

Heuschnupfen, Asthma, Neurodermitis aus Sicht der TCM

Chinesische Medizin gegen die „Atopie“

Dr. rer. nat. Christian Schmincke

Heuschnupfen, Asthma und Neurodermitis fasst die moderne Medizin unter dem Begriff der „Atopie“ zusammen. Es handelt sich also mehr oder weniger um die gleiche Krankheit, die an unterschiedlichen Orten und in anderer Gestalt auftritt. Die Krankheit(en) ganzheitlich zu verstehen, liegt daher nahe. Dabei können wir von der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) lernen, die im Grunde alle Krankheiten als „Atopien“ auffasst – nicht das betroffene Organ ist „schuld“, sondern ein fehlgeleiteter Prozess. Ihn gilt es zu beeinflussen.

Atopie kommt von griechisch „Topos“ = „Ort“. Als Sammelbegriff für Heuschnupfen, Asthma und Neurodermitis verweist er auf die Neigung zum Ortswechsel dieser Krankheitserscheinungen. Der Ursprung der Krankheit ist also jenseits der betroffenen Organe suchen, das kranke Organ muss eher wie ein Opfer als ein Täter eines tiefer liegenden, den ganzen Menschen erfassenden Prozesses gesehen werden. Diesen Prozess zu verstehen und zu beeinflussen, dem dient die ganzheitliche Diagnostik und Therapie der chinesischen Medizin.

In den ersten Lebensjahren erfährt das Immunsystem seine Prägung; es muss lernen, schlagkräftig und effektiv mit Infektbelastungen umzugehen. Das bedeutet: eher kurzes heftiges Fieber (z.B. drei Tage), gehaltvolle Schleimproduktion von Nase und Bronchien – und anschließend gesteigertes Wohlbefinden als Zeichen dafür, dass der Infekt durchgestanden ist. Wird diese immunologische „Schlagfertigkeit“ nicht gelernt oder unterdrückt, gewöhnt sich die Abwehr an immer wiederkehrende Infekte. Der Weg zur allergischen Reaktionsweise ist gebahnt.

Bei Kindern, die später eine atopische Krankheit entwickeln, sehen wir schon früh diese erhöhte Infektanfälligkeit: Erkältungen häufen sich, sie werden langwieriger und kräftezehrender. Immer wieder werden Antibiotika gegeben. Schließlich entwickelt das Kind Mittelohr-Ergüsse und Polypen. Oder es gesellt sich zu dem nicht enden wollenden Husten eine Spastik: das kann der Beginn der asthmatischen Entwicklung sein.

Das chinesische Krankheitsverständnis beruht auf dem Verständnis der Natur im allgemeinen: immer geht es um Widerstreit und Ausgleich von Kräften oder Tendenzen, von Yin und Yang. Gesundheit besteht in einem lebendigen Gleichgewicht – lebendig, weil die Natur draußen und drinnen ständig in Bewegung ist. Die Phasen dieser Bewegung (z. B. innerhalb eines Jahres) werden durch fünf Elemente symbolisiert: Holz (Frühling), Feuer (Sommer), Erde (Spätsommer), Metall (Herbst) und Wasser (Winter).

Dem System der äußeren Natur werden Strukturen, Funktionen und Prozesse im Menschen zugeordnet. Die TCM meint mit „Herz“, „Lunge“, „Niere“ usw. nicht in erster Linie jene Organe, die die westliche Anatomie so bezeichnet, sondern jeweils einen Kreis von Funktionen. Aus der Erfahrung hat sich ergeben, dass je zwei solcher Funktionskreise und ihre Energiebahnen (Meridiane) eng miteinander verbunden sind und einem bestimmten Element unterstehen bzw. entsprechende Charakteristika aufweisen: Leber-Gallenblase (Holz), Herz-Dünndarm (Feuer), Milz-Magen (Erde), Lunge-Dickdarm (Metall) und Niere-Blase (Wasser)

Die Lunge regiert die Abwehrleistung

Im Mittelpunkt des Geschehens bei den atopischen Erkrankungen steht der Funktionskreis „Lunge-Dickdarm“, dem Haut und Schleimhautorgane ebenso zugeordnet sind wie das rhythmische Prinzip und das große Thema Kommunikation: Auseinandersetzung mit der Umwelt und mit anderen, aber auch Abgrenzung. Zugehörige Wandlungsphase (Element) ist Metall, das abkühlende und fortleitende, verteilende Element.

Die „Lunge“ regiert die Abwehrleistung des Organismus, das „Wei-Qi“. Auf der psychischen Ebene zeigt sich ein gesundes Wei-Qi in einer gewissen Robustheit und Schlagfertigkeit, mit der sich Zumutungen anstrengungslos abwehren lassen. Dagegen sind Abwehrschwäche, Dünnhäutigkeit, Überempfindlichkeit auch in psychischer Hinsicht allgemeine Merkmale des Atopikers. Der atopische Patient hat häufig Probleme mit der Abgrenzung, er kann oft nur schwer eine ausgeglichene Balance zwischen Nähe und Ferne finden. So sehen wir z.B. Neurodermitis-Kinder, die fast symbiotisch an der Mama kleben, andererseits aber dazu neigen, sich aggressiv gegenüber den Altersgenossen abzuschotten. Erstes Anzeichen dafür, dass eine Therapie greift, ist oft die Auskunft der Erzieherin im Kindergarten: Das Kind spielt wieder mit den Altersgenossen.

Reizbarkeit ist ein Symptom von „Winderkrankungen“

Den Einfluss von Krankheitsfaktoren beschreibt die chinesische Medizin ebenfalls anhand von Begriffen, die dem äußeren Naturerleben entstammen: Da ist von „Wind“, „Kälte“ oder „Hitze“ die Rede. Zum Teil lassen diese Begriffe sich auch aus dem westlichen Verständnis heraus nachvollziehen. So leuchtet ein, dass eine Entzündung eher „warm“ oder „heiß“ ist und eine Verschlackung eher „trüb“.

Der **Heuschnupfen** wird zu den äußeren „Winderkrankungen“ gerechnet. Zum Typus „Wind“ gehört die Reizbarkeit, seelisch und körperlich. Die dauernde Erfolglosigkeit der Infektabwehr erzeugt eine Art Wiederholungszwang, der die Schleimhäute in eine ständige Entzündungsbereitschaft versetzt. Entzündung und Schwellung ohne entlastende Schleimproduktion kennzeichnen die allergische Reaktionsweise.

Beim **Asthma** ist es vor allem die mit den frühen Erkältungen in den Körper eingedrungene „Kälte“, die die allergische oder infekgebundene Entzündung vom Nasenraum in die Bronchien absinken lässt. Hier verwirklicht sich das allergische Prinzip, gleichzeitig überaktiv und ineffektiv zu sein, auch auf der muskulären Ebene. Es führt zu Verkrampfungen der Bronchialmuskulatur mit Atemnot und verzweifelte Versuchen, Schleim auszuwerfen. Die Angst zu ersticken, korrespondiert, chinesisch gesehen, mit der inneren „Kälte“, steigert zusätzlich die Verkrampfungsneigung – ein Teufelskreis.

Das Ekzem der **Neurodermitis** stellt meist einen Entgiftungsversuch dar. Bei unproduktiven Entzündungen der Atmungsorgane, allergisch oder infekbedingt, fallen reichlich Entzündungsprodukte („trübe Hitze“) an, die in Blut und Lymphe (chinesisch „Xue“) übertreten. In einem Versuch der Entlastung werden sie aus dem Blut in die Haut transportiert. Dort sind jedoch die Ausscheidungsmöglichkeiten, im Gegensatz zu den Schleimhäuten, sehr beschränkt. Es kommt zum Stau von Stoffwechsel-Endprodukten, der wiederum zur Entzündung führt. Die Absicht des Körpers, auszuscheiden, wird u.a. durch die Beobachtung nahe

gelegt, dass der Juckreiz nachlässt, sobald durch Kratzen Blut und Lymphe ausgeschieden wurden.

Hitze lässt sich auch mit Kratzmassage ausleiten

Die Behandlung zielt auf die in dieser Weise begriffenen Ursachen. **Heuschnupfen** reagiert gut auf äußere Behandlungen wie Akupunktur und ähnliche Verfahren. Beispielsweise lässt sich über den Augenpunkt in der Mitte des Ohrläppchens das Augenbrennen lindern. Kalte Füße gehören gewärmt, damit die Yang-Hitze vom Kopf nach unten geführt wird. Hitzeausleitend wirkt eine durchblutungsfördernde Kratzmassage am oberen Rücken und auch die manuelle oder Nadel-Behandlung von etlichen Wind- und Hitze-Punkten z.B. Dickdarm 4 (d.h. der 4. Punkt auf dem Dickdarm-Meridian). Bisweilen reichen wenige Sitzungen aus, um für eine Saison Erleichterung zu bringen.

Im **Asthma**-Anfall wird man ohne professionelle Hilfe selten auskommen. Bestimmte Punkt-kombinationen haben sich bewährt: der sogenannte Zustimmungspunkt der Lunge (= Blase 13), ferner Lunge 7 und Magen 40, jeweils ergänzt durch individuell angezeigte Punkte. Alle die genannten Punkte eignen sich auch für die Akupressur.

Die oben genannten hitzeausleitenden Maßnahmen können bei deutlich kopfbetonter Neurodermitis den Juckreiz stillen. Weiterhin kommen blutiges Schröpfen im Bereich des Nackens (Lenkergefäß 14) und das Blütenlassen von Punkten im Bereich der Ekzem-Herde in Frage. Dies kann nur ein erfahrener Therapeut durchführen.

Besser als die Akupunktur, die vor allem für kurzfristige Symptomlinderung eine effektive Hilfe bietet, ermöglicht die chinesische Arzneitherapie langfristig angelegte Behandlungspläne, um die atopische Reaktionslage des Patienten umzustimmen. Diese Methode kann, wie jede Behandlung, die an die Krankheitswurzeln geht, überraschende und manchmal unangenehme Reaktionen hervorrufen, weshalb sie sich nicht für die Selbstbehandlung eignet, sondern in die Hand eines erfahrenen Therapeuten gehört.

Kräuter helfen dem Körper, langfristig normal zu reagieren

Der Therapeut verordnet in der Regel Abkochungen aus chinesischen Kräutern, die zu einem individuellen Rezept zusammengestellt wurden. Einige Beispiele:

- Die Windkomponente des Heuschnupfens und gelegentlich auch der Juckreiz der Neurodermitis reagieren gut auf Fructus Tribuli, die Samen des Burzeldorns.
- Flos Inulae, die Alanthblüte, kann helfen, Schleim aus der Tiefe nach oben zu holen und damit die Atemnot zu lindern.
- Die Bittermandel (Prunus amara) kann, kombiniert mit Radix Platycodi, der Ballonblumenwurzel, in Asthma-Rezepturen dazu beitragen, die spastische Überaktivität der Bronchialmuskulatur abzubauen.

Eine wichtige Phase der Arzneitherapie besteht in der Mobilisierung und Ausleitung von entzündlichen Substanzen aus Haut und Schleimhäuten. Diese können zu Schwellungen und Entzündungen führen und die Symptome Juckreiz oder Atemnot hervorrufen:

- Die entsprechenden Rezepturen enthalten u.a. trocknend und kühlend wirkende Pflanzen wie Radix Scutellariae, die Wurzel des Bärtigen Sumpfhelms.

Kräutermischungen helfen nicht nur akut gegen die Symptome, sondern schaffen gleichzeitig die Voraussetzungen dafür, dass der Körper über die Entwicklung schleimig-produktiver Infekte zur gesunden Funktionslage zurückfindet.

Zu den „Umweltfaktoren“ gehören TV und Schulstress

Besser als die beste Therapie wäre eine effektive Vorbeugung. Dafür muss man nach den Ursachen fragen: Warum sind heute so viele Menschen von atopischen Krankheiten betroffen? Dass Erbfaktoren beteiligt sind, zeigt die Häufung von Heuschnupfen, Asthma und Neurodermitis unter Verwandten. Allerdings verweist die rasante Zunahme der Atopien in den letzten Jahrzehnten auf die überragende Rolle, die Umweltfaktoren bei der Entstehung dieser Krankheiten spielen. Welche Umweltfaktoren sind aus chinesischer Sicht verantwortlich zu machen? Zunächst denken wir an die chemische Belastung: Gifte, mit dem Essen aufgenommene Substanzen, die Verdauungs- und Immunsystem überfordern, sowie Reizstoffe, die die Atmungsorgane belasten. Ebenso wichtig ist die mentale Reizüberflutung durch Fernsehen, Schulstress usw.

Von größter Tragweite für die Frage der atopischen Entwicklung ist die Art und Weise, wie das Kind lernt, Krisen zu bewältigen, vor allem immunologische Krisen, z.B. Atemwegsinfekte. Wird die Krisenfähigkeit eingeschläfert durch das Wegimpfen aller Kinderkrankheiten? Wird der Infekt in seiner Entfaltung behindert durch zu frühen Einsatz von Symptomkillern wie Abschwell spray, Fiebersenker, Antibiotika? Gönnen unsere Leistungsgesellschaft dem Kind die Ruhe, einen Infekt durchzustehen, auch wenn dadurch die eine oder andere Schulstunde versäumt wird?

Bei aller Abhärtung muss aber auf Überforderungszeichen des Kindes geachtet werden. Es sollen Bedingungen geschaffen werden, die ein tragendes Gemeinschaftsgefühl entstehen lassen. So kann das Kind sein eigenes Gleichgewicht zwischen Nähe und Abgrenzung finden.

Dünnhäutigkeit und Überempfindlichkeit sind dem Atopiker in die Wiege gelegt. Doch erst widrige Umweltbedingungen treiben ihn in einen Teufelskreis aus schlecht absolvierten Infekten und zunehmender Fehlfunktion der Abwehr. Vielleicht enthält die Erblast der Empfindlichkeit aber auch ein positives Potential: eine Sensibilität für die feineren Schwingungen der sozialen und natürlichen Umwelt, die sich aus der Erfahrung der eigenen Verletzlichkeit nährt, und die darum den robusteren Naturen nicht gegeben ist.

Dr. rer. nat. Christian Schmincke, Jahrgang 1945, Biochemiker und Arzt; nach Medizinstudium Ausbildung in chinesischer Medizin in Europa und China, danach zwölf Jahre Allgemeinarztpraxis. Seit sieben Jahren ärztlicher Leiter der Klinik am Steigerwald – Klinik für Chinesische Medizin und Biologische Heilverfahren – in der Nähe von Würzburg.

Klinik am Steigerwald
Fon: 09382-9490
info@tcmklinik.de
www.tcmklinik.de

Manuskript zum Artikel in:
Naturarzt, Heft 02/2005, S. 11 und 14-15.