt Leber-Qi	Fieber, Kopfschmerzen, Halsentzündungen, emotionale Instabilität
<i>Geißblatt (Blüte)</i> Flos Lonicerae	klärt Hitze und entgiftet, klärt Feuchte-Hitze im Unterleib	Entzündungen von Brustdrüse, Rachen, Augen, Darm u.a.
<i>Beifuß (Kraut)</i> Herba Artemisiae	klärt Fieber bei Mangel-Syndromen, kühlt das Blut	hartnäckiges Fieber, Fieber durch Blutmangel, Nasenbluten
<i>Rhabarber (Wurzel)</i> Radix et Rhizoma Rhei	leitet Hitze ab, bewegt Blut und Stuhl, entgiftet	hohes Fieber, Schwitzen, Durst, Verstopfung, Nasenbluten, Hautentzündung
<i>Burzeldorn (Früchte)</i> Fructus Tribuli	besänftigt die Leber, lindert Schmerzen, entspannt	Schwindel, verwirrte Sicht, gerötete Augen, Hautjucken
<i>Gastrodien (Wurzel)</i> Rhizoma Gastrodiae	besänftigt die Leber, macht Meridiane durchgängig	Spasmen, epileptische Anfälle, Rheumatische Schmerzen, Sensibilitätsverluste
<i>Weißer Pfingstrose</i> Radix Paeonia albae	nährt das Blut und die Leber, lindert Schmerzen, harmonisiert	Frauenleiden (Dysmenorrhö, Fluor, Uterusblutungen), Bauchkrämpfe

„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.

Die TCM hat nicht den Krankheitsbegriff der westlichen Medizin. Begriffe wie Asthma, Gastritis, Dysmenorrhoe bezeichnen für die Chinesen eher Symptome. Unter einer Krankheit dagegen fassen sie ein dynamisches Geschehen, das den Organismus immer weiter aus dem Gleichgewicht drängt. Die Diagnose versucht diese – unter den Symptomen wirkende – Dynamik aufzudecken. Dabei sind alle Informationen, die der Körper liefert, wichtig, z. B. die Art und Weise, wie er auf Belastungen des Klimas oder auf emotionalen Streß reagiert. Weiterhin hat die TCM eigene diagnostische Instrumente wie die Pulsdiagnose und die Zungendiagnose entwickelt (siehe „Einführung in die chinesische Zungendiagnose“ in *Naturarzt*, 3/2004).

Eine besondere Rolle bei der Verordnung der Kräuter spielen Qualitäten, die heute im Westen kaum Beachtung finden (in der traditionellen westlichen Kräutermedizin wurden sie teilweise berücksichtigt): Wesentlich für die charakteristische Wirkung eines Krauts ist z. B., ob es den Organismus austrocknet oder befeuchtet, Energie ausleitet oder zuleitet (tonisiert), zusammenzieht oder auflöst (verteilt), die Energie nach oben oder nach unten richtet (hebt oder senkt).

Spurensuche in der Vorgeschichte der Krankheit

Einige Traditionen in der chinesischen Medizin führen chronische Krankheit auf eine Serie erfolgloser Auseinandersetzungen des Körpers (und der Seele) mit äußeren und inneren Störfaktoren zurück. Aufgabe des Arzneitherapeuten ist es zunächst, Spuren dieser „Auseinandersetzungen“ in der Krankheits-Vorgeschichte des Patienten ausfindig zu machen. Wiederholte Mittelohrentzündungen in der Kindheit können ebenso wichtig sein wie Phasen unerklärlicher Müdigkeit oder nicht bewältigte Trennungen.

In der ersten Phase der Behandlung geht es häufig darum, eingeschlafene 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 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, Panikattacken, Periodenstörungen und vielen anderen.

Chinesische Therapie gelingt jedoch nur, wenn der Patient aktiv mitarbeitet und mit dem Arzt erörtert, was er unter der Einnahme der Arznei an Veränderungen und Wirkungen wahrnimmt. Zunächst sind es häufig Ausleitungs Vorgänge, die gezielt angeregt werden. Spürt der Patient, indem diese entlastenden Prozesse in Gang kommen, auch Erleichterungen auf anderen Gebieten? Wird er ruhiger, wird er klarer? Bemerkt er eine Veränderung seiner Schmerzen? Wird das Temperaturempfinden normalisiert? Kommt der thera-

peutische 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.

Wie steht es um die Qualität der importierten Arzneien?

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.

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.

So hilft die TCM-Phytotherapie – drei Beispiele aus der Praxis

Patientin, 55 Jahre, leidet an einem Plasmozytom (Knochenmarkserkrankung) mit schweren nicht beherrschbaren Knochen-schmerzen. In der Vorgeschichte tauchen immer wieder schwere hartnäckige Bronchitiden auf, die mit Antibiotika ohne Erfolg behandelt wurden. Der chinesischen Therapie liegt in diesem Fall die Idee zugrunde, daß die unhaltbare Schmerz-situation der Patientin zu einem großen Teil auf die Entzündungsdynamik der Bronchitis zurückführbar ist. Die Ausleitung

der alten entzündlichen Schlacken bringt der Patientin eine Schmerzreduktion von 90 Prozent (Angabe der Patientin). Ein wesentlicher Bestandteil der Rezeptur waren die Blüten der Inula-Pflanze, vor allem durch ihren Qi-Energie absenkenden und Schleim zerteilenden Charakter.

Patientin, 68 Jahre, kommt wegen neuralgieartigen Schmerzen nach einer Laser-Behandlung ihrer Altersflecken. Die Schmerzen gehen mit depressiven Unruhezuständen

einher, wie Schlaflosigkeit, Rastlosigkeit, Hoffnungslosigkeit und Lebensunmut. Eine Rezeptur zur Spannungs- und Schmerzlinderung, die auch die Leitbahnen durchgängig macht, bringt der Patientin neuen Lebensmut, Ruhe und Schmerzfreiheit. Hier war die Gastrodia-Wurzel ein wichtiger Bestandteil wegen ihrem besänftigenden, windberuhigenden, nicht Qi-belastenden Charakter.

Patient, 35 Jahre, mit schwerem Heuschnupfen (Augen-, Nasen-

und Gaumenbeteiligung), kaum arbeitsfähig, ist mit Antihistaminika vorbehandelt worden ohne ausreichenden Therapieerfolg. Eine Rezeptur zur Regulation der Immunantworten und zur guten Abgrenzung gegenüber äußeren Reizen bringt die ersehnte Linderung und die normale Arbeitsfähigkeit zurück. Einer der entscheidenden Rezeptur-Bestandteile waren die Früchte der Tribulus-Pflanze. Sie hat einen klaren Bezug zum Funktionskreis Leber und wirkt entspannend.

Inzwischen konnte sich folgendes Verfahren zur Qualitätssicherung weitgehend durchsetzen: Die Arzneien sind apothekenpflichtig. Der Importeur läßt die Importware nach den oben genannten Kategorien engmaschig durch entsprechende Institute überprüfen (ob es überhaupt die richtige ist, ob sie nicht verunreinigt ist usw.) 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 Arznei-Rezept über eine Apotheke bezieht, kann einigermassen sicher sein, gute Qualität zu erhalten. Eine Reihe von Apotheken hat sich überdies auf TCM-Arzneimittel spezialisiert und in der Arbeitsgemeinschaft deutscher TCM-Apotheken zusammengeschlossen.

Seit fünf Jahren wird von der Bayerischen Landesanstalt für Bodenkultur und Pflanzenanbau (LBP) ein Anbauversuch mit ausgewählten chinesischen Arzneipflanzen durchgeführt. Die ersten Ergebnisse sehen vielversprechend aus, so daß wir in absehbarer Zeit damit rechnen können, qualitätskontrollierte China-Kräuter aus deutschem Anbau zu beziehen. Daneben gibt es Bestrebungen, TCM auch mit traditionellen westlichen Kräutern zu betreiben. Doch die TCM-Arzneimitteltherapie umfaßt mehrere tausend Kräuter, nur etwa 100 bis 150 davon sind auch in der hiesigen Phytotherapie besser bekannt.

Nebenwirkungen sind eine Frage der richtigen Diagnose

Häufig wird von Patienten die Frage nach den Nebenwirkungen der chinesischen Arzneimittel gestellt. Diese Frage ist nicht leicht zu beantworten. Sie entstammt der Sichtweise der westlichen Pharmako-

logie. 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 die Magenschleimhaut reizen“.

Diese Einteilung ist der TCM fremd. Ob die Veränderung, die ein Patient unter einer Pflanzenzubereitung erfährt, erwünscht oder unerwünscht ist, hängt von der diagnostischen Stimmigkeit der Verordnung ab. Wird beispielsweise Scrophulariawurzel (Braunwurz), die nach TCM-Verständnis „kalt“ ist bzw. das „Blut kühlt“, einem Patienten verabreicht, der sowieso an innerer Kälte leidet, dann wird er mit Durchfall, Übelkeit und anderen Kälte-Symptomen reagieren. Die Frage der Nebenwirkungen bzw. ihrer Vermeidung ist also in erster Linie eine Frage der korrekten Diagnosestellung. Daneben spielen auch die Dosis und die Einnahmedauer sowie die Ausgewogenheit der Teemischung insgesamt eine Rolle.

Auf jeden Fall sind die chinesischen Arzneimittel stark wirkende Medikamente. Die Verordnung und Handhabung muß daher durch Fachleute geschehen. Diese stellen sicher, daß die Wirkung auf den Patienten ihrer Prognose entspricht. Dazu sind Grundregeln der chinesischen Arzneitherapie zu erfüllen:

Sie verlangt in regelmäßigen Abständen – mindestens alle vier Wochen, in schweren Fällen täglich – diagnostische Sitzungen. Eventuell muß die Rezeptur angepaßt oder geändert werden. Ganz selten ist es richtig, einem Patienten ein halbes Jahr lang dieselbe Rezeptur zu verabreichen. Der Arzt muß den Aufbau einer therapeutischen Beziehung ermöglichen und für Fragen, Rat und Zuspruch erreichbar sein.

Eine korrekte und erfolgreiche Therapie mit chinesischen Kräutern setzt also einiges an Kenntnissen und Aufwand voraus. Eine umfassende TCM-Therapie wird von den gesetzlichen Krankenkassen im Regelfall nicht erstattet – im Unterschied zur Akupunktur, die im Rahmen von Modellversuchen bei ausgewählten Indikationen unter Bezuschussung durch die Kasse angewandt werden kann. Auch die TCM-Arzneimittel muß der Patient selbst zahlen. Da die Behandlung chronischer Krankheiten einige Zeit dauern kann, lohnt es sich daher, vorher nach den zu erwartenden Kosten zu fragen.

Weiterführende Literatur

- ▷ C. Schmincke: *Chinesische Medizin für die westliche Welt*, Springer, Berlin/Heidelberg 2004 (laienverständlich)
- ▷ H.-U. Hecker u.a.: *Handbuch Traditionelle Chinesische Medizin*, Haug, Stuttgart 2003 (laienverständlich)
- ▷ C. Focks, N. Hillenbrand: *Leitfaden Traditionelle Chinesische Medizin*, Urban & Fischer, München/Jena 2001 (Fachbuch)
- ▷ K. Bedrik: *Westliche Heilpflanzen in der TCM*, ML Verlag, Uelzen 2000 (Fachbuch)



Dr. rer. nat. Christian Schmincke, Jahrgang 1945, ist Biochemiker und Arzt für Allgemeinmedizin und Naturheilverfahren. Nach Medizinstudium erfolgte Ausbildung in chinesischer Medizin bei Lehrern in Europa und China,

danach zwölf Jahre Allgemeinartzpraxis. Seit sieben Jahren ärztlicher Leiter einer Klinik für Chinesische Medizin und Biologische Heilverfahren in der Nähe von Schweinfurt/Würzburg.