



WIR WÜNSCHEN
IHNEN EINE WUNDER-
VOLLE WEIHNACHTSZEIT
UND EINEN GUTEN
RUTSCH INS NEUE JAHR!

IHRE SBO-TCM



KONTAKT

Schweizerische Berufsorganisation
für Traditionelle Chinesische Medizin (SBO-TCM)
Alfred Lienhard Strasse 1
9113 Degersheim
Tel. 071 372 01 11
Fax 071 372 01 19
sekretariat@sbo-tcm.ch
www.sbo-tcm.ch



Spezial
**Diätetik
bei Gicht**
auf Seite 40

FOKUS IN
DIESEM HEFT:
DIE HAND

AKUPUNKTUR +++ PHYTOTHERAPIE +++ TUINA +++ DIÄTETIK +++ QI GONG

KURZÜBERBLICK	03 Verband
	12 Agenda
	19 Koreanische Handakupunktur
	30 Kindertuina
	36 Morbus Raynaud
	40 Diätetik bei Gicht
	43 Taiji

EIN NEUER NEWSLETTER ENTSTEHT

Ungefähr vor einem Jahr gab es bei der SBO-TCM Aufgaben zu vergeben. Eine davon war Mitarbeit im Bereich Marketing und Kommunikation, und zwar für die Leitung des Ressortteams «Interne Kommunikation». Nach einem ersten Treffen mit der Ressortleiterin Marie-Therese Laminet war rasch klar, dass wir am gleichen Strick ziehen. Es ging um die Neugestaltung des Newsletters. Noch am ersten Treffen hatten wir unzählige Ideen und Fantasien. Von einem Newsletter der Extraklasse, modern und fachlich hochstehend. Dass das nicht so einfach umzusetzen ist, war schnell klar, und dass diese Ideen z.T. nur unseren Fantasien entsprechen, auch. Schliesslich sind der Geschmack und die Erwartungen an einen Newsletter verschieden. Ich meldete mich für die Aufgabe als Ressortteamleiterin. Um etwas zu verändern und mit zu gestalten. Der Newsletter ist wichtig, es ist das Sprachorgan eines Verbandes, eine Art Visitenkarte. Wir wollten etwas schaffen, das Verbandsneuigkeiten mit TCM-Fachartikeln verbindet und gleichzeitig auch die Studierenden und Mitglieder zur Sprache kommen lässt. Nämlich in der Rubrik «Dies & Das», welche auch «Leserbriefe» oder «Plauderecke» genannt werden könnte. Somit könnten auch Sie handeln und Ihre Beiträge schreiben. Schreiben ist übrigens eine der wichtigsten Fähigkeiten der Hand. Wir möchten Ihnen spannende und interessante Artikel bieten, zu allen Bereichen der TCM. Dafür gibt's jeweils in jeder Ausgabe eine spezielle Rubrik und ein Leitthema, dieses Mal die Hand. Warum haben wir die Hand als Thema gewählt?

Wir als Therapeuten be«hand»eln alle unsere Patienten. Weil die Hand in unserem Leben eine wichtige Rolle spielt: Die Hand ist zum Geben und Nehmen, man kann Dinge begreifen, seinen Handlungsraum erweitern oder jemandem die Hand reichen. Hände können sanft und zärtlich sein, streicheln, beruhigen, stabilisieren und stärken. Sie können fest zupacken oder gar gewalttätig sein. Mit den Händen kann man festhalten, doch auch loslassen.

Eine besondere Bedeutung nimmt die Hand auch in der Evolution des Menschen ein. Durch die Entwicklung des aufrechten Ganges wurden die Hände frei für die Erfassung und Gestaltung der Umwelt. Durch Optimierung des Tast- und Greiforgans

konnten immer komplexere Tätigkeiten ausgeführt werden, die immer differenziertere Handlungsentwürfe durch das Gehirn erforderten. Sowohl Hand als auch Gehirn profitierten so voneinander und verhalten sich gegenseitig zu ihrer weiteren Entwicklung.

Mit der Hand verbinden wir auch den Gedanken, wie wichtig es ist, die Verantwortung für das eigene Tun und Handeln zu übernehmen. Zitat von Henry Miller: «Der gewöhnliche Mensch ist in eine Handlung verwickelt, der Held handelt. Der Unterschied ist gewaltig.» Dieses Zitat ist sozusagen der Leitspruch unserer Redaktion geworden.

Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Lesen!

Karin Fuchs und Marie-Therese Laminet, Redaktion



Karin Fuchs
Ressort Marketing & Kommunikation,
Praxis in Aarau



Marie-Therese Laminet
Vorstandsmitglied SBO-TCM,
Praxis in Biel



Hans-Peter Gerber, dipl. Akupunkteur SBO-TCM berät eine Besucherin zur Ernährung anhand Zungen- und Pulsdiagnostik.

AKTIONSTAG DER TERZSTIFTUNG IM KONGRESSHAUS ZÜRICH AM 12.5.2010

Mit der Kampagne «Blib fit» sensibilisiert die terzStiftung Menschen ab 50 Jahren dafür, was sie selber tun können, um möglichst lange selbstständig leben zu können. Ihre vier Pfeiler sind richtige Ernährung, ausreichende Bewegung, geistige Aktivitäten, positives Denken. Das Angebot an den drei Aktionstagen in Zürich, Basel und Weinfelden umfasste Puls- und Zungendiagnose (TCM), Beratung Mikronährstoffe, Ernährungsberatung (EPD-Programm), Knochendichte- und Blutdruckmessung, Hörtest mit Audiogramauswertung, Sturzprophylaxe durch Training mit Osflow, Übungen mit Fitness-Trainern, aktive Koordinationsübungen, Nordic Walking-Kurzinstruktionen, Bewegungsparcours, QiGong, Handy-Beratung, Beratung Seniorenbetreuung (zu Hause), Notfallplanung 66+, gesunde Fertiggerichte zum Testen etc.

Der Anlass war gut besucht, und wir hatten alle Hände voll zu tun mit Puls fühlen oder kurzer Tuina-Demonstration im Nacken-Schulter-Bereich. Viele Zungen haben wir gesehen und gaben Ernährungsvorschläge ab. Es bildete sich eine Schlange vor unserem Stand, aber die Damen und auch einige Herren warteten geduldig bis sie an der Reihe waren. Wegen der Diskretion musste ein Abstand eingehalten werden, denn bei den individuellen Tipps sollten nicht alle mithören können. Einigen konnten wir auch die Adresse einer/s SBO-TCM-TherapeutIn in Ihrer Nähe angeben. Nebst dieser konkreten Vermittlung konnten sich die Teilnehmenden ein Bild davon machen wie wir arbeiten. Einige waren auch überrascht, dass wir aufgrund des Puls- und Zungenbildes erahnen konnten, wo ihre Problem-bereiche liegen. Für uns war es ein anstrengender Nachmittag, aber wir hoffen, dass wir einen Beitrag zur Anerkennung der TCM als Therapiemethode in der Bevölkerung leisten konnten.

Patricia Anwander
Vorstandsmitglied SBO-TCM, Ressort Mitglieder

MOXAFRICA –

eine Untersuchung der Frage, ob direkte Moxibustion im Kampf gegen heilmittelresistente TB in Afrika eine Rolle spielen kann.

Direkte Moxibustion wird in den europäischen Akupunkturschulen kaum gelehrt, hauptsächlich aufgrund des damit verbundenen Risikos der Entstehung von Brandblasen. Aus diesem Grund wird auch die Geschichte der Moxibustion vernachlässigt. Im Laufe dieser Geschichte hat sich jedoch immer wieder gezeigt, dass die direkte Moxibustion lange Zeit als mögliche Behandlungsform ansonsten unheilbarer Krankheiten anerkannt wurde. Sie wird von Mengzi (Mencius) erwähnt, und Ling Shu Kap. 51 ist recht explizit: wenn die Nadelbehandlung keinen Erfolg hat, ist Moxibustion die einzige Behandlung, die als letzte Möglichkeit noch bleibt.

Tuberkulose ist eine der ältesten der hartnäckigen Krankheiten des Menschen und verläuft in der Regel tödlich. In den Industrieländern hat man die Krankheit weitestgehend eingedämmt, in den Entwicklungsländern ist die Situation jedoch noch dieselbe wie in der Zeit vor der Einführung von Antibiotika. Von den Menschen, die an Tuberkulose sterben, leben 98 % in den Slums und Dörfern der Entwicklungsländer. Die Tuberkulose (TB) wird im Kanon der ostasiatischen Medizin mit mehreren Ausdrücken bezeichnet. Eine Beschreibung lautet «ausgezehnte Infixation». Sie hat uns in Uganda aus den Augen im Gesicht eines 25 Jahre alten Mannes, der dem Tode nahe war, angestarrt. Es ist kein schöner Anblick.

Und was sah man in China als Antwort auf diese Krankheit an? Im Laufe der Jahrhunderte war es die Moxibustion – bei Vereiterung die Verbrennung von großen Kräutermengen, auf eine Weise, die zu aggressiv war, um sie heute noch in Betracht ziehen zu können.



In Japan wurde die Moxibustion an die Verwendung von kleineren Kegeln in geringerer Zahl angepasst, wenn keine Vereiterung vorlag, und auch hier gibt es eine Geschichte erfolgreicher TB-Behandlung. Mit der Einführung von Medikamenten gegen die Tuberkulose und dem Aufkommen von mehr Wohlstand wurde diese Tradition jedoch buchstäblich vergessen. Doch noch vor nicht allzu langer Zeit (in den 1930er Jahren) wurde sie mit Belegen für ihren Erfolg, begleitet von Tierversuchen, eingesetzt. Man ging davon aus, dass ihre Wirkung einfach auf der Anregung der Immunreaktion des erkrankten Organismus beruhte.

Heute nehmen die Herausforderungen, die uns die Tuberkulose stellt, buchstäblich mit jedem Tag zu. Die Krankheit verfügt über die Eigenschaft, zu Stämmen zu mutieren, die gegen ein oder sogar alle elf Medikamente resistent sind (im schlimmsten bislang bekannt gewordenen Fall). Fachleute schlagen schon seit Jahren Alarm, aber man hat ihnen bisher wenig Gehör geschenkt. Der Direktor der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ging sogar so weit zu behaupten, dass die extensiv heilmittelresistente TB (XDR-TB) «die Welt in die Zeit vor den Antibiotika zurückversetzen» könnte – und wir verfügen tatsächlich über nichts, womit wir dieser Bedrohung begegnen könnten.

Könnte die Moxibustion hier heute eine Rolle übernehmen? Die Geschichte ihrer Verwendung ist dokumentiert; sie ist preisgünstig; sie erfordert nur geringen technischen Aufwand und ist leicht lehrbar; sie kann nicht patentiert werden; und es wäre möglich, dass sie nicht nur gegen heilmittelresistente Stämme eingesetzt werden kann, wenn kein Medikament existiert, sondern auch in Fällen einer Ko-Infektion mit HIV, einem noch fataleren Krankheitsbild, dem man in Afrika nur zu häufig begegnet. In den letzten fünfzehn Jahren hat sich



die Zahl der Fälle von TB in Afrika verfünffacht – und wie in allen anderen Weltgegenden, in denen TB gehäuft auftritt, gibt es keine konzentrierte Aktion zu ihrer Bekämpfung.

Moxafrica ist ein Programm, das in Kampala durchgeführt wird. Seine Ergebnisse haben bestätigt, dass die Moxibustion an afrikanische Patientengruppen angepasst werden kann und dass sie von den Mitarbeitern im dortigen Gesundheitssystem akzeptiert wird. Was jedoch noch wichtiger ist: wir sind zu der Schlussfolgerung gelangt, dass die japanischen Berichte aus den 1930er Jahren alles andere als übertrieben waren – die Patienten und Mitarbeiter im Gesundheitssystem sind davon überzeugt, «dass diese Therapieform wirkt!». Wir sind, genauso wie die Autoren des Lingshu, mit der Möglichkeit konfrontiert, dass die Moxibustion auch heute eine Krankheit bekämpfen kann, der ansonsten nicht begegnet werden kann. Unsere gegenwärtige Aufgabe besteht darin, diese Untersuchung schrittweise in ordnungsgemäßen klinischen Studien fortzuführen, damit wir diese hoffnungsvollen Anfangsergebnisse professionell bestätigen können. Dies ist bei weitem keine leichte Aufgabe, und die anfänglichen Reaktionen aus der Welt der Biomedizin und der Akupunktur waren äußerst enttäuschend. Wir dürfen jedoch nicht aufgeben, denn man schätzt, dass täglich 2000 Afrikaner an TB sterben.

Was wir bisher in Erfahrung bringen konnten, reicht kaum, um eine neue Seite in der Geschichte der traditionellen ostasiatischen Medizin aufzuschlagen. Sollte es uns jedoch gelingen, dieses Projekt weiter voranzubringen, dann könnte es sich herausstellen, dass es sich lediglich um die erste Seite eines denkwürdigen, neuen Kapitels handelt. Doch dazu benötigen wird dringend finanzielle Unterstützung.

Autor: Merlin Young & Jenny Craig, Fotos: Karin Fuchs

Wenn Sie daran interessiert sind, uns zu helfen, finden Sie weitere Informationen auf der Moxafrica Website.
www.moxafrica.org



ETHISCHE RICHTLINIEN

Liebe Mitglieder

In den letzten Monaten sind beim Sekretariat gehäuft Reklamationen von Patienten eingetroffen, die sich über die Art und Weise Ihrer Behandlung in verschiedenen TCM Zentren beschweren. Ich möchte an dieser Stelle auf unsere Ethischen Richtlinien hinweisen, die auf unserer Homepage aufgeführt sind. Jedes Mitglied ist verpflichtet, diese Richtlinien nach bestem Wissen und Gewissen einzuhalten. Eingehende Reklamationen werden sehr ernst genommen und gegebenenfalls von der Disziplinar- und Ethikkommission geprüft.

ETHISCHE RICHTLINIEN

Präambel

Im Wissen um die Bedeutung des Verhältnisses und der Abhängigkeiten zwischen Kranken und Heilenden erlässt die Schweizerische Berufsorganisation für Traditionelle Chinesische Medizin (SBO-TCM) Richtlinien für das Verhalten und die Vorgehensweise ihrer Mitglieder bei der Ausübung ihrer beruflichen Tätigkeiten. Damit soll dem Wert und der Verpflichtung Ausdruck gegeben werden, welche die Verbandsziele innehaben. Das oberste Ziel allen beruflichen Handelns und Strebens der Angehörigen der Schweizerischen Berufsorganisation für Traditionelle Chinesische Medizin (SBO-TCM) ist das Wohl und die Gesundheit der Patienten. Die Angehörigen der Schweizerischen Berufsorganisation für Traditionelle Chinesische Medizin (SBO-TCM) verpflichten sich, diese Richtlinien vorbehaltlos und nach bestem Wissen und Gewissen einzuhalten, gewissenhaft zu befolgen und keine Ausnahmen zuzulassen.

Zweck

Die ethischen Richtlinien regeln das Verhalten der TCM-Therapeuten im Umgang mit ihren relevanten Bezugsgruppen und haben zum Zweck:

- Das Vertrauensverhältnis zwischen allen Partnern im Gesundheitswesen (Therapeuten, Patienten, Leistungserbringer, Öffentlichkeit und andere mit der Traditionellen Chinesischen Medizin in Verbindung stehenden Gruppen) zu fördern und zu unterstützen.
- Das Verhalten der Therapeuten untereinander sowie zu den Patienten auf eine Ebene gegenseitigen Verständnisses und hoher Akzeptanz zu stellen.
- Das Ansehen der TCM-Therapeuten in der Öffentlichkeit zu mehren und zu sichern.

Grundsätze

Die vornehmste Aufgabe des TCM-Therapeuten ist die Gesunderhaltung der Menschen und im Krankheitsfall deren nachhaltige Genesung durch die Traditionelle Chinesische Medizin zu fördern und unterstützen.

Er ist sich der Stärken der Traditionellen Chinesischen Medizin bewusst und wendet sie nach allen Regeln der medizinischen Kunst sorgfältig und kompetent an.

Er verpflichtet sich zur ständigen Weiterbildung nach den Vorschriften und Empfehlungen der Schweizerischen Berufsorganisation für Traditionelle Chinesische Medizin (SBO-TCM) und sorgt für eine angemessene Qualitätssicherung.

Umgang mit den relevanten Bezugsgruppen

Umgang mit den Patienten

- Der TCM-Therapeut verhält sich zu seinen Patienten in jeder Hinsicht korrekt und ehrlich. Dabei macht er keine Unterschiede in Bezug auf Herkunft, Rasse oder Religion. Er versucht ein Vertrauensverhältnis aufzubauen, das es den Patienten ermöglicht, ihn jederzeit wegen Problemen und Beschwerden zu konsultieren. Dies vor allem im Wissen, dass eine seriöse, fundierte und erprobte Methode zur Heilung angewandt wird.
- Er unterlässt jedes Versprechen von Heilerfolgen.
- Er unterlässt jede Form von Beziehungen, die sich aus dem speziellen therapeutischen Abhängigkeitsverhältnis ergeben können, insbesondere Beziehungen materieller, emotionaler oder sexueller Natur.
- Der TCM-Therapeut ist verschwiegen und hält sich an das gebotene Patientengeheimnis. Er erteilt niemandem Auskunft über seine beruflichen Beziehungen zu Patienten. Sämtliche Patientendaten werden an einem sicheren Ort aufbewahrt und stehen keinem Aussenstehenden in irgendeiner Weise zur Verfügung. Es steht einzig und allein dem Patienten das Recht



zu, seine Daten zu veröffentlichen oder an von ihm bezeichnete Personen weiter zu geben. Von dieser Regelung ausgenommen sind einzig die gesetzlichen Vorschriften.

- Der Patient hat das Recht, Einsicht in und/oder Kopien von ihren Patientendokumentation zu verlangen. Damit verzichtet er ausdrücklich auf das Patientengeheimnis. Dies muss er schriftlich bestätigen.
- Patientendaten müssen mindestens 10 Jahre nach der letzten Eintragung aufbewahrt werden.
- Wenn ein TCM-Therapeut aufgehört zu praktizieren, so stellt er eine angemessene Weiterbehandlung seiner Patienten durch andere Therapeuten sicher. Der Patient ist nicht verpflichtet, diese zu akzeptieren.

Umgang mit der Öffentlichkeit

Der TCM-Therapeut unterlässt alles, was den Berufsstand in der Öffentlichkeit in Verruf bringen könnte. Er ist sich bewusst, dass eine integre Lebensführung und ein gesetzeskonformes Verhalten eine wichtige Grundlage für das Vertrauen der Öffentlichkeit in den Berufsstand im Allgemeinen und die Traditionelle Chinesische Medizin im Speziellen sind.

- Medizinische Erfolge dürfen mit Deutlichkeit, jedoch mit gezielter Bescheidenheit unterstrichen und demonstriert werden.
- Im Speziellen unterlässt der TCM-Therapeut jede aufdringliche und marktschreierische Werbung sowohl für sich selber, die Praxis und die Methode.

Umgang mit Kollegen

- Der TCM-Therapeut ist sich bewusst, dass nur ein kollegiales Verhältnis untereinander eine Arbeit zum Wohl des Patienten ermöglicht. Gegenseitige Hilfe und kollegiale Ratschläge sind selbstverständlich.
- In einem eventuellen Streitfall unter ihnen rufen sie in erster Linie den Vorstand der Schweizerischen Berufsorganisation für Traditionelle Chinesische Medizin an und unterwerfen sich dessen Urteil.

Umgang mit den Kostenträgern

- Der TCM-Therapeut hält sich bei jeder Behandlung an das Wirtschaftlichkeitsgebot und an eine transparente Preispolitik. Er optimiert seine Methoden auch in Bezug auf Kosten und Nutzen, ohne allerdings das Wohl des Patienten in den Hintergrund zu stellen oder gar zu vernachlässigen.
- Überarztung eines Patienten, also die Anwendung von Methoden, die nicht auf Notwendigkeiten beruhen oder unnötig hohe Anzahl von Behandlungen sind unlauter, nicht im Interesse des Patienten, der Leistungsträger und somit der Öffent-

lichkeit und stellen einen groben Verstoss gegen diese ethischen Richtlinien dar.

Berufsausübung

Der TCM-Therapeut wendet nur Methoden an, die er nachweislich beherrscht und die erprobt und getestet sind. Er wendet keine Methoden an, die er mit seinem Gewissen nicht vereinbaren kann.

Er kennt die Grenzen seiner Heilmethoden und weist Hilfesuchende, die er nicht behandeln kann oder wo die Heilungschancen bei anderen Methoden besser oder vielversprechender sind, an diejenigen Stellen weiter, die mit grösstmöglicher Sicherheit dem Wohl des Patienten eher von Nutzen sind. Dabei achtet er nicht auf kleinlichen Standesdünkel, sondern allein auf das Wohlbefinden seines Patienten.

Er respektiert Therapievereinbarungen Dritter und nimmt nötigenfalls, nach Absprache mit dem Patienten, Kontakt mit der verordnenden Person auf.

Anwendung

Die ethischen Richtlinien sind für alle Mitglieder der Schweizerischen Berufsorganisation für Traditionelle Chinesische Medizin (SBO-TCM) verbindlich.

Verfahren / Sanktionen bei Verstössen

Verstösse gegen diese Richtlinien können von jedermann angezeigt werden. Der Vorstand erlässt ein Reglement für das Verfahren bei Anzeigen gegen diese Richtlinien. Verstösse gegen diese Richtlinien verjähren 10 Jahre nach der Tat.

Die Sanktionen sind:

1. Verweis
 2. Busse
 3. Suspendierung auf Zeit
 4. Ausschluss aus dem Verband und Entzug des SBO-Titels
- Die Sanktionen können kumuliert werden.

Carla Fuhlrott

Präsidentin SBO-TCM



AUSWERTUNG DER MEINUNGSUMFRAGE DER PRÜFUNGEN IM MAI 2010

An jeder SBO-TCM Prüfung versuchen die Organisationsverantwortlichen die Prüfungssituation für die Teilnehmer so angenehm wie möglich zu gestalten. Deshalb führen wir nach jeder Prüfungssession eine Meinungsumfrage durch, die konstruktive Kritik zu einzelnen Punkten geben soll.

Auf Grund dieser Umfrage ändern wir nötigenfalls Abläufe oder Strukturen, um es bei der nächsten Prüfung noch angenehmer zu machen.

Bei der Mai-Session überwiegen die positiven Rückmeldungen deutlich. Vor allem die Atmosphäre und die Durchführung allgemein werden vielseitig gelobt. Dies freut uns sehr und be-

stätigt uns, auf dem richtigen Weg zu sein. Die angebotene Verpflegung für die Teilnehmer wird von vielen sehr geschätzt. Gleichzeitig fühlten sich einige Teilnehmer durch die damit verbundene Unruhe gestört. Wir werden das Personal nochmals darauf hinweisen, die Getränke und Esswaren so leise wie möglich herauszugeben.

Bei den kritischen Rückmeldungen wurde vor allem bemängelt, dass es in der Mehrzweckhalle in Liestal zu kalt war. Leider lässt sich dies nicht vermeiden. Wir machen jedoch alle Teilnehmer mit unserem Einladungsschreiben frühzeitig darauf aufmerksam, sich warm anzuziehen.

Herzlichen Dank an alle, die an der Umfrage teilgenommen haben. **Sekretariat**

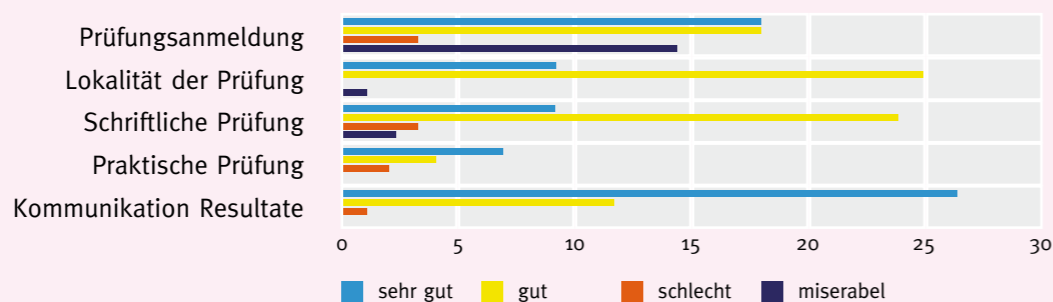
SEK – UNTERSTÜTZUNG GESUCHT

Durch das Wachstum unseres Verbandes in den letzten Jahren sind neue Strukturen entstanden, die den Vorstand entlasten sollen. Unseren Mitgliedern wird deshalb vermehrt die Gelegenheit geboten, sich in die Verbandsstruktur einzubringen und dadurch die Verbandsarbeit mitprägen zu können.

Die Schulexpertenkommission (SEK) braucht Ihre Unterstützung und informiert Sie mit dem nachfolgenden Steckbrief über das Team und dessen Aufgaben. Es freut uns, wenn wir Ihr Interesse wecken und Sie sich und Ihre Fachkompetenz einbringen wollen. Gerne steht Ihnen die Leiterin der SEK, Andrea Stutterich, mit ergänzenden Auskünften zur Verfügung.
Kontakt: stutterich@sbo-tcm.ch



Auswertung der Meinungsumfrage der Prüfungen im Mai 2010



	Kommunikation Resultate	Praktische Prüfung	Schriftliche Prüfung	Lokalität der Prüfung	Prüfungs-anmeldung
sehr gut	27	7	9	9	18
gut	12	4	24	25	18
schlecht	1	2	3	0	3
miserabel	0	0	2	1	0

STECKBRIEF

Name
SEK – das bedeutet Schulexpertenkommission

Alter
Die SEK wurde im August 2008 gegründet

Aufgaben
Die SEK hat im Wesentlichen folgende, nicht abschliessende Aufgaben:

- Ansprechpartner für Schulen in Sachen
 - Akkreditierungsverfahren
 - Praktikumsrichtlinien
 - Schulhandbuch
- Betreuung der Schulen
- Organisation von Weiterbildung und Workshops für Schulen
- Entwicklung und Betreuung des Schulhandbuches und der darin enthaltenen Werkzeuge und Richtlinien (Akkreditierungsverfahren, Praktikumsrichtlinien, Anforderungskataloge, usw.)
- Aufbau der Qualitätsüberprüfung von Schulen und Praktikumskonzepte

Zusammensetzung
Leiterin der SEK ist Andrea Stutterich, sie ist ebenfalls Mitglied des Vorstandes und damit auch Bindeglied zwischen diesen beiden Gremien. Des weiteren ist ein Mitglied der PEK,

ein Bildungsexperte und eine Therapeutin oder ein Therapeut in der SEK vertreten. Weitere Mitarbeitende wie Dozierende, Interessierte sind willkommen.

Mitarbeit
Wer in der SEK mitarbeiten möchte, bringt am Besten Folgendes mit:

- Interesse an den Themen der SEK
- Fachlicher und methodischer Hintergrund, um die Themen der SEK bearbeiten zu können
- Zeit für Sitzungen und Vorbereitungen und Bearbeitungen aufwenden können
- Zuverlässigkeit

Die Aufgaben sind

- An ca. 8 - 10 SEK-Sitzungen pro Jahr teilnehmen
- Die SEK-Sitzung gemäss Einladung vorbereiten
- Pendenzen erledigen
- Dokumente studieren, verstehen, Rückmeldungen geben und eigene Ideen einbringen, sowohl schriftlich als auch mündlich an den Sitzungen
- Eigene Teilaufgaben übernehmen
- Die SEK an Anlässen der SBO-TCM vertreten, z.B. Schulmeeting, Treffen der Praktikumsleiter

Kontakt
Andrea Stutterich
stutterich@sbo-tcm.ch

ÜBERGANGSFRIST LÄUFT AB

PRAKTIKUM 2011: NUR NOCH BEI SCHULEN MIT PRAKTIKUMSKONZEPT

Seit 2010 kann das Praktikum nur noch über eine anerkannte Schule absolviert werden. In einem Praktikumskonzept definiert jede Schule, wie dieses Praktikum geregelt wird. Schulen, die Anfang dieses Jahres noch über kein entsprechendes Konzept verfügten, hatten die Gelegenheit, es bis Ende 2010 nachzureichen. Ab 2011 können Praktika nur noch über Schulen absolviert werden, die über ein geprüftes und angenommenes Praktikumskonzept verfügen.

Seit Anfang dieses Jahres sind die Schulen bekanntlich für die gesamte Ausbildung verantwortlich, neu also auch für das Praktikum. Dafür musste jede Schule ein Praktikumskonzept ausarbeiten und durch die Firma SQS (Schweizerische Vereinigung für Qualitäts- und Management-Systeme) überprüfen und durch die SBO-TCM genehmigen lassen.

Fast alle Schulen mit Konzept

Jetzt, gegen Ende der Übergangsfrist, arbeiten fast alle Schulen mit einem entsprechenden Konzept. Einzelne Schulen reichten hingegen noch kein Praktikumskonzept ein oder verzichteten darauf, weil sie sich auf Weiterbildungen beschränken.

Prüfen, ob Schule über Konzept verfügt

Ab 01.01.2011 kann das Praktikum nur noch bei Schulen absolviert werden, die über ein geprüftes und genehmigtes Praktikumskonzept verfügen. Welche Schulen dies sind, erfahren Sie auf der Schulliste auf unserer Homepage (www.sbo-tcm.ch > SBO-TCM Berufsverband > Studenten / angehende TherapeutInnen > TCM-Schulen > anerkannte Schulen). Für Studierende könnte dies leider bedeuten, dass sie die theoretische und die praktische Ausbildung an zwei verschiedenen Schulen absolvieren müssen.

Andrea Stutterich, Vorstandsmitglied SBO-TCM

SBO-TCM HANDBUCH ANPASSUNGEN – 12. AUFLAGE 2011

Das SBO-TCM Handbuch wird laufend überarbeitet. So waren auch dieses Jahr durch verschiedenste Änderungen und Neuerungen grössere Anpassungen nötig.

Diese betreffen vor allem folgende Kapitel:

- Inhaltsverzeichnis
- Kapitel 1 Anpassungen Vorstand
- Kapitel 6 Ergänzung der Prüfungsanforderungen für die Fachrichtung Phyto West nach TCM / Anpassungen der Prüfungsanforderungen allg.
- Kapitel 9 Änderungen in den Prüfungsabläufen und Inhalten
- Kapitel 11 Ergänzung der Bücherliste Phyto West
- Kapitel 12 Ergänzung zusätzliches Formular «Antrag auf A-Mitgliedschaft für Personen mit chin. Staatsexamen oder NCCAOM Diplom»

Die neuen Versionen der betroffenen Kapitel sind auf der Homepage unter folgendem Link aufgeschaltet.

www.sbo-tcm.ch/verband/die-sbo-tcm/sbo-tcm-handbuch.html

Bitte beachten Sie, dass diese Seite nur durch Eingabe Ihrer Benutzerdaten zugänglich ist. Falls Sie dem Sekretariat noch nicht gemeldet haben, ob Sie ein gedrucktes Exemplar erhalten möchten, bitten wir Sie dies bis **spätestens 15. Dezember 2010** nachzuholen.

Bei dieser Gelegenheit möchten wir uns bei Ihnen für Ihre Mitgliedschaft und die damit verbundene Unterstützung des Verbandes herzlich bedanken. Wir freuen uns auf eine weiterhin erfolgreiche Zusammenarbeit in der Förderung unseres Berufsstandes.

Sekretariat

BESTÄNDIG IST NUR DER WANDEL – SO AUCH BEI DEN RICHTLINIEN ZUR REGISTRIERUNG BEIM EMR

TherapeutInnen, die sich vor 2003 mit einer Methode beim EMR registrieren liessen, können heute Probleme mit der Registrierung weiterer Methoden haben, falls sie keine schulmedizinische Ausbildung vorweisen können, die den heute gültigen Richtlinien des EMR genügen. (Die ASCA/EGK-Registrierung hingegen ist zurzeit kein Problem.) Diese Erfahrung machen länger praktizierende TherapeutInnen und bedauern, dass sie weitere Methoden nur mit zusätzlichem Aufwand registrieren lassen können oder lassen sich dann nicht für weitere Untermethoden registrieren.

Das EMR verlangt heute eine schulmedizinische Lehrgangsbestätigung mitsamt Diplom/Zertifikat von einer Schule im Sinne einer Gesamtausbildung über 600 Stunden Westmedizin (à 60 Min). Details zur schulmedizinischen Ausbildung finden Sie in den ergänzenden Richtlinien zur Registrierung der Methodengruppe 185 TCM (beachten Sie insbesondere die Ziffern 4.1, 4.2, 4.3.1, 4.3.2).

Das EMR schreibt dazu: «Die Reglemente des EMR werden aus Qualitätsgründen kontinuierlich weiterentwickelt. Somit müssen wir auch darauf bestehen, dass jede absolvierte Ausbildung mit den entsprechenden Unterlagen, die gemäss den aktuellen Reglementen verlangt werden, nachgewiesen wird. Dies gilt auch, wenn ein Therapeut zu einem früheren Zeitpunkt beim EMR registriert war oder bereits für andere Methoden oder Untermethoden registriert ist. Wir empfehlen Ihnen, die Website www.emr.ch regelmässig zu konsultieren, um sich über die Neuerungen respektive Ankündigungen für zukünftige Anpassungen zu informieren.» Im Sinne der Bestandwahrung reicht für die bereits registrierte(n) Methode(n) die Erfüllung der Kriterien der Fortbildungsordnung (FBO), auch wenn zwischenzeitlich neue Registrierungsbedingungen für diese Methode(n) bestehen. Aus einer bestehenden Registrierung kann kein Anspruch auf die Registrierung weiterer Methoden mit denselben Nachweisen abgeleitet werden.

Dies kann für langjährige beim EMR registrierte TCM-TherapeutInnen, welche eine weitere Untermethode registrieren lassen möchten, bedeuten, dass sie eine Schule finden müssen, welche eine EMR-konforme Schulmedizinische Ausbildung anbietet, wo sie die fehlenden Stunden und Fächer nachholen können und wo sie eine Prüfung über die gesamte schulmedizinische Ausbildung ablegen können (die Prüfung darf sich nicht auf die nachgeholtene Stunden beschränken). Eine Prüfung in Westmed bei der SBO-TCM genügt nicht. Die Schule muss nachweisen, wie viele Stunden dem Therapeuten aufgrund der Vorbildung erlassen wurden und wie viele Stunden zusätzlich an der Schule absolviert wurden.

Das EMR verlangt für die Prüfung des Registrierungsgesuchs Fr. 180.–, welche Sie eventuell nicht unnötigerweise ausgeben, wenn Sie vor der Einreichung des Registrierungsgesuchs die aktuellen Richtlinien genau studieren. Beachten Sie auch, dass ab 2011 die verlangten Lernstunden in Akupunktur, Tuina, Diätetik und Kräutern erhöht werden (auf jeweils mind. 300 Stunden).

Patricia Anwander,

Vorstandsmitglied SBO-TCM, Ressort Mitglieder



MEDIBUDDHA TCM PRAXIS UND SCHULE

Wir suchen ab sofort oder nach Vereinbarung

TCM- Arzt / Therapeuten 100%

Einen TCM- Arzt/Therapeuten für Traditionelle chinesische Medizin mit Krankenkassenanerkennung

Anforderung: Akupunktur, Tuina, Phytotherapie, Qi Gong/Tai Chi

Bitte senden Sie die Bewerbungsunterlagen mit Foto an:

MediBuddha TCM Praxis und Schule, Hofwiesenstrasse 370, 8050 Zürich

Telefon 044 313 01 88

E-Mail welcome@medibuddha.ch

Homepage www.medibuddha.ch

JANUAR

ZUNGENDIAGNOSTIK

Thomas Feer
Ab 06.01.2011, 8 Abende Do
18:45 – 21:45, CHF 510.–

Heilpraktikerschule HPS Luzern
Gesegnetmattstr. 14, 6006 Luzern
Tel. +41 (0)41 418 20 10
www.heilpraktikerschule.ch

JING LUO – LEITBAHNSYSTEM UND PUNKTWIRKUNGEN

Dr. med. Claudia Focks
15./16.01.2011, Sa/So
08:15 – 18:15, CHF 408.–, 15 Std.

Heilpraktikerschule HPS Luzern
Gesegnetmattstr. 14, 6006 Luzern
Tel. +41 (0)41 418 20 10
www.heilpraktikerschule.ch

QIGONG ACHT BROKATE – BA DUAN JIN

ab 21.01.2011
8 Nachmittage Fr (15:15 – 18:15)
CHF 510.–

Heilpraktikerschule HPS Luzern
Gesegnetmattstr. 14, 6006 Luzern
Tel. +41 (0)41 418 20 10
www.heilpraktikerschule.ch

QIGONG ACHT BROKATE – BA DUAN JIN

ab 21.01.2011
8 Abende Fr (18:45 – 21:45)
CHF 510.–

Heilpraktikerschule HPS Luzern
Gesegnetmattstr. 14, 6006 Luzern
Tel. +41 (0)41 418 20 10
www.heilpraktikerschule.ch

JAPANESE ACUPUNCTURE

Stephen Birch
21. – 23.01.2011
08. – 10.04.2011
06. – 08.05.2011
24. – 26.06.2011

Institut für Physiotherapie und
Akupunktur TCM Weiterbildung, Basel
Tel. +41 (0)62 758 41 81
itcmb@eblcom.ch

THE 8 EXTRA CHANNELS

Dr. Hamid Montakab
22. – 23.01.2011

Akademie für Chinesische
Naturheilkunst, Chiway AG
Unterer Graben 1, 8400 Winterthur
Tel. +41 (0)52 365 45 43
info@chiway.ch

5 ELEMENTE & 14 MERIDIANE

Lukas Zimmermann
ab 27.01.2011
18 Nachmittage Do (15:15 – 18:15h)
CHF 1160.–

Heilpraktikerschule HPS Luzern
Gesegnetmattstr. 14, 6006 Luzern
Tel. +41 (0)41 418 20 10
www.heilpraktikerschule.ch

TRIGGERPOINTS

Christoph Künzi
27.01.2011, 10.+24.02.2011
3 x Donnerstag, 18 h

Schule für Chinesische Medizin
Schweizergasse 33, 4054 Basel
Tel. +41 (0)61 283 77 77
www.bio-medica-basel.ch

BABY-KINDER-TUINA-MASSAGE

Isabelle Aebli
31.01. – 14.02.2011
3 x Montagmorgen

Schule für Chinesische Medizin
Schweizergasse 33, 4054 Basel
Tel. +41 (0)61 283 77 77
www.bio-medica-basel.ch

FEBRUAR

HEAD & SENSORY ORGANS

Dr. Hamid Montakab
05./06.02.2011

Akademie für Chinesische
Naturheilkunst, Chiway AG
Unterer Graben 1, 8400 Winterthur
Tel. +41 (0)52 365 45 43
info@chiway.ch

THE ALCHEMY OF THE ORGANS

Peter Firebrace
05./06.02.2011

Akademie für Chinesische
Naturheilkunst, Chiway AG
Unterer Graben 1, 8400 Winterthur
Tel. +41 (0)52 365 45 43
info@chiway.ch

LYMPHDRAINAGE 1

Bauch-Becken-Rücken
Barbara Montegiani
07./08.02.2011

Schule für Chinesische Medizin
Schweizergasse 33, 4054 Basel
Tel. +41 (0)61 283 77 77
www.bio-medica-basel.ch

PRAXISMANAGEMENT & QM

Stephan Moor
ab 10.02.2011
6 Tage Do (08:15 – 14:45)
CHF 765.–

Heilpraktikerschule HPS Luzern
Gesegnetmattstr. 14, 6006 Luzern
Tel. +41 (0)41 418 20 10
www.heilpraktikerschule.ch

QIGONG BASIS

Dr. Fei Liu / Katerina Chrissochou
ab 13.02.2011
7 Tage So/Fr/Sa (08:15 – 14:45)
CHF 893.–

Heilpraktikerschule HPS Luzern
Gesegnetmattstr. 14, 6006 Luzern
Tel. +41 (0)41 418 20 10
www.heilpraktikerschule.ch

SHIATSU ENERGIEARBEIT IN 4 DIMENSIONEN ND

Peter Itin
ab 18.02.2011
4 Tage Do (09:15 – 18:15)
CHF 896.–

Heilpraktikerschule HPS Luzern
Gesegnetmattstr. 14, 6006 Luzern
Tel. +41 (0)41 418 20 10
www.heilpraktikerschule.ch

THERAPEUTISCHES QI GONG

Stephan Laur
19./20.02.2011

Schule für Chinesische Medizin
Schweizergasse 33, 4054 Basel
Tel. +41 (0)61 283 77 77
www.bio-medica-basel.ch

AUSBILDUNG SHONISHIN

Japanische Kindermassage
Thomas Wernicke Teil 1+2
25. – 27.02.2011

Drei-Länder-Schule e.V.Steinen
Kandernerstr. 37/1
D-79585 Steinen
+49 (0)7627 972203
drei-laender-schule@t-online.de

MÄRZ

FUSSREFLEX NACH TCM

Markus Dätwyler
03., 24. + 31.03.2011
3 x Donnerstag, 20 h

Schule für Chinesische Medizin
Schweizergasse 33, 4054 Basel
Tel. +41 (0)61 283 77 77
www.bio-medica-basel.ch

FENG SHUI

Markus Dätwyler
04., 25. + 26.03.2011
Fr, Sa (Fr 16.00-22.00) 18 h

Schule für Chinesische Medizin
Schweizergasse 33, 4054 Basel
Tel. +41 (0)61 283 77 77
www.bio-medica-basel.ch

ZIEL: GESUNDE HÄNDE

Sarah Arnold
Samstag, 05.03.2011 (09:00 – 17:00)
CHF 200.–

Zürich
weiterbildung@saraharnold.ch
www.saraharnold.ch

CRANIOSACRALE-BEHANDLUNG 1

Daniel Agustoni
17. – 20.03.2011, Do – So

Schule für Chinesische Medizin
Schweizergasse 33, 4054 Basel
Tel. +41 (0)61 283 77 77
www.bio-medica-basel.ch

PAEDIATRICS IN CHINESE MEDICINE

Master Jeffrey C. Yuen
18. – 20.03.2011

Akademie für Chinesische
Naturheilkunst, Chiway AG
Unterer Graben 1, 8400 Winterthur
Tel. +41 (0)52 365 45 43
info@chiway.ch

OPTIMALE WIRKZEITEN DER AKUPUNKTUR

Dr. med. Armin Koch
ab 19.03.2011
2 Tage Sa+So (09:00 – 17:00)
CHF 300.–

Heilpraktikerschule HPS Luzern
Gesegnetmattstr. 14, 6006 Luzern
Tel. +41 (0)41 418 20 10
www.heilpraktikerschule.ch

DIE «DORN-QI-METHODE»

Energetische Ausrichtung von
Wirbelsäule und Becken, incl. Breuss-
Massage, Heilpraktiker Bernhard Awe
19./20.03.2011

Praxis für ganzheitliche Therapie
Gässle 23, D-79588 Efringen-Kirchen
(Nähe Basel)
Tel. +49 (0)7628 8834
Bernhard-Awe@g1mail.de

ACUPUNCTURE IN GYNAECOLOGY

Radha Thambirajah
25. – 27.03.2011

abz Akupunktur
Bücher und Zubehör GmbH
Ausserfeldstrasse 9
5036 Oberentfelden
Tel. +41 (0)62 723 98 88
info@aarauabz.ch

**ÄUSSERE ZEICHEN
INNERER ERKRANKUNGEN**

Andrea Peters
ab 29.03.2011
2 Tage Di (08:15 – 18:15)
CHF 450.–

Heilpraktikerschule HPS Luzern
Gesegnetmattstr. 14, 6006 Luzern
Tel. +41 (0)41 418 20 10
www.heilpraktikerschule.ch

**BASISKURS PSYCHIATRIE/PSYCHO-
THERAPIE FÜR TCM-THERAPEUTEN**

Nada Psychic I
31.03./01.04.2011
Spezialrabatt für SBO-TCM-Mitglieder.

Interessenten melden sich bitte
bei **Marie-Therese Laminet**
(mail@thereselaminet.ch) für
die detaillierte Kursausschreibung
und die Anmeldung.

APRIL**DORN BREUSS**

Effizient helfen, Regine Kaplan
04. – 08.04.2011
3 Tage, Montag, 18 h

Schule für Chinesische Medizin
Schweizergasse 33, 4054 Basel
Tel. +41 (0)61 283 77 77
www.bio-medica-basel.ch

BINDEGEWEBSMASSAGE

Hansruedi Chollet
06. – 20.04.2011
3 Tage, Mi

Schule für Chinesische Medizin
Schweizergasse 33, 4054 Basel
Tel. +41 (0)61 283 77 77
www.bio-medica-basel.ch

MAI**THE ALCHEMY OF THE ORGANS**

Spleen & Stomach
By Peter Firebrace
07./08.05.2011

Akademie für Chinesische
Naturheilkunst, Chiway AG
Unterer Graben 1, 8400 Winterthur
Tel. +41 (0)52 365 45 43
info@chiway.ch

**6TH INTERNATIONAL CONGRESS ON
COMPLEMENTARY MEDICINE RESEARCH**

Chengdu, China
07. – 09.05.2011

<http://eng.2011iscmr.org>

**BEHANDLUNG VON MILZ,
MAGEN, DARM**

Gerd Wiesemann
10./11.05.2011
08:15 – 17:15, CHF 408.–, 15 Std.

Heilpraktikerschule HPS Luzern
Gesegnetmattstr. 14, 6006 Luzern
Tel. +41 (0)41 418 20 10
www.heilpraktikerschule.ch

**ACUPUNCTURE IN NEUROLOGICAL
PROBLEMS**

Radha Thambirajah
13. – 15.05.2011

abz Akupunktur
Bücher und Zubehör GmbH
Ausserfeldstrasse 9
5036 Oberentfelden
Tel. +41 (0)62 723 98 88
info@aarauabz.ch

**WORLD CONGRESS ON MEDICAL
ACUPUNCTURE (ICMART)**

Den Haag, Niederlande
13. – 15.05.2011

<http://www.icmart2011.org>

TAPING SEMINAR

Dr. med. H. U. Hecker
28./29.05.2011

abz Akupunktur
Bücher und Zubehör GmbH
Ausserfeldstrasse 9
5036 Oberentfelden
Tel. +41 (0)62 723 98 88
info@aarauabz.ch

TAPING SEMINAR

Dr. med. H. U. Hecker
28./29.05.2011

abz Akupunktur
Bücher und Zubehör GmbH
Ausserfeldstrasse 9
5036 Oberentfelden
Tel. +41 (0)62 723 98 88
info@aarauabz.ch

JUNI**ACUPUNCTURE IN PSYCHOSOMATIC
DISEASES 1**

Radha Thambirajah
24. – 26.06.2011

abz Akupunktur
Bücher und Zubehör GmbH
Ausserfeldstrasse 9
5036 Oberentfelden
Tel. +41 (0)62 723 98 88
info@aarauabz.ch

**SHONISHIN – JAPANESE
PEDIATRIC ACUPUNCTUR**

Stephen Birch
25./26.06.2011

Institut für Physiotherapie
und Akupunktur
TCM Weiterbildung Basel
Fax +41 (0)62 758 41 81
itcmb@eblcom.ch

SEPTEMBER**ACUPUNCTURE IN INTERNAL DISEASES**

Radha Thambirajah
02. – 04.09.2011

abz Akupunktur
Bücher und Zubehör GmbH
Ausserfeldstrasse 9
5036 Oberentfelden
Tel. +41 (0)62 723 98 88
info@aarauabz.ch

**BASISKURS PSYCHIATRIE/PSYCHO-
THERAPIE FÜR TCM-THERAPEUTEN****NADA Psychic II**

15./16.09.2011
Spezialrabatt für SBO-TCM-Mitglieder.

Interessenten melden sich bitte
bei **Marie-Therese Laminet**
(mail@thereselaminet.ch) für
die detaillierte Kursausschreibung
und die Anmeldung.

OKTOBER**ACUPUNCTURE FOR 5 PHASES**

Radha Thambirajah
21. – 23.10.2011

abz Akupunktur
Bücher und Zubehör GmbH
Ausserfeldstrasse 9
5036 Oberentfelden
Tel. +41 (0)62 723 98 88
info@aarauabz.ch

**COSMETIC ACUPUNCTURE
& DERMATOLOGICAL DISEASES 1**

Radha Thambirajah
27. – 29.10.2011

abz Akupunktur
Bücher und Zubehör GmbH
Ausserfeldstrasse 9
5036 Oberentfelden
Tel. +41 (0)62 723 98 88
info@aarauabz.ch

COSMETIC ACUPUNCTURE 2

Radha Thambirajah
29./30.10.2011

abz Akupunktur
Bücher und Zubehör GmbH
Ausserfeldstrasse 9
5036 Oberentfelden
Tel. +41 (0)62 723 98 88
info@aarauabz.ch

HINWEIS: DIE TATSACHE, DASS EIN KURSANGEBOT HIER ABGEDRUCKT IST, BEDEUTET NICHT, DASS DER KURS VON DER SBO-TCM AUTOMATISCH AUCH ALS WEITERBILDUNG ANERKANNT WIRD. BITTE ERKUNDIGEN SIE SICH VORGÄNGIG BEIM VERANSTALTER!



Naturärztin TCM Naturarzt TCM

TCM Akupunktur

- Studium
- Praktikum

Verkürztes Studium für Personen
aus Gesundheitsberufen



Eulerstrasse 55, 4051 Basel
Tel. 061 560 30 60, www.anhk.ch



ACADEMY OF CHINESE HEALING ARTS

PAEDIATRICS IN CHINESE MEDICINE

by Master Jeffrey C. Yuen

18-20 March 2011
Winterthur

For inscriptions and further information please call
or e-mail:

Academy of Chinese Healing Arts I
Unterer Graben 1 | 8400 Winterthur
Telefon 052 365 35 43 | info@chiway.ch
www.chiway.ch

TCMswiss Zentrum für Traditionelle Chinesische Medizin
mit mehreren Praxen in der Deutschschweiz sucht

TCM-TherapeutIn

mit umfassender Ausbildung (Zungen-Pulsdiagnose, Akupunktur,
Tuina, Phytotherapie, Schröpfen). Haben Sie bereits mehrere
Jahre Erfahrung und sind Sie CH oder EU Bürger, dann würden
wir Sie gerne kennen lernen und Ihnen TCMswiss näher
vorstellen.

Schriftliche Bewerbungen an: TCMswiss Verwaltung,
Winterthurstrasse 46, 8180 Bülach



Traditionelle Chinesische Medizin

Am **National Hospital of Traditional
Medicine in Hanoi.**

Die Kurse sind von verschiedenen
Heilpraktiker-Schulen nach den
neuen Richtlinien von SBO-TCM
anerkannt.

Geme beraten wir Sie persönlich und
unterbreiten eine detaillierte Offerte.

Weitere Informationen unter
IDEA Reisen und Schulen AG
Bahnhofstrasse 4 6460 Altdorf
www.ideareisen.ch

www.acumax.ch



Akupunkturprodukte

**NADELN
MOXA
MODELLE
GERÄTE
ZUBEHÖR**

AcuMax GmbH
Beckenmoosstrasse 72
5330 Bad Zurzach
T +41 56 249 31 31
F +41 56 249 38 18
info@acumax.ch



ACADEMY OF CHINESE HEALING ARTS

THE ALCHEMY OF THE ORGANS

A detailed study of the Chinese Organ "Zang-Fu" system

by **Peter Firebrace**

. Liver & Lungs: 5-6 February 2011
. Spleen & Stomach: 7-8 May 2011

The places are limited

For inscription please call or e-mail:

Academy of Chinese Healing Arts | Unterer Graben 1 | 8400 Winterthur
Telefon 052 365 35 43 | info@chiway.ch | www.chiway.ch



ACADEMY OF CHINESE HEALING ARTS

CHINESISCHE & WESTLICHE DIÄTETIK

1-jähriger Lehrgang

mit **Pascale Barmet und
Tommaso Cimelli**

Beginn: **5. Januar 2011**
in Winterthur

Weitere Auskünfte erhalten Sie in
unserem Sekretariat.

Academy of Chinese Healing Arts I
Unterer Graben 1 | 8400 Winterthur
Telefon 052 365 35 43 | info@chiway.ch
www.chiway.ch



www.heilpraktikerschule.ch

Jing Luo - Leitbahnsystem und Punktwirkungen

Dr. med. Claudia Focks
15./16. Januar 2011, Sa/So
08:15 - 18:15, CHF 408.-, 15 Std.

Behandlung von Milz, Magen, Darm

Gerd Wiesemann
10./11. Mai 2011, Di/Mi
08:15 - 17:15, CHF 408.-, 15 Std.

Gesichtsdiagnostik in der TCM

Gerd Wiesemann
2./3. Juli 2011, Sa/So
08:15 - 17:15, CHF 408.-, 15 Std.

Gua Sha Kombination

Chris Brunner
27.10 - 17.11.2011, Do
18:45 - 21:45, CHF 300.-, 12 Std.

Statusbezogene Trainings- Therapie STT@ Vertiefung

Thomas Gisler
27.10 - 15.12.2011, Do
08:15 - 14:45, CHF 490.-, 18 Std.

Beratung: 041 418 20 10

Heilpraktikerschule | Gesegnetmattstr. 14 | 6006 Luzern
info@heilpraktikerschule.ch | www.heilpraktikerschule.ch

DIE HAND

IN DER SCHULMEDIZIN



Unsere Hände sind das Werkzeug des Geistes. Imanuel Kant

Im Mittelpunkt des menschlichen Handelns stehen die Hände. Sie sind der beweglichste Teil unseres Körpers: Bewegungsvervielfalt, Präzision, Kraft, Tastsinn, Feingefühl, Gestikulation. All dies verdanken wir dem komplex aufgebauten Gefüge aus Knochen, Muskeln, Gelenken, Sehnen, Bändern und Nerven. Der opponierbare Daumen ermöglicht uns den Pinzetengriff, jeder Finger besitzt vier Nerven, zwei Haupt- und zwei Nebenarterien, Venen, zwei Beuge- und mehrere Strecksehnen. 17'000 Fühlkörperchen erklären, warum wir den Tastsinn unmittelbar mit den Händen in Verbindung bringen. Wir können mit der gleichen Hand sowohl den Kraftgriff, wie auch den Präzisionsgriff anwenden. Die Hände werden jeweils von der gegenüberliegenden Hirnhälfte kontrolliert. Für komplexe Bewegungsabläufe wird jeweils eine Hand bevorzugt, man spricht von Händigkeit.

Das Kontaktorgan zur Aussenwelt, welches uns ermöglicht, unsere Umwelt zu begreifen, ist feingliedrig aufgebaut, kaum geschützt und steten Verletzungsgefahren und Abnutzungen ausgesetzt. Nur die Handfläche ist durch eine massive Sehnenplatte, die Aponeurose, geschützt und erlaubt uns somit ein kraftvolles Zugreifen. Laut Wikipedia werden die Finger einer Hand im Laufe des Lebens ca. 25 Millionen Mal gebeugt und gestreckt.

Knochen und Gelenke

Die Hand besteht aus 27 Knochen (Hände und Füße zusammen zählen somit 50% der Knochen des menschlichen Körpers!) und 28 Gelenken. Sie lässt sich in folgende Abschnitte unterteilen:

Die Handwurzel/Carpus mit Handgelenk

Acht kleine Ossa Carpi bilden die Handwurzel. Sie sind grob betrachtet in zwei Reihen mit je vier Knochen angeordnet (radial nach ulnar).

- *Untere/proximale Reihe:* Kahnbein, Mondbein, Dreiecksbein, Erbsenbein. Kahnbein und Mondbein bilden zusammen mit der Speiche das Handgelenk.
- *Obere/distale Reihe:* Grosses Vieleckbein, kleines Vieleckbein, Kopfbein, Hakenbein stehen mit den Mittelhandknochen in Verbindung. Grosses Vieleckbein und Daumengrundglied bilden das Daumensattelgelenk (Ermöglichung der Oppositionsstellung).

Die Handwurzelknochen sind untereinander in den Karpalgelenken durch Bänder fest verbunden und kaum gegeneinander beweglich.

Mittelhandknochen/Ossa metacarpalia

Fünf kurze Röhrenknochen schliessen sich den Handwurzelknochen an. Röhrenknochen lassen sich in Caput, Corpus und Basis unterteilen. An den beiden Enden sind Gelenkflächen zur Verbindung einerseits mit den Handwurzel- andererseits mit den Fingerknochen. Besonderheit – Daumensattelgelenk.

Finger/Digiti

Der beweglichste Teil der Hand wird durch die fünf Finger gebildet. Jeder Finger besteht aus drei Einzelknochen, eine Ausnahme bildet der Daumen, welcher nur aus zwei Knochen besteht. Somit kommen wir auf eine Summe von 14 Knochen. Gelenke befinden sich zwischen den proximalen Phalangen und den Mittelhandknochen sowie zwischen den einzelnen Fingerknochen an jedem Finger.

Die Muskulatur

Über 30 Streck- und Beugemuskel spielen so zusammen, dass Hand und Unterarm miteinander eine funktionelle Einheit bilden.

- **Handbewegungen** werden zum grössten Teil im Unterarm ausgelöst (lange Unterarm Muskulatur).
- Die **Abduktion und Adduktion** der einzelnen Finger ermöglichen uns die kurzen Handmuskeln zwischen den einzelnen Mittelhandknochen.
- Daumenballen- und Kleinfingerballenmuskeln. Die Daumenballenmuskeln ermöglichen dem Daumen, sich den andern Fingern gegenüber zu stellen (Opposition). Durch einen weiteren Muskel ist es dem Daumen möglich, sich in Richtung Handfläche zu bewegen. Kleinfinger-

- ballenmuskeln sind v.a. zum Abspreizen und Beugen des kleinen Fingers zuständig.
- Zeigefinger und kleiner Finger besitzen einen zusätzlichen Strecker.
- Unterstützung zur Beugung in den Mittelfinger-Handwurzel-Gelenken und Streckung der Finger durch die Zwischenfinger-muskeln.

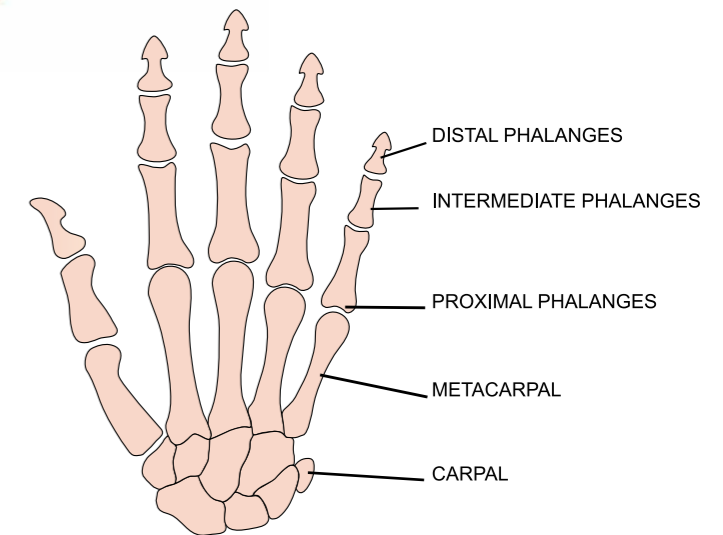
Nerven

Die Hand wird durch folgende drei Nerven versorgt:

- Nervus radialis/Speichennerv: er innerviert die Streckmuskeln des Ellbogen-, des Handgelenks und der Finger-gelenke. Leitet Gefühlsreize der Haut von Handrücken und Daumenrücken zum Gehirn.
- Nervus medianus/Mittelhandnerv: Bewegung der Daumenballenmuskeln und Zwischenfinger-muskeln, Wahrnehmung von Hautreizen der Handinnenflächen, Daumen, Zeigefinger, Mittelfinger, Ringfinger.
- Nervus ulnaris/Elternerv: bewegt Muskeln des Kleinfingerballen, die Zwischenknochenmuskeln der Mittelhand, den Muskel, welcher den Daumen heranzführt und zwei der Zwischenfinger-muskeln.

Pathologie/Klinische Hinweise

- Das Mondbein (Os lunatum) ist der Handwurzelknochen, der am häufigsten frakturiert. Bei Ulnarabduktion kommt es zu einem Auseinanderweichen der Bruchstücke, bei Radialabduktion werden die Bruchstücke gestaucht.
- Karpaltunnelsyndrom umschreibt die Kompression des N. medianus im Bereich der Handwurzel. Erstsymptom sind nächtliche Schmerzen oder Missempfindungen (Kribbeln, Taubheit) in den Händen und Fingern. Frauen sind dreimal häufiger betroffen als Männer.
- Springfinger, eine anlagebedingte Erkrankung, es kommt zu einer Ringband-Stenose was zu einem «Schnappen» des Fingers beim Beugen führt. Strecken des Fingers geht häufig nur noch mit Hilfe.
- Sattelgelenksarthrose: Knorpelverlust auf den Gelenkflächen, hier beim Daumengelenk, mit knöcherner Randwulstbildung.
- Ganglion (Volkmund Überbein), gutartige Geschwulstbildung im Bereich einer Gelenkkapsel oder Sehnen-scheide. Keine knöcherne Veränderung.



Memento

- Die Hand besteht aus 27 Einzelknochen, 28 Gelenken und 33 Muskeln
- Die Handinnenfläche beherbergt 17'000 Fühlkörperchen, welche Reize aufnehmen
- Jeder Finger besitzt vier Nerven, zwei Haupt- und zwei Nebenarterien, Venen, zwei Beuge- und mehrere Strecksehnen.
- Durch die Opposition des Daumens wird uns die differenzierte Funktion der Hand ermöglicht.
- Merksatz für die Handwurzelknochen: Ein Kahnbein fuhr im Mondenschein im Dreieck um das Erbsenbein, Vieleck gross, Vieleck klein, ein Kopf der muss am Hacken sein.



Autorin: Corinne Wenk,
SBO-TCM Therapeutin mit Praxis in Zeiningen



FRAGEN ZUR HAND LERNTEST

1 Die Hand besteht, anatomisch gesehen aus

- welchen drei Teilen?
- mit jeweils wie vielen Knochen?

- **Dauenen, Zeigefinger, Mittelfinger, Ringfinger**
- **Nervus medianus**

Antwort Frage 5

2 Benennen Sie die acht Handwurzelknochen

Das **Mondbein** (Os lunatum)

Antwort Frage 4

3 Welches bedeutende Gelenk der Hand gibt uns die Möglichkeit des Greifens und Festhaltens, welche Strukturen bildet es?

Der Mittelhandknochen des Daumens ist via Sattelgelenk mit der Handwurzel verbunden, die Gelenkfläche des grossen Vielleckbeines stellt den Sattel dar.

Antwort Frage 3

5 Das Karpaltunnelsymptom betrifft

- welchen Nerv?
- und somit welche Finger?

Kahnbein (Os naviculare), **Mondbein** (Os lunatum), **Erbsenbein** (Os pisiforme), **Kopfbein** (Os capitum), **großes und kleines Vielleckbein** (Os trapezium, Os trapezoidum), **Hakenbein** (Os hamatum) und **Dreieckbein** (Os triquetrum).

Antwort Frage 2

- der **Mittelhand** mit den 5 Mittelhandknochen und
- der **Handwurzel** mit den 8 Handwurzelknochen,
- den **5 Fingern** mit 14 Fingerknochen

Antwort Frage 1



COPYRIGHT: GERHARD PAUL PENKA

In den letzten 20 Jahren war es für mich ein persönliches Bedürfnis, die von Dr. TAE WOO YOO aus Seoul/Korea entwickelte «Handakupunktur» in europäischen Breitengraden zu verbreiten. Die Koreanische Handakupunktur, vom Gründer «Koryo Sooji Chim» benannt, ist eine Weiterentwicklung der Jahrtausende alten klassischen Akupunktur- und Moxibustionslehre. Das Besondere dieser Therapieform liegt darin, dass die Hand, nach Vorbild der Klassischen Akupunktur, alle Meridiane und Akupunkturpunkte repräsentiert. Sie ist nicht zu verwechseln mit Su-Jok, der Koreanischen Hand- und Fußakupunktur. Die Handakupunktur, insbesondere die darauf aufbauende Moxibustion und Magnettherapie, ist gegenüber der Körperakupunktur relativ einfach anwendbar und ohne negative Nebeneffekte. In Korea werden sogar Schulungskurse für Interessenten zur Selbstbehandlung abgehalten. Nachfolgend wird die Koreanische Handakupunktur etwas näher vorgestellt und es werden einige Punkte, die auch von Laien leicht behandelt werden können und bei vielen Gesundheitsproblemen gute Wirkung gezeigt haben, aufgezeigt.

Diagnostik

Wenn ich mich an die Arztbesuche in meiner Jugendzeit erinnere, habe ich nie verstanden, warum der Herr Doktor von mir verlangte, die Zunge herauszustrecken, mir tief in die Augen sah und mich genau beobachtete. Heute weiß ich es. Die TCM macht es uns vor: Der wichtigste Bestandteil einer erfolgreichen Gesundheitstherapie ist die Diagnose, und sie sollte vom Therapeuten grundsätzlich als erstes durchgeführt werden. Durch die Diagnostik der Zunge, des Gesichts, der Augen, der Hände und einigem mehr können z.B. Konstitutionsschwächen, das gestörte Organ oder der gestörte Meridian festgestellt werden, damit anschliessend die richtigen Behandlungsschritte eingeleitet werden können. Bei einer Selbstbehandlung sind deshalb Grenzen gesetzt, da es oft schwer möglich ist, das irreführende Unterbewusstsein auszutricksen. (Eigene Erfahrung)

PULSDIAGNOSE:

Die Pulsdiagnose ist sehr wichtig. Oft genügt die Herstellung der gleichen Pulsstärken zwischen rechter und linker Hand und zwischen Hals- und Handpuls, um wieder gesund zu werden. Idealwert ist 75 Schläge pro Minute.

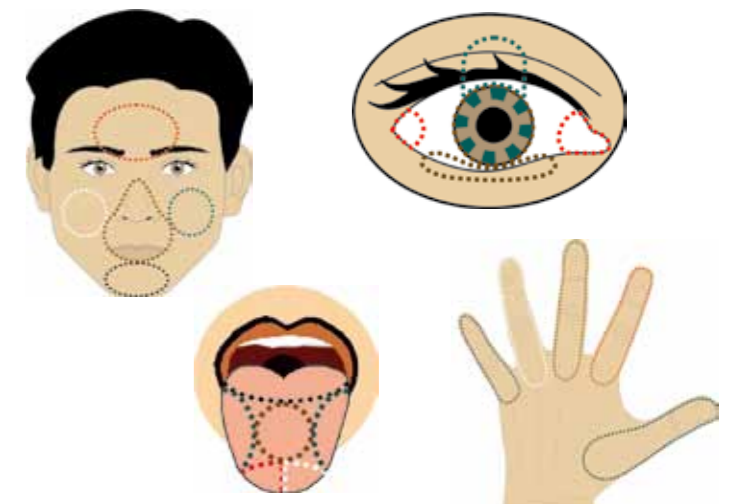
BAUCHDIAGNOSE:

Sollte die Herstellung der gleichen Pulsstärke keine Wirkung zeigen oder nicht möglich sein, ist auf Grund der schmerzempfindlichen Bauchdruckpunkte **der Konstitutionstyp** festzustellen. Man unterscheidet dabei **YANG-**, **SIN (Niere)-**, und **EUM-Konstitution**.

Nach den klassischen Büchern der chinesischen Heilliteratur beginnt jede Krankheit im Bauch (Milz und Magen nach Li Dong-Yuan, China 1249). Darum können viele Gesundheitsprobleme bereits über die Feststellung des Konstitutionstyps und der anschliessenden Behandlung der dazugehörigen Meridianpunkte geheilt werden.



Gratulation durch Dr. Tae Woo Yoo, Seoul für die bestandene Prüfung und Überreichung der Zertifikat-Urkunde.

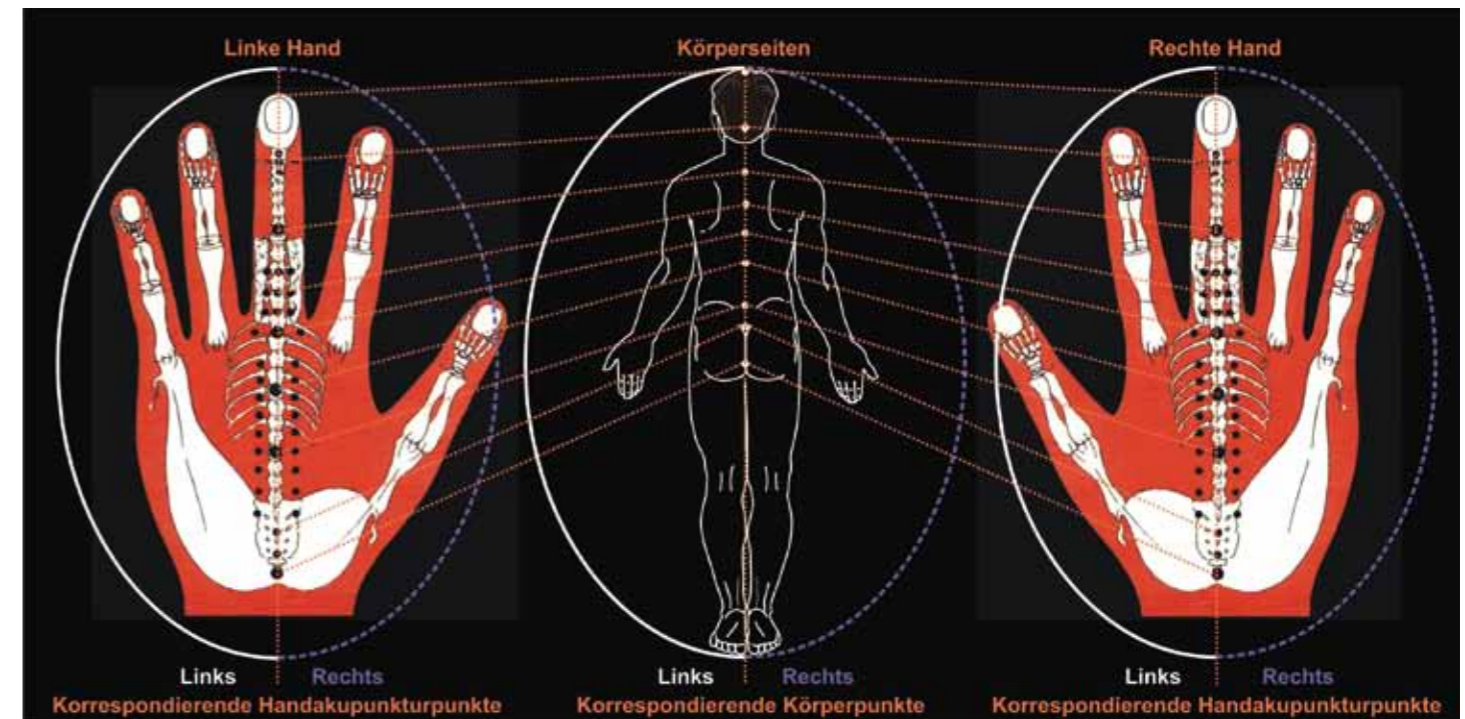
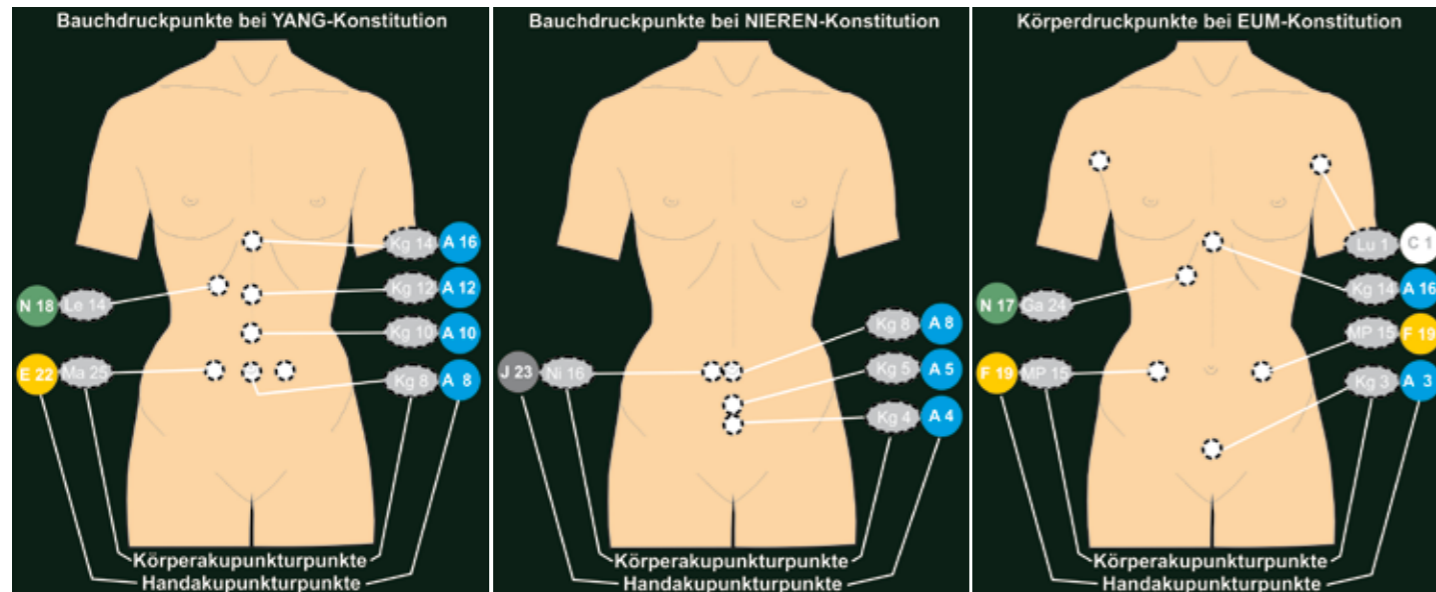


Nur einige Beispiele der Körperdiagnostik.

Rot=Herz-Dünndarm, Braun=Milz-Magen, Grün=Leber-Galle, Weiß=Lunge-Dickdarm, Schwarz=Niere-Harnblase

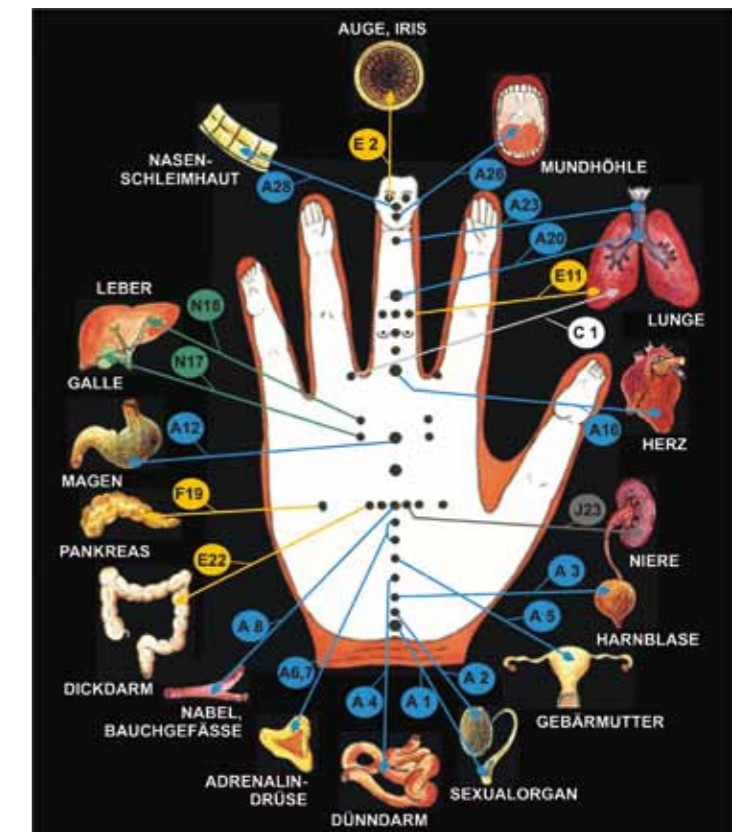
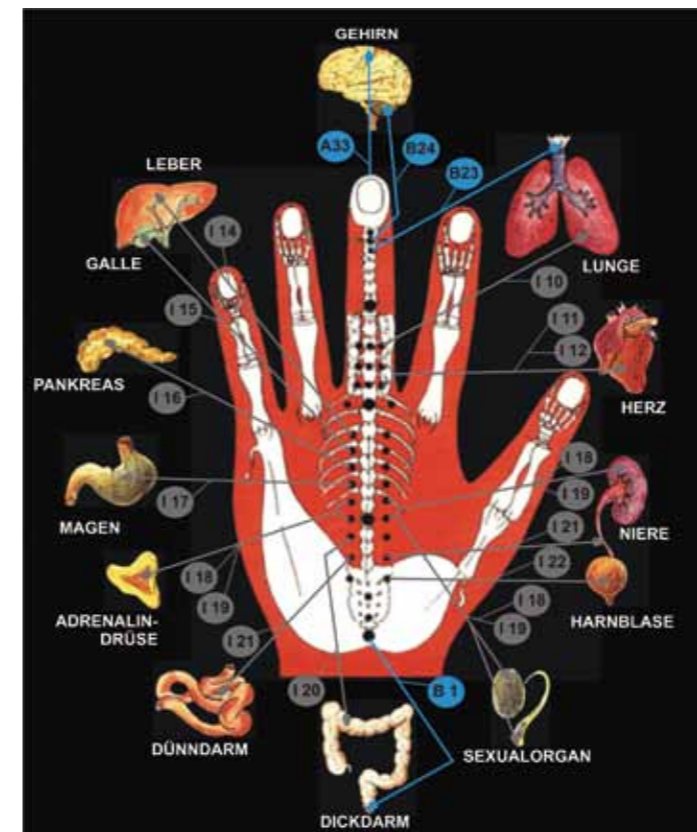
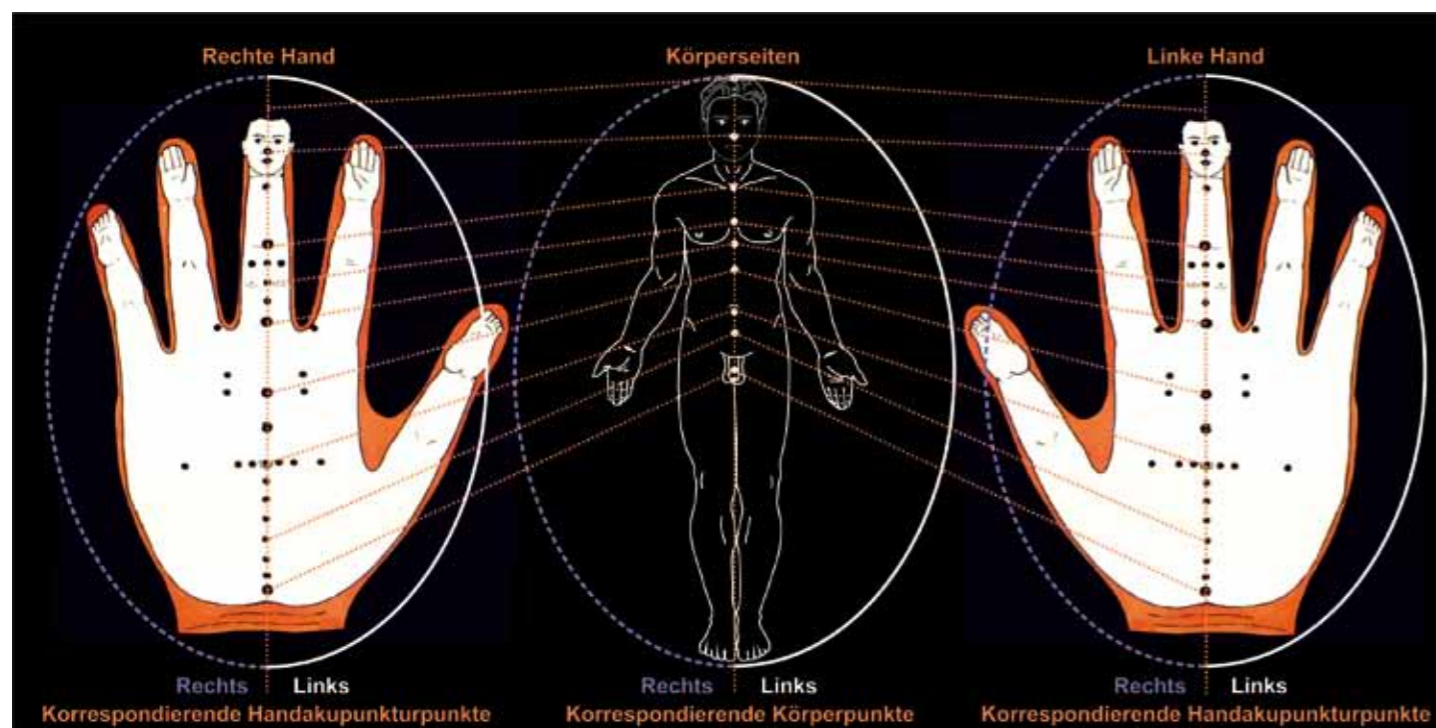
KONSTITUTIONEN

Die 3-Konstitutionen-Theorie dient allen erfahrenen Therapeuten der koreanischen Handakupunktur als Grundlage zur Einleitung einer Heilbehandlung.

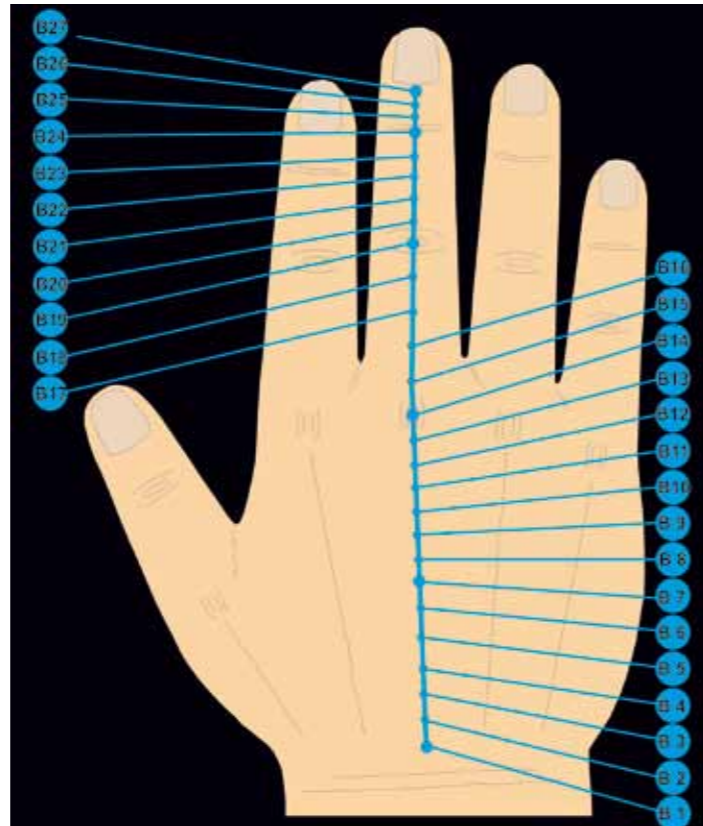
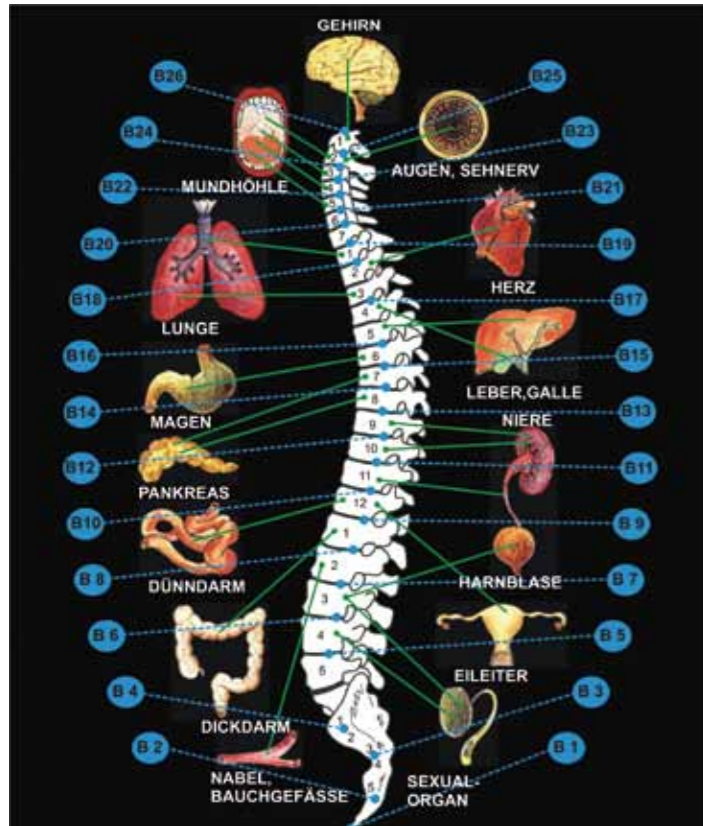


DIE HANDAKUPUNKTUR SIEHT DREI BEHANDLUNGSTUFEN VOR:

1.) **Korrespondierende Therapie:** Hier werden die schmerzenden Zonen am Körper mit den korrespondierenden Punkten auf der Hand behandelt. Es ist die einfachste Behandlungsstufe der koreanischen Handakupunktur, die schmerzende Körperstelle wird an der Hand aufgesucht und dort direkt behandelt. So wurde die Handakupunktur entdeckt.



Zeige- und Ringfinger entsprechen den oberen Extremitäten, Daumen und Kleinfinger den unteren Extremitäten. Die Innenseite der Hand korrespondiert mit der Vorderseite des Körpers, die Rückseite der Hand mit der Körperrückseite. Jede Hand repräsentiert den gesamten Körperteil doppelt dargestellt (auf der rechten Hand die rechte und linke Körperseite und auf der linken Hand ebenfalls die rechte und linke Körperseite). Z.B. kann man das rechte Auge (Punkt E 2, siehe Abbildung) auf der rechten Seite des Mittelfinger behandeln (wirkungsvoller, doch man kann es auch an der linken Hand auf der rechten Seite des Mittelfingers behandeln). Zur Feststellung der Position rechts oder links sind die Innenflächen der Hände nach vorne zu weisen.

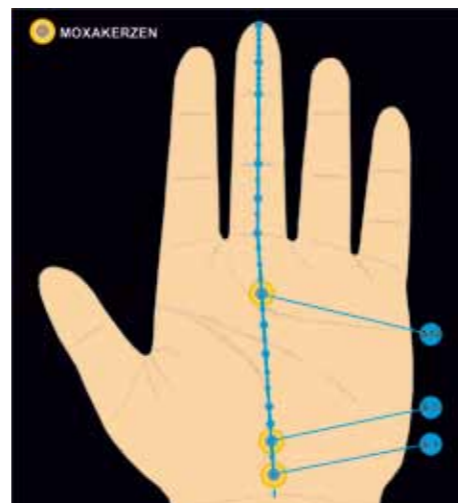


Korrespondierende Punkte der Wirbelsäule mit ihren Nervenverbindungen zu Organen, Gewebe und Drüsen

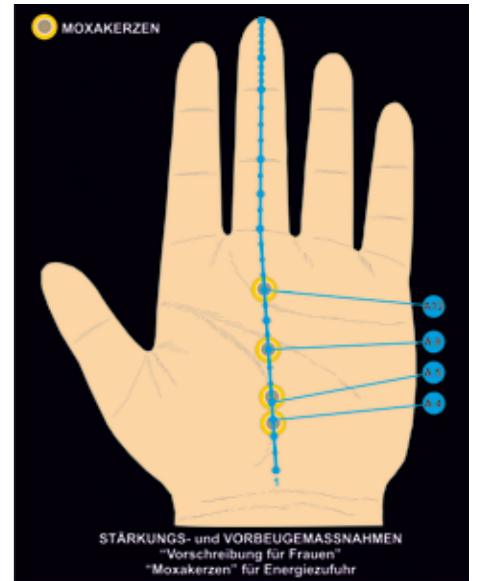
Bei Problemen kann über diese Punkte das entsprechende Wirbelsegment und die damit verbundenen Körperteile (Organe, Gewebe und Drüsen) behandelt werden. Es ist aus diagnostischen Gründen wichtig, auf eventuell bestehende Veränderungen an der Hand (z. B. Gelenksteife, Verkrümmungen, Ausbuchtungen, Narben, Hautveränderungen) zu achten. Zum leichteren Auffinden der richtigen Punkte ist das elektrische Handakupunkturgerät sehr hilfreich. Die Behandlung mit Nadel (90°), Moxakerzen oder Magnet- Silberplättchen durchführen.

2.) Die Basistherapie, die grundsätzlich vor jede andere Behandlung gesetzt werden sollte, umfasst bestimmte fixe Akupunkturkombinationen, die leicht anwendbar sind, und in vielen Fällen bei Gesundheitsproblemen sehr schnell zu einer Heilung führen. Nachfolgend einige wichtige Akupunkturkombinationen.

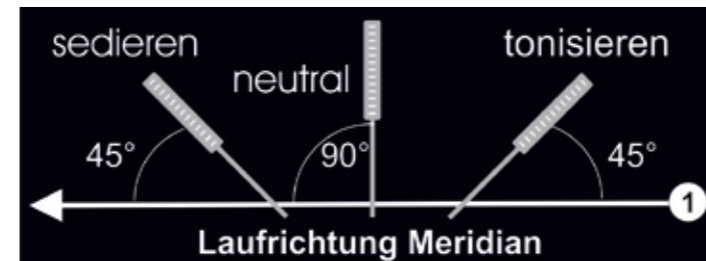
Diese **Basistherapie für MÄNNER** empfiehlt das Abrennen von Moxakerzen an den Stellen A 1 + A 3 + A 12 . (Diese Heilmethode ist wirksam, wenn sich die Feuer- und Wasserenergie (Herz- und Nieren-Meridian) trennen. Vor allem wenn die **FEUER-ENERGIE** ansteigt (Blut-Hochdruck, Kopfweh, Fieber, Schwindel, Müdigkeit und starker Blutandrang zu Kopf) und die **WASSER-ENERGIE** abfällt (kalte Hände, kalte Füße, Rückenschmerzen, Energieverlust, Herzrhythmusstörungen und Störungen beim klaren Denken). Das Wasser kann das Feuer nicht mehr unter Kontrolle halten. In dieser Situation schlägt der Puls im Nabelbereich sehr stark, man ist sehr nervös, hat Schlafschwierigkeiten, wenig Appetit und Verstopfung. Bei diesen Gesundheitsproblemen wirken Moxakerzen besser als Nadeln. Die Behandlung sollte jeden Tag bzw. jeden 2. Tag durchgeführt werden. Da häufig Rückfälle entstehen, wird eine lange Behandlungsdauer empfohlen.



Empfohlen bei dieser **Basistherapie für FRAUEN** sind Moxakerzen an den Punkten A 4 + A 5 + A 8 + A 12. Gesundheitsprobleme bei Frauen sind in der Behandlung oft schwieriger als bei Männern. Charakteristisch bei Frauen sind druckempfindliche Stellen bzw. Vorwölbungen unterhalb des Nabels. Diese Stellen werden in Korea «JEOK» (schlechtes, hartes Blut) genannt und entstehen durch gleichzeitige Störungen der 5 Haupt-Organen (Herz, Leber, Niere, Lunge und Milz). Je größer und härter die Stelle ist, umso schlechter ist der Zustand der Gebärmutter. Folgende Symptome treten auf: Frigidität, chron. Gebärmutterentzündung, Menstruationsschmerzen, unregelmäßige Menstruation, Bauchschmerzen, Kreuzschmerzen, chron. Nierenentzündung, Verdauungsstörungen, Magengeschwüre, Müdigkeit, intensive Träume, Nackenschmerzen und Unfruchtbarkeit. Sehr häufig findet man diese Symptome bei jungen Frauen. Die Behandlung erfolgt wie oben beschrieben. Bei schweren Fällen wird jedoch zusätzlich folgende Akupunktur benötigt: Herz - Meridian - Tonisierung = Stärkung = «**Herz - Jung - Bang**» (G 7 + G 15 + N 1 + J 7). Die Akupunktur sollte vor der Behandlung mit Moxakerzen stattfinden. Bei leichteren Fällen genügen Moxakerzen. Der Erfolg kann auch an der Verbesserung der Gesichtsfarbe gemessen werden.



3.) Die Organtherapie, wird angewandt, wenn die vorhergehenden Behandlungen, wie die korrespondierende Therapie oder die Basistherapie nicht mehr ausreichen.



Viele Gesundheitsprobleme können sowohl mit der Körperakupunktur, die das Kyong Mek-System (Körperakupunkturmeridiansystem) verwendet, als auch mit der Handakupunktur, die das Ki Mek-System (Handakupunkturmeridiansystem) verwendet, erfolgreich behandelt werden. Viele Experimente und Erfahrungen mit dem Ki Mek-System (Handakupunkturmeridiansystem) haben gezeigt, dass verschiedene Akupunkturkombinationen einen sofortigen Wechsel der Pulsqualität, Änderung der diagnostischen Bauchdruckpunkte sowie positive Einflüsse auf das vegetative Nervensystem ergaben. Die Organfunktionen des gesamten Körpers können beschleunigt oder herabgesetzt werden. In der einfachen Stimulation werden die Akupunkturadeln mit 90° gerade am Akupunkturpunkt ca. 1-2 mm tief eingesetzt. Alternativ können Silber oder Gold Aku-Plättchen oder Aku-Magnete verwendet werden. Wie in der TCM spielt auch bei der Handakupunktur die Pulsqualität (Schläge pro Minute und Stärke) eine wesentliche

Rolle in der Gesundheitspflege. Stimmt die Pulsqualität, ist auch der Mensch gesund. Entsprechend der Pulsdiagnose kann es notwendig sein, den Handakupunkturmeridian (Ki Mek) in seiner Flussrichtung zu verstärken (Tonisieren- Nadel 45° in Laufrichtung Meridian, Gold) oder zu schwächen (Sedieren- Nadel 45° gegen Laufrichtung Meridian, Silber).

Bei der Handakupunktur unterscheidet man je nach festgestelltem Pulsschlag 4 Behandlungsvarianten:

Unter **70 bis max. 50** Herzschläge/min. wird mit **HAN-BANG** behandelt, von **70 bis 75** Herzschläge/min. wird mit **JUNG-BANG** behandelt, von **75 bis 80** Herzschläge/min wird mit **SUNG-BANG** behandelt und von **80 bis max. 120** Herzschläge/min wird mit **YOL-BANG** behandelt. **HAN- und JUNG-BANG** wird bei Energiedefizit und **SUNG und YOL-BANG** bei Energieüberschuss eingesetzt. Unter 50 oder über 120 Herzschläge/min. darf nicht behandelt werden.

HEILBEHANDLUNG MIT DER MERIDIANLEHRE FÜR DIE ORGANTHERAPIE

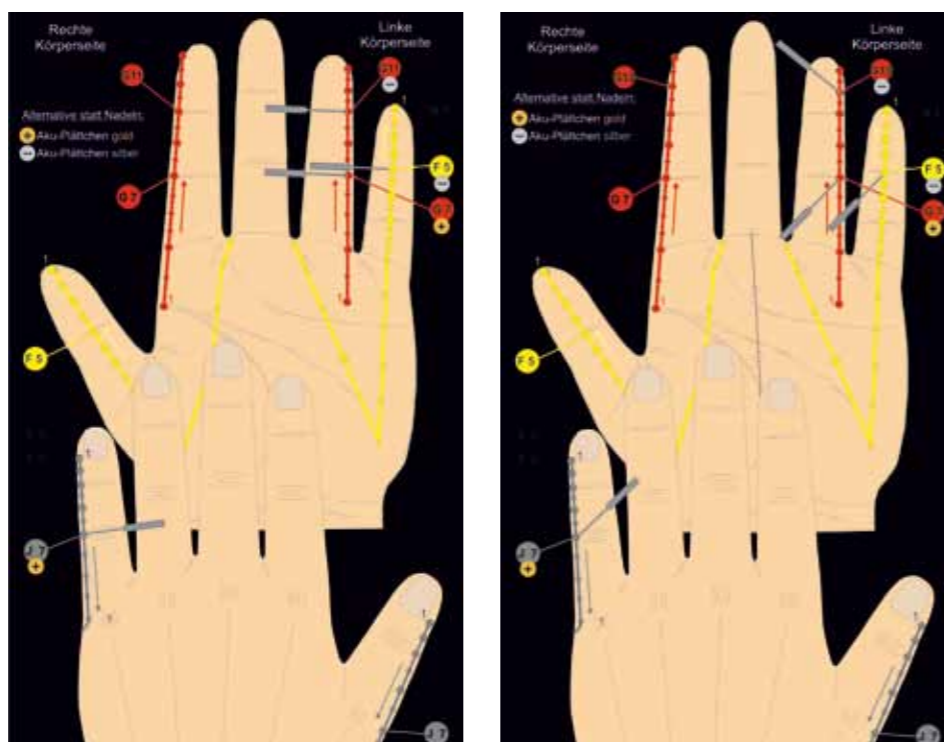
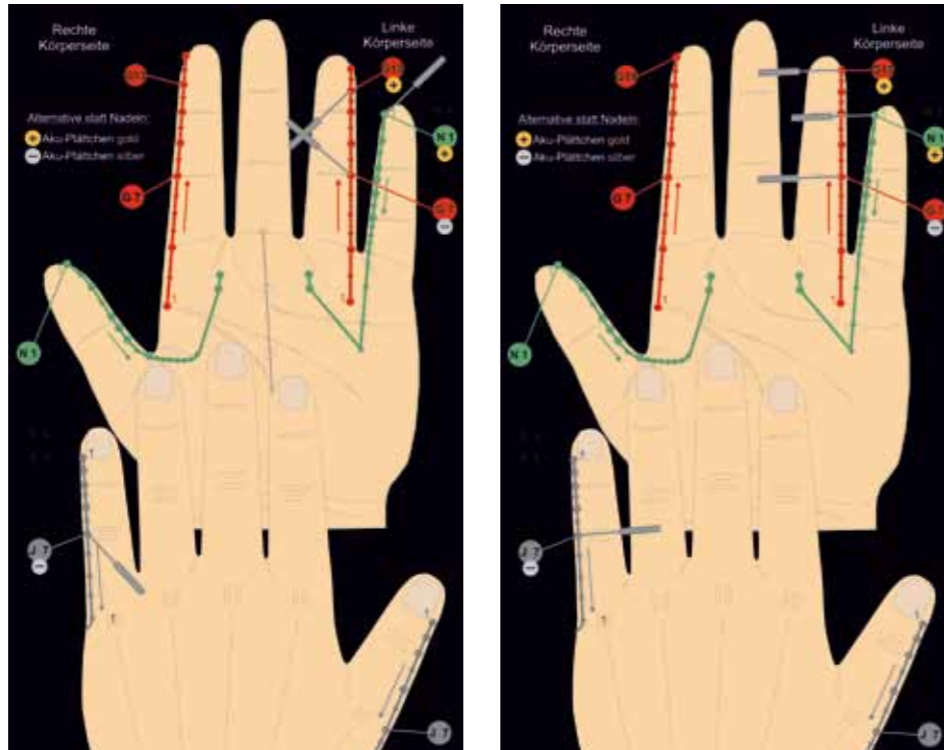
Beispiele der Kardinalpunkte (4 Punkte Lehre), die durch kombinieren von 4 Organmeridianen sowie durch Sedieren und Tonisieren die effektivste Behandlungsmethode darstellt.

- 1. HERZ-HANG-BANG**
bei 50 bis 70 Herzschläge/Min.
- 2. HERZ-JUNG-BANG**
bei 70 bis 75 Herzschläge/Min

HEILPROGRAMM für: 50 % aller Frauenkrankheiten, Frösteln im Sommer bzw. Hitzegefühl im Winter, unregelmäßige oder schmerzhafte Menstruation, Ausfluss, viele schlechte Träume, kalte Füße und kalte Hände, Erfrierungen, Druck auf der Brust durch Angst, Halswirbelsäulenschmerzen, Schulterblattschmerzen, Lumbago, Wirbelsäulenschmerzen, Arthritis, Rheumatismus, Nephrose, Gebärmutterentzündungen, Schwellungen, häufiges Harnlassen, Prostatitis, Bettlässigen, Schwäche oder Lähmung der Extremitäten, Rachen- und Mundschleimhautentzündung, Bewusstlosigkeit, Gesichtslähmung, Frostbeulen, Diabetes, Fettleibigkeit, Schlaganfall bei Nieren-Überschuß-Konstitution, Sterilität, chronische Gastritis, Magenübersäuerung, Leberentzündung, Ohrensausen, Schwerhörigkeit, Taubheit, Zittern der Hände, unkontrollierte Kopfbewegungen, Brustdrüsenentzündungen, Müdigkeit der Augen, niedriger oder hoher Blutdruck, Nierenentzündung, Eiweiß im Harn, Gebärmutterentzündung, Mandelentzündung, Mundgeruch, Nebenhöhlenentzündung, Rachenschmerzen, Parkinson, Bandscheibenprobleme, Gebärmutterblutung, Blut im Stuhl, Mumps, Nasenbluten, Zellulitis, Nasenentzündung (allergisch), Aneurysma.

- 3. HERZ-SUNG-BANG**
bei 75 bis 80 Herzschläge/Min.
- 4. HERZ-YOL-BANG**
bei 80 bis 120 Herzschläge/Min.

HEILPROGRAMM für: Herzschmerzen, Bluthochdruck, Verkalkung der Herzkranzgefäße, Herzklappenfehler, Herzrhythmusstörungen, Nervenschwäche, Schwindel, Magenerkrankungen, Schlaganfall bei Yang-Konstitution, Halbseitenlähmung links, Endocarditis, Husten bei Herzproblemen, Lungentuberkulose, Müdigkeit, Krampfadern, Schwarz vor den Augen, Störungen der peripheren Blutzirkulation, Lumbago, Narbenschmerzen, Bandscheibenprobleme, Angina Pectoris (mind. 3 Monate jeden Tag plus «Magen-Jung-Bang» plus «Moxa-Basistherapie» auf beiden Händen).



Aufgrund der begrenzten Möglichkeiten wurde hier nur die Organtherapie mit dem Herzmeridian dargestellt. Die Organtherapie umfasst 12 Heilprogramme auf Basis der 12 Meridiane und den 4 Kardinalpunkten: C-Lungenmeridian, D-Dickdarmmeridian, E-Magenmeridian, F-Milzmeridian, G-Herzmeridian, H-Dünndarmmeridian, I-Harblasenmeridian, J-Nierenmeridian, K-Herzbeutelmeridian, L-Samcho(Dreifacherwärmer)meridian, M-Gallenblasenmeridian, N-Lebermeridian.

Literaturverweise, Ausführliche Dokumentation sowie weitere aufschlussreiche Grafiken finden Sie auf meiner Homepage



www.akupunktur-hand.at

Sehr interessant ist der Literaturnachweis der die Basis der «Traditionellen Chinesischen Medizin» bildet und vor allem ist es sehr wichtig die «Vorsichtsmaßnahmen» unter Punkt 9, Handakupunktur, vor Behandlungsbeginn zu beachten.

Durch eigene lebensbedrohende gesundheitliche Probleme vor mehr als 15 Jahren, die mit der herkömmlichen Schulmedizin nicht mehr lösbar waren, lernte ich durch Empfehlung von Dr. Rudolf Rauch den koreanischen Arzt Dr. Moo Won Park kennen. Basierend auf Gesichts- Augen- und Pulsdiagnose konnte Dr. Moo Won Park in relativ kurzer Zeit mit der hier vorgestellten Handakupunktur einen raschen Heilungsprozess bei mir einleiten. Bereits bei der ersten Sitzung der Handakupunkturbehandlung war die Wende zur Genesung deutlich spürbar. Dieses Erfolgserlebnis hat mich so tief berührt, dass es für mich, obwohl ich kein ausgebildeter Mediziner bin, ein Lebenswerk geworden ist, diese natürliche Heilmethode, die nicht nur aus Akupunktur besteht, sondern auch die gesamte Traditionellen Chinesische Medizin, inklusive die Lehre der Gesichts- Augen- Hand- und Pulsdiagnose umfasst, zu erlernen. Für dieses Wissen, dass mir von Dr. Rudolf Rauch als Mediziner, von Dr. Moo Won Park als Meister der koreanischen Handakupunktur und von Dr. Tae-Woo Yoo als Gründer und Verfasser der koreanischen Handakupunktur übermittelt wurde, möchte ich hiermit meine ausdrückliche Danksagung überbringen.



Autor: Gerhard Paul Penka
Diplom in Koryo Sooji Therapy

MOXIBUSTION UND AKUPUNKTUR:

EINE ZWEISTUFIGE BEHANDLUNG BEI ERKRANKUNGEN DER HAND

Junji Mizutani, Direktor und Herausgeber von Najom, der nord-amerikanischen Zeitschrift für orientalische Medizin («North American Journal of Oriental Medicine»)

website <http://www.najom.org/>.

Der Hauptzweck von NAJOM besteht darin, als Forum für den Austausch von Ideen zu dienen, die Praktiker der orientalischen Medizin dazu ermutigen und motivieren, ihre Kenntnisse zu vertiefen und ihre Kunst weiterzuentwickeln.

Unser Interesse am Moxibustionsstil von Mizutani Sensei, den er in seiner Klinik in Vancouver in Kanada praktiziert, geht auf einen phantastischen Moxibustions-Workshop zurück, den er im Mai in Basel geleitet hat.

Mizutani Sensei hat eigens für unsere neue SBO-TCM Zeitschrift einen Artikel über die Moxibustionsbehandlung der Hand geschrieben. Wir danken Mizutani Sensei, dass er seine Erfahrungen mit uns teilt. (A. Schuurmans / B. Dudler)

**Moxibustion und Akupunktur:
Eine zweistufige Behandlung bei Erkrankungen der Hand
von Mizutani Junji**

Zu den Erkrankungen der Hand, denen ich in der Klinik häufig begegne, gehören Arthritis, Sehnen- und Sehnenscheidenentzündungen, das Karpaltunnelsyndrom und der Schnappfinger. Bei einigen meiner Patienten liegt nach einem Autounfall eine Schädigung der Halswirbel und -nerven vor, die zu Gefühllosigkeit (Taubheit) und einem Kräfteverlust geführt hat. Viele Patienten suchen eine Behandlung wegen Schwellungen und Schmerzen in der Hand, die das Ergebnis von Osteoarthritis (OA) sind. In diesen Fällen kommt es nach einem Abklingen der Schwellung und der Schmerzen zu Missbildungen. Eine Moxibustionsbehandlung verringert die Schwellung und den Schmerz und sie leistet einen wichtigen Beitrag zu Verhinderung verunstaltender Missbildungen.

Sehnentzündungen sehe ich am häufigsten bei Patienten, die sich durch sportliche Aktivität zu stark belasten. Mütter junger Kinder, die es nicht gewohnt sind Kleinkinder zu halten, belasten ihre Handgelenke und haben häufig Daumenschmerzen. Das Hauptsymptom bei Sehnentzündungen sind ebenfalls Schwellungen und Schmerzen, so dass Akupunktur und Moxibustion hier ebenfalls helfen.

Die häufigsten Symptome bei einem Karpaltunnelsyndrom sind Taubheit und Schmerz, der häufig nachts am stärksten ist. Hierbei handelt es sich um ein sehr häufiges Krankheitsbild: es wird durch eine Verhärtung im transversalen Karpalband

verursacht, die eine Neuropathie als Folge einer Einklemmung nach sich zieht. Die häufigste Behandlungsform der westlichen Medizin besteht in einem chirurgischen Eingriff, der im transversalen Karpalband zusätzlichen Platz schafft.

Ein «Abzugsfinger», manchmal auch als «Schnappfinger» bezeichnet, ist eine Erkrankung, bei der die Beugesehne eines Fingers sich verdickt und in der Sehnenscheide hängenbleibt, so dass es zu plötzlichen Schnappbewegungen kommt.

Wie wir sehen, klassifiziert und erklärt die westliche Medizin diese Leiden, obwohl es sich hierbei in jedem einzelnen Fall um Erkrankungen des Skeletts beziehungsweise des Bewegungsapparats handelt, auf unterschiedliche Weise. Dennoch zeigen alle Patienten eine gemeinsame, als Verhärtung zu bezeichnende Manifestation ihres Leidens.

Wenn ich Patienten mit einem Krankheitsbild der oberen Gliedmaßen zu sehen bekomme, einschließlich der Ellbogen, Schultern und Hände, setze ich sie zur Untersuchung hin. Ich massiere ihren gesamten oberen Rücken mit einer Anma-Technik: den Bereich zwischen den Schulterblättern, den Nacken und den Schulterbereich, um auf diese Weise Verhärtungen festzustellen. Ich verwende stets beide Hände und vergleiche während der Untersuchung die rechte und linke Seite. Dies ist eines der Geheimnisse beim Ausfindigmachen von Verhärtungen. Abbildung 1 zeigt, wo Verhärtungen am häufigsten zu finden sind.

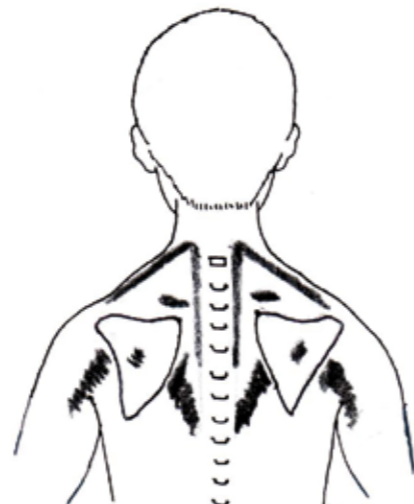


Abb 1. Bereiche des oberen Rückens, in denen Verhärtungen am häufigsten vorkommen

Meine Behandlungen bestehen normalerweise in einer Kombination aus Akupunktur und Moxibustion, und ich beginne

mit der Akupunktur. In diesem Fall lege ich den Patienten mit dem Gesicht nach unten hin (einige Patienten fallen in Ohnmacht, wenn sie im Sitzen eine Nadelbehandlung bekommen) und taste ihren oberen Rücken ab. Ich suche nach Verhärtungen und setze schnell einige Nadeln. Dabei bin ich nicht um Standardpunkte bekümmert, sondern setze Nadeln über jeder Verhärtung, die ich finde, und lasse sie in ihrer Position ohne jegliche weitere Manipulation. Es versteht sich, dass ich hierbei viele Nadeln verwende. Diese Nadeln können nahe der Oberfläche belassen oder auch tiefer gesetzt werden, so dass sie aufrecht stehen. Auf diese Weise lässt sich eine angenehme Nadelempfindung erzeugen. Es ist wichtig, dass in diesem Fall keine Verhärtung durchstochen wird.

Die Nadeln brauchen nicht lange in ihrer Position gelassen werden – nur drei oder vier Minuten. Dann ist es Zeit sie wieder zu entfernen, um eine zusätzliche Stimulation zu vermeiden. Kann man die Verhärtungen anschließend noch fühlen, sind sie ausnahmslos weicher. Ich habe diesen Vorgang als «Einebnen» bezeichnet, da es dem Glätten rauher Stellen im Körper vergleichbar ist (Schritt eins). Sollten nach dem Einebnen größere Verhärtungen fortbestehen, zusammen mit anderen, die aus tieferen Gewebeschichten zur Oberfläche drängen, werden sie zu Zielpunkten der Moxibustion (Schritt zwei). Welche Bedeutung hat die Verwendung der beiden Schritte der Akupunktur und der Moxibustion? Die Stimulationen durch Akupunktur und Moxibustion sind vollkommen verschieden, ebenso wie die Reaktion des Körpers darauf.

Diejenigen Punkte, die auf die Akupunktur nicht angesprochen haben, werden mit Moxibustion behandelt, um eine Reaktion hervorzurufen. Die beiden Arten der Stimulation haben einen kumulativen Effekt, und die Reaktion des Patienten auf die Behandlung kann auf diese Weise maximiert werden. Aus diesem Grunde sagt man, dass Akupunktur und Moxibustion wie die zwei Stränge eines Seils sind. Der Moxibustions-Meister Fukaya Isaburo pflegte zu sagen: «Behandle alle Erkrankungen der oberen Gliedmaßen mit BL-17.» Shirota Bunshi, der Vertreter des Sawada-Stils, führt Punkte wie CV-12, TB-15, SI-10 and 11 für Armprobleme an. Ich glaube, dass beide Recht haben, doch empfehle ich, nach Verhärtungen im Oberkörper zu suchen, ohne bestimmten Punkten besondere Aufmerksamkeit zu schenken. Mein Stil besteht darin, mit dem Einebnen an der Oberfläche zu beginnen, und anschließend mit der Moxibustion tiefer vorzudringen.

Das Weichermachen der Verhärtungen um BL-17 und den Bereich zwischen den Schulterblättern, um die Schultergelenke sowie die Nacken- und die Dreiecksregionen (die in der Toyohari-Tradition als «Naso» bezeichnet werden) ist für eine Behandlung der oberen Gliedmaßen unerlässlich. Für eine Moxibustion dieser Punkte reichen drei bis sieben Kegel in jedem Fall aus (siehe Foto 1).



Foto 1 Schritt zwei: Moxibustion zum Weichermachen der interskapulären Verhärtungen

Wird der Schritt zur Einebnung mit Hilfe der Akupunktur übersprungen, kann man mit der Moxibustionsbehandlung aller Punkte mit drei kleinen Kegeln beginnen. Dies dient der Einebnung, und anschließend können die übrigen Verhärtungen, sowie diejenigen, die an die Oberfläche gekommen sind, erneut abgetastet werden. Ausgesuchte Punkte können dann mit mehreren Moxibustionskegeln behandelt werden. Der lokale Bereich kann behandelt werden, wenn dies abgeschlossen ist.

Die Moxibustion mag zwar in der traditionellen chinesischen Medizin zur Behandlung entzündeter und erhitzter Bereiche untersagt sein, doch die direkte Moxibustion lässt sich erfolgreich bei Entzündungen des Skeletts beziehungsweise des Bewegungsapparats sowie bei entzündlichen Erkrankungen der Eingeweide einsetzen. Die Hitze der Moxibustion erhöht die Vasomotion (Gefäßbewegung) und aktiviert den Blutkreislauf zur Resorbierung der Entzündung. Hitze wird demnach durch Hitze aufgelöst. Die lokale Moxibustionsbehandlung konzentriert sich auf empfindliche Punkte. Die Methode des Erfühlens empfindlicher Punkte, das Setzen von Nadeln, und die anschließende Anwendung der Moxibustion an den Hauptpunkten ist die gleiche, ob es sich um die Erhitzung durch eine Entzündung oder um eine Verdickung und Verhärtung von Sehnen und Bändern handelt. Die Akupunktur- und Moxibustionsbehandlung der Hand kann sehr schmerzhaft sein, so dass ich häufig die Akupunktur überspringe und einfach die Moxibustion verwende. In diesem Falle benutze ich ein dünnes Bambusrohr (zur Verringerung der Schmerzen) und verwende drei bis sieben Kegel (siehe Foto 2).



Foto 2 Standardmäßige (unterhalb des Bleistifts) und dünne Bambusrohre

Bei kleinen Gelenken wie den Fingergelenken verwende ich auf beiden Seiten des Gelenks drei Kegel (was als «Durchdringungs»-Moxibustion bezeichnet wird) (siehe Abbildung 3).

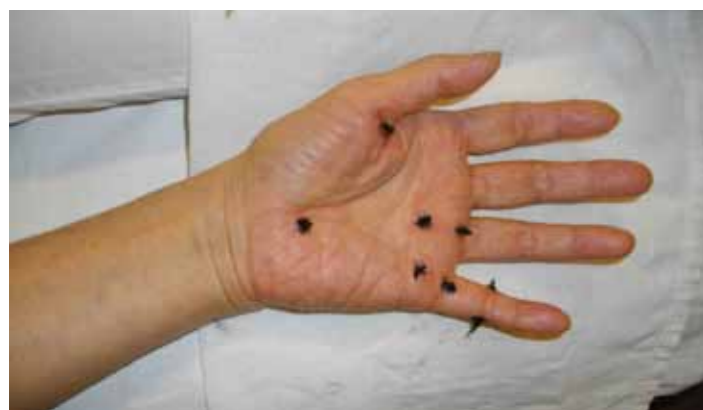


Foto 3 «Durchdringungs»-Moxibustion am kleinen Finger

Bei Fällen von Schnappfinger zielt meine Behandlung auf die Verhärtungen der Sehnen und Bänder. In jedem Fall geht es in der Hauptsache darum, die verspannten und empfindlichen Punkte zu finden. Die Ärzte des Altertums nannten dies «die Schmerzbehandlung ins Zentrum stellen».

Eine Sehnenentzündung, die erst seit kurzem besteht, lässt sich durch die tägliche Verwendung von drei kleinen Kegeln in einer direkten Moxibustion an den empfindlichen Punkten in nur einer Woche deutlich lindern (siehe Abbildung 4). Auch ein Schnappfinger und das Karpaltunnelsyndrom lassen sich durch eine frühe Behandlung bessern. Fortgesetzte Behandlungen können zur Heilung führen. Im Fall von Arthritis kann die Entzündung gestoppt und eine Missbildung verhindert werden. Bereits eingetretene Missbildungen können jedoch nicht wieder rückgängig gemacht werden, so dass eine frühzeitige Behandlung angezeigt ist. Alle diese Zustände werden am besten im Anfangsstadium behandelt, da es sehr schwer ist, in Situationen, in denen ein oder zwei Jahre lang keine

Behandlung erfolgte, noch zu helfen, und manchmal ist dann keine Heilung mehr möglich.



Foto 4 Moxibustionsbehandlung bei Sehnenentzündung

In Fällen, in denen drei oder vier Behandlungen im Anfangsstadium zu keiner Besserung führen, ist eine Behandlung des Unterleibs erforderlich. Eine Behandlung des Unterleibs wird zur Behandlung des Rückens und lokaler Punkte hinzugefügt, um das Zangfu zu regulieren und das normale Qi zu stärken, das Grundlage der Gesundheit ist, um so die Heilkraft des Körpers zu erhöhen. Dies ist der Grund dafür, warum eine Behandlung des Unterleibs für die Behandlung von Erkrankungen des Skeletts beziehungsweise des Bewegungsapparats bei geschwächten Patienten unerlässlich ist, und die Taiyoku-Therapie im Sawada-Stil ist zu diesem Zweck gut geeignet.

Aus dem Japanischen übersetzt von Stephen Brown



Autor: Mizutani Junji

Mizutani Junji, L.Ac. erhielt 1983 den Abschluss der zentralen Akupunkturschule Japans und damit die Berechtigung in Japan Shiatsu, Akupunktur und Moxibustion zu praktizieren. 1984 zog er nach Toronto, um seine Ausbildung am Kikkawa-Shiatsu-College und der Shiatsu-Schule Kanadas fortzusetzen. Außerdem war er für drei Jahre Präsident des Shiatsu-Therapieverbandes von Ontario. 1992 zog er nach Vancouver um, wo er heute praktiziert. Er ist der Gründer und Direktor des NAJOM.

TCM-SOZIALFORUM

Chinesische Medizin über Grenzen



SPENDENWOCHE

vom 13. Dezember bis 19. Dezember 2010

**Mach ein Geschenk - wo es gebraucht wird
Der Weltgesundheit ein Stück näher**

Schließ Dich unserer Kampagne an!

Wenn Du Therapeut / Arzt / Praktiker der Chinesischen Medizin bist und Du möchtest Teil unserer Kampagne sein, spendest Du 5 SFr. pro Behandlung in dieser Woche, schau auf unsere Webseite www.TCM-Sozialforum.org.

Sie sind Patient und haben während dieser Woche einen Behandlungstermin, fragen Sie Ihren Behandler, ob er an der Kampagne beteiligt ist.



Alternativ kann auch direkt gespendet werden!

**Spendenkonto der AGTCM e.V.
Kennwort: TCM-Sozialforum
VR Bank Niebüll eG
Konto Nr. 360 75 770
BLZ 217 635 42
IBAN: DE 7621 7635 4200 2 6075770
BIC: GENODEF1BDS**

Das TCM-Sozialforum ist eine Plattform für weltweite Hilfsprojekte, die durch Traditionelle Chinesische Medizin unterstützt werden.

DIE HAND IN DER KINDERTUINA

Wie schön ist es, eine kleine Kinderhand zu betrachten. Die ganzen Strukturen, Nägel, Gelenksfalten, Handzeichnungen und Fingerprints sind perfekt vorhanden. Wie schnell lernt diese Hand, sich gezielt zu bewegen, zu greifen, zu tasten, zu spüren. Und dieser vollkommene Körperteil spielt in der chinesischen Kinderbehandlung eine wichtige Rolle.

Es folgt eine Einführung in die Kindertuina allgemein

In der TCM geht man davon aus, dass ein Kind einen noch unreifen Körper hat und nicht als ein kleiner Erwachsener angesehen werden darf. So sind Kinder bis zum 6. Lebensjahr, max. bis zum 12. Lebensjahr (hier scheiden sich die Geister) körperlich und funktionell «unreife» Wesen. Ein grosser Teil der normalerweise auftretenden Kinderkrankheiten sind Folge von dieser Unreife.

- So sagt es im Buch Zhu bing Yuan Hou Lun: «Das Qi in den Eingeweiden von Kindern ist noch weich und schwach.»
- Weiter heisst es im Xiao Er Yao Zheng Zhi: «Die fünf inneren Organe und die sechs Därme sind zwar vorhanden, aber noch nicht vollständig ausgebildet...» Und falls ausgebildet, dann sind sie noch nicht kräftig. Das heisst demzufolge auch, dass das ganze Meridiansystem noch nicht fertiggestellt ist.
- Die Erweiterung liest man im Xiao Er Bing Yuan Fang Lun: «Haut und Haar, Muskeln und Fleisch, Sehnen und Knochen, Gehirn und Mark, die fünf inneren Organe und die sechs Därme, das Konstruktive und das Verteidigende, das Qi und das Blut sind bei Kindern insgesamt noch nicht fest und stark.»

Mit diesem Wissen ist es auch nicht verwunderlich, dass Kinder besonders anfällig für Krankheiten sind, v.a. für solche, die sich leicht übertragen und schnell verändern. Insbesondere zeigt sich eine Krankheitshäufung bei Krankheiten mit Bezug auf die drei wichtigsten inneren Organe – Lunge, Milz und Leber.

- «Die äusseren Abwehrfunktionen sind bei Kindern noch nicht kräftig genug, äusseres Übel gelangt daher leicht in den Körper und befällt die Lungen» aus Zhong Yi Er Ke Xue. Bekanntlich haben Kinder häufig Probleme mit den oberen Atemwegen – Erkältung, Husten, Allergien und Asthma. Das Wei Qi ist schwach und lässt äussere pathogene Faktoren eindringen.
- Auch das Transport- und Umwandlungssystem ist bis ca. 5/6 Jahre noch unvollständig, was zu Beschwerden im Verdauungstrakt und im ganzen Erdelement zur Folge hat. Darmkoliken, häufiges Erbrechen, Durchfall, aber auch Ohrenscherzen, Husten, Drüsenschwellungen, Asthma, Allergien und Ekzeme können auftreten. Hier spielt insbesondere eine gute und kindgerechte Ernährung eine grosse Rolle. Eine schlechte Ernährung kann die Entwicklung des Erdelements verzögern oder gar blockieren. Ein schlechter Grundstein ist somit gesetzt und kann für die ganze weitere Entwicklung beeinträchtigend wirken.
- Zur Leberfunktion heisst es, dass dieses Organ im Kindesalter eher einen Überschuss vorweist, was sich gelegentlich in unkontrollierten Wutanfällen, «Täubele», Trotzen, aber auch in Krämpfen (Fieberkrämpfe) zeigt.

All diese Faktoren und das Wissen über diese Unreife wirken sich auf die Techniken, Anwendungen, Punktewahl und Behandlung aus.



«Kinder sind reines Yang» – das zeigt sich in der schnellen Entwicklung, raschem Wachstum, Vitalität, Neugierde, Entdeckungsdrang. Das Yin – das Stoffliche, der Körper, die Grösse, Gewicht, Zähne und Haare – ist in der Anlage zwar bereits vorhanden, muss sich aber erst noch entfalten und aufgebaut werden. Positiv auf den Krankheitsverlauf, resp. Gesundungsverlauf bei Kindern wirkt das noch reine Qi der inneren Organe. Im Verdauungstrakt haben sich noch kaum Gifte und Stoffwechselabfälle der letzten Jahre angesammelt. Auch wurde das Holz und Feuer noch nicht mit jahrelangem Ärger und Verletzungen geprägt. Der Krankheitsverlauf ist oft schnell und heftig (Yang), aber genau so schnell hat sich in der Regel ein Kind wieder erholt.

YIAO ER ZI TUINA – Chinesische Kleinkindmassage












Wie schon erwähnt sind die Meridiane und Akupunkturpunkte bei kleinen Kindern noch nicht ausgereift und können so nicht voll genutzt werden. Es wurden andere Entsprechungen von Zonen und Punkten bei Kindern entdeckt. Auch die Techniken unterscheiden sich in der Art und Weise von der Erwachsenen-Massage. Kinder sind energetisch ausgesprochen ansprechbar und können mit Massage sehr gut behandelt werden. Tuina aktiviert die Heilenergie des Körpers. Eine regelmässig angewandte Behandlung stärkt die Konstitution und Abwehrkraft. Das harmonische Fließen des Qi ist Voraussetzung für das Wachstum und die gesunde Entwicklung. So kann Kindertuina als präventives Medium, wie auch als krankheitslösende Therapie von Nutzen sein.

Allgemein kann gesagt werden, dass Tuina folgende Punkte fördert:

- Entwicklung, Wachstum, Gewichtszunahme
- Empfindung und Wahrnehmung
- Autoimmunsystem
- Blutqualität
- Atmungs-/Verdauungsfunktion

Nebst einzelnen bereits aktiven Akupunkturpunkten werden Zonen wie Rücken, Bauch, Gesicht und speziell die Hand und Unterarm verwendet.

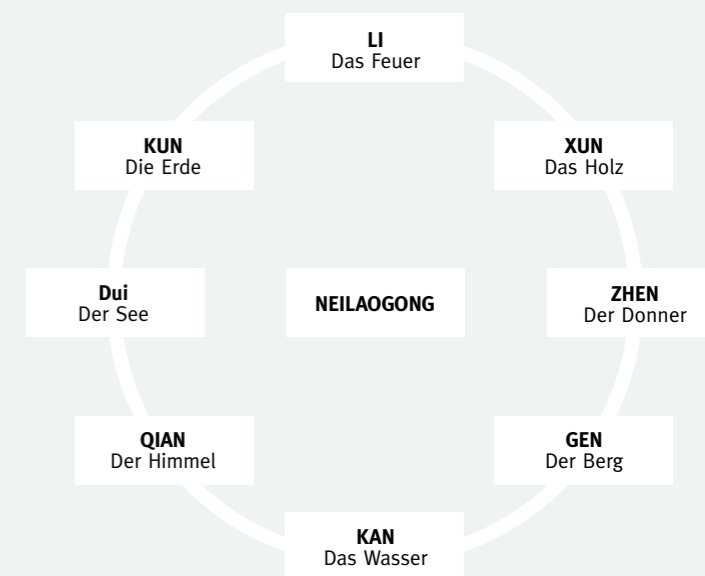
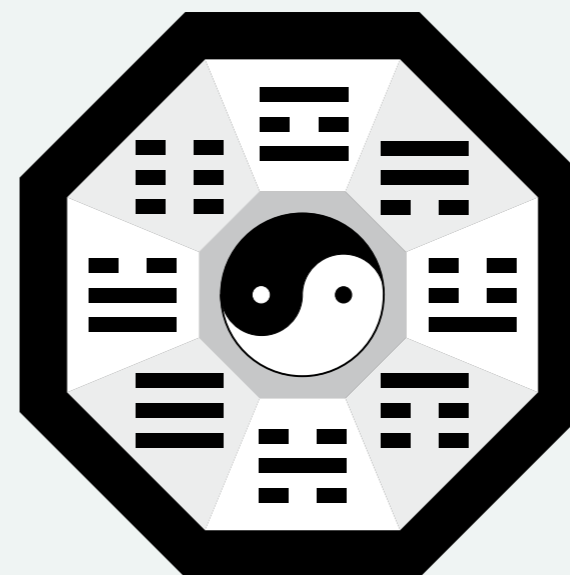
Die Hand als sensibles Medium bietet hier eine umfassende Behandlungsmöglichkeit. Jeder Finger entspricht einem Meridian. Verschiedene Punkte an Finger, Handfläche und Handrücken können für die verschiedensten Krankheitsbilder kombiniert und angewandt werden. Nach der Einführung in die Kindertuina werden hier einige wichtige Punkte und Meridiane besprochen.

Vier Querfalten/ Sihengwen	Querfalten in der Mitte der Finger, alle ausser Daumen, Yinseite	Pressen mit Daumennagel 5 mal. 100-200 mal Tui (Schieben)	<i>Verdauungsstörungen, Nahrungsstagnation, Unterbauchschmerzen, Fieber, Unruhe, Blässe, Appetitmangel, rissige Lippen</i>	
Milz-Leitbahn/ Pijing	Innenseite des Daumenendgliedes	Tui/streichen Richtung Hand, 100-500 mal	Milz-Xu: Appetitstörungen, Verdauungsstörungen, Spannung im Bauch, Feuchte-Hitze: Ikterus, Brechreiz, Erbrechen, Durchfall	
Leber-Leitbahn/ Ganjing	Innenseite Zeigefingerendglied	Bewegung 100-500 mal Stärken Richtung Körper, Ausleiten nach aussen	Leber beruhigend, Leber Wind: gerötete Augen, Unruhe, Hitze (in den fünf Herzen) Innerer Wind: Krämpfe, Zittern	
Herz-Leitbahn/ Xinjing	Innenseite Mittelfingerendglied	Bewegung dito 100-500 mal	<i>Hohes Fieber, Benommenheit, Fieber ohne Schweiss, rotes Gesicht, Aphten im Mund, dunkler Urin, grosse Unruhe, nächtliches Weinen</i>	
Lungen-Leitbahn/ Feijing	Innenseite Ringfingerendglied	Bewegung dito 100-500 mal	Lunge unterstützend, Erkältung, Husten, Keuchhusten, Engegefühl auf der Brust, spontaner Schweiss, Abneigung gegen Kälte, Hitze: Fieber, Atemgeräusche, Schleimrasseln, Verstopfung	
Nieren-Leitbahn/ Shenjing	Innenseite des Kleinfingerendgliedes	Bewegung dito 100-500 mal	Niere unterstützend: Schwäche durch lange Krankheit, chron. Durchfall, Enuresis, Keuchatmung Hitze: Harnverhalten, dunkler Urin, schmerzhafter Urin	
Bereich Dickdarm- Leitbahn/Dachangjing	Mediale Seite des Zeigefingers, Grundglied und Spitze	Stützen: Tui mit Daumen seittl. des Zeigefingers v. Spitze nach Grundgelenk Kühlen: Tui umgekehrte Richtung, je 100-300 mal	Stützen: chron. Durchfall, Analprolaps Kühlen: Verstopfung oder Durchfall (F-H) wässriger Stuhl, Fieber, Bauchschmerzen	
Bereich Dünndarm- Leitbahn/Xiaochangjing	Kleinfingerspitze bis Grundgelenk (Dü 1 – Dü 2)	Stützen: Tui Spitze – Hand Kühlen: Tui Hand – Spitze	Stützen: Polyurie, Enuresis Kühlen: Harnverhalten, dunkler Urin, Diarrhö	
Magen-Leitbahn/ Weijing	Innenseite Daumenmittelglied	Stützen: Kreisend Tui Richtung Hand Kühlen: Daumen nach distal, je 100-500 mal	Stützen Magen/Milz-Xu: Spannungen im Bauchraum, Appetitlosigkeit, Verdauungsstörungen Kühlen Magen-Hitze: harmonisierend, absenkend, Nasenbluten, Völlegefühl, Fieber, Unruhe, grosser Durst, Verstopfung, Appetitlosigkeit, Erbrechen	
Palast der inneren Strapazen/Neilaogong	Pe 8 (zw. 2. und 3. Metakarpale, Zeige- u. Mittelfinger)	Kneten 100-500 mal	<i>Kühlend, Unruhe beenden, Aphten, Fieber, Durst</i>	
Palast der äusseren Strapazen/Weilaogong	Punkt auf Handrücken zwischen 2. und 3. Metakarpale	Rou: mit Mittelfinger oder Daumen, 100-500 mal	<i>Yang «wärmend», vertreibt innere Kälte: Darmgeräusche, Diarrhö, Stuhl mit Unverdaulichem, Enuresis, Druck in der Leiste</i>	

DAS BAGUA – DIE ACHT TRIGRAMME IN DER HANDFLÄCHE

Das Neibagua in der Hand des Kindes

Im Neibagua findet man die «acht Trigramme» auf dem Handteller. Die Acht Trigramme bezeichnen die verschiedenen natürlichen Energien des Universums, wie Feuer, Erde, Strom, Himmel, Wind, Donner, Hügel und Wasser, die unser Körper und unsere innere Orientierung beeinflussen. Sie vermitteln die Kraft und die Yin-Yang-Beziehung zueinander. Die unterbrochenen Linien sind Yin, die durchgezogenen sind Yang.



Büchertipps:

Kindertuina, Claudia Lorenz, Bacopa Verlag
Sanfte Heilmassage für Kinder, Angela Rudhart-Dyczynski / Dr. med. Jerzy Dyvzynski, Peter Erd Verlag
Tuina Massage für gesündere und glücklichere Kinder, Maria Mercati, Urania Verlag
Chinesische Medizin für Kinder und Jugendliche, Rainer Bohlayer, Hippokrates Verlag
Chinesische Heilkunde für Kinder, Bob Flaws, Joy Verlag

Der Handteller wird im Kreis massiert, am besten verwendet man dazu den Daumen, während sich die anderen Finger um den Handrücken des Kindes legen. Durch die kreisende Bewegung werden die Energien im Körper des Kindes harmonisiert und das Qi ins Gleichgewicht gebracht. Dies regt die inneren Organe an, stärkt das Immunsystem und hat eine beruhigende Wirkung. Haben sie schon nervöse wartende Menschen an der Haltestelle beobachtet, oder Erwachsene vor einer wichtigen Aussage? Sie kreisen oft ihre Handfläche. Vielleicht sind auch bei uns Erwachsenen kleine Teile dieser wundervoll harmonisierenden Energien zurückgeblieben... In der Regel werden alle Trigramme zusammen massiert. Je nach Pathologie kann aber auch ein einzelnes mit AnFa/Drücken stimuliert werden. Der Durchmesser des Kreises beträgt 2/3 der Strecke zwischen Handflächenmitte (Pe 8) und Fingerfalte zwischen Zeige- und Mittelfinger. Allgemein kann man sagen, dass das Massieren dieser Fläche harmonisierend und gegen Husten mit Auswurf, Druckgefühl auf der Brust, Appetitmangel und Spannungsgefühl im Unterbauch wirkt.

Autorin: Isa Aebli,
 SBO-TCM Therapeutin mit Praxis in Basel
 Geboren und aufgewachsen in der Ost-CH
 Ausbildung als Lehrerin
 Seit 16 Jahren in Basel
 2 Kinder
 TCM-Ausbildung mit Schwerpunkt Akupunktur und Tuina
 Seit 2003 eigene Praxis in Basel
 Unterrichtstätigkeit am ehemals Institut für TCM Basel
 und BioMedica Basel

Fotos: Karin Fuchs

TUINA-MEETING 2010 ROTHENBURG

Folgende Themen des Fachbereiches Tuina wurden bearbeitet:
Wie können wir Tuina einer breiteren Öffentlichkeit vorstellen?



Wir haben entschieden, dass wir uns innerhalb der AG TCM als Gesamtheit präsentieren wollen und uns einheitlich auf der Startseite der AG TCM unter einem Tuina-Link kenntlich machen, so dass, wenn ein Interessent eine Tuina-Ausbildung sucht, er sofort auf die verschiedenen Ausbildungsstätten der AG TCM kommt.

Insgesamt wollen wir gezieltere Werbung und Aufklärung betreiben und uns auch international präsentieren. Was wir uns auch wünschen würden, wäre die aktive Unterstützung durch den Vorstand der AG TCM und ein Budget für die Förderung der Internetplattform.

Für die internationale Vernetzung möchten wir eine Internetplattform machen, auf der sich die verschiedenen Schulen und Ausbildungsstätten der Tuina vorstellen können. An weiteren Meetings besteht ein großes Interesse, deshalb wollen wir die Tuina-Meetingreihe fortsetzen.

Weitere Programmpunkte waren:

Annette Jonas

Angewandte Tuina-Therapie in Nanning, China ,
Fotos und Videos
Vorstellung ihrer Erfahrungen vom Februar 2010

Christiane Tetling

Behandlung von Fersensporn und Mobilisationen

Demonstration Meister Li Jiacheng
Qi-Gong-Massage

Bei Interesse können Sie das Protokoll und die Präsentation von Christiane Tetling über den Fachbereich Tuina beziehen.
Heike Wiedemann, wiedemann@agtcm-therapeut.de

Goji Beeren - der Muntermacher für die kühlen Tage

Vor allem in der kommenden kalten Jahreszeit ist es wichtig, Energie zu tanken. Wegen des hohen Gehalts an Vitaminen, Mineralstoffen und Aminosäuren sind die Goji Beeren ein perfekter Energielieferant und schützen den Körper vor verschiedenen Krankheitserregern. Gleichzeitig gelten Gojis als Schutz vor der biologischen Alterung. Die Beeren werden in der traditionellen chinesischen Medizin seit Jahrtausenden als Wundermittel gehandelt. Mittlerweile schwören auch Madonna, Kate Moss und Mick Jagger auf das gesundheitliche Allround-Talent. Goji Berries schmecken wie eine Mischung aus Kirsche und Cranberries und werden in naturbelassener sonnetrockneter Form angeboten. Sie können als Müesli-Zusatz, in Backwaren oder wie getrocknete Rosinen gegessen werden. Im Rahmen einer ausgewogenen Ernährung werden 20 bis 30 Gramm Goji Berries pro Tag empfohlen. Zu empfehlen sind die PREMIUM Goji-Berries, welche von der Firma Palico vertrieben werden. Sie sind 100% natürlich, sonnetrocknet, ungesüßt und frei von Schwefel und jeglichen Pestiziden. **Jetzt Spezialangebot zum 15 Jahre Jubiläum SBO-TCM**

Nur für SBO-TCM Therapeutinnen und Therapeuten

Goji Beeren 250 Gramm à CHF 17.50. Bei der Bestellung von 10 Paketen erhalten Sie 4 Pakete gratis. Empfohlener VP 24.00 Fr.

Goji Beeren 510 Gramm à 34.50 Fr. Bei der Bestellung von 10 Paketen erhalten Sie 4 Pakete gratis. Empfohlener VP. 49.90 Fr.

Wiederverschliessbare Beutel ohne Schwefel und ohne Pestizide.

Bestellung bei unserem Shop unter: www.palico.ch mit eigenem Passwort!

Palico GmbH, Rotkreuz Fax. 04179208 45 Tel. 0417920844

Bitte geben Sie bei der Bestellung an, dass Sie ein TCM Therapeut sind. Angebot gültig bis Ende 2010.



TCM Mandarin sucht per sofort einen Arzt für Chinesische Medizin (100%).

Anforderungen: mindestens 15 Jahren Berufserfahrung und 4 Jährige Ausbildung. Neben chinesischen Sprachkenntnissen sind deutsche oder englische Sprachkenntnisse erwünscht.

TCM Mandarin Forchstrasse 108 8032 Zürich
Tel: 044 380 03 34 www.tcm-mandarin.ch

KÄLTE AUS DEN FINGERN TREIBEN:

DIE BEHANDLUNG VON MORBUS RAYNAUD MIT TCM

Die Finger werden nach einer Berührung eines kalten Gegenstands oder in Stresssituationen plötzlich blass, steif und kalt, dann zyanotisch. Oft kommen Schmerzen dazu. Treten diese Attacken rezidivierend auf, handelt es sich um Morbus Raynaud oder, bezeichnend für die Hauptsymptomatik, um Weissfingerkrankheit. Morbus Raynaud, benannt nach dem französischen Arzt Maurice Raynaud (1834–1881), ist eine periphere vaskuläre Störung, bei welcher durch eine überschüssige Gefäßverengung die Zirkulation in den Fingern – meist dem 2. bis 5. Finger – gestört wird. Morbus Raynaud tritt in rund 5-10% der Bevölkerung auf und kommt bei Frauen rund fünfmal (!) häufiger vor.

Morbus Raynaud wird in eine primäre und sekundäre Form aufgeteilt. *Primärer Morbus Raynaud* ist eine funktionelle Störung ohne erkennbare Grunderkrankung. Sekundärer Morbus Raynaud entsteht aufgrund einer Primärerkrankung, zum Beispiel neurologischen Erkrankungen (MS, Poliomyelitis), chronischem Trauma, Gefässentzündungen, etc. Die primäre Form tritt ohne erkennbare Grunderkrankung auf.

Die Therapie von *sekundärem Morbus Raynaud* zielt auf die Primärerkrankung. Bei primärem Morbus Raynaud wird neben einer Vermeidung der auslösenden Faktoren (Stress und Kälte) eine Therapie zur Vasodilatation durch Alpha-Rezeptorenblocker oder Calciumantagonisten wie z. B. Nifedipin oder auch Prostaglandin-E1-Analogen Alprostadil eingesetzt. Ein neuer Therapieversuch ist der Einsatz von Sildenafil, besser bekannt unter dem Namen Viagra. Das Problem mit einer gefässerweiternden Therapie bei Raynaud's Patienten ist die Tatsache, dass Patienten, welche an dieser Krankheit leiden, oft auch einen niedrigen Blutdruck haben. Dieser wird durch die Gefässerweiterung zusätzlich gesenkt. Bei schweren oder therapieresistenten Fällen wird die Durchtrennung des Sympathikus, der die betreffenden Extremitäten innerviert, in Betracht gezogen. Diese Therapie hilft jedoch oft nur für wenige Monate oder Jahre.¹

Sicherlich auch aufgrund dieser eher eingeschränkten Therapiemöglichkeiten suchen Patienten nach alternativen Behandlungen. Die chinesische Medizin stellt so eine Alternative dar.

Morbus Raynaud in der chinesischen Medizin

Die chinesische Medizin erklärt Krankheiten indem sie analysiert, wie diese ausgelöst werden und wie sich diese manifestieren. Bei Patienten mit Morbus Raynaud sind die Hauptbeschwerden eindeutig: kalte Finger mit Blässe, gefolgt von Zyanose und darauf einsetzender starker Rötung aufgrund der

reaktiven Hyperämie. Als Yin-Yang Disharmonie ausgedrückt bedeutet diese Drei-Phasen Diskoloration folgendes:

Die Spitzen der Extremitäten stellen die Yin- und Yang-Verbindungen der zwölf Leitbahnen dar. Wenn Yin voll ist, ist Yang leer. Dann führt Kälte zur Erstarrung und Blut wird statisch. Dies führt zu blassen oder zyanotischen Extremitäten. Wenn Yin zerstreut wird und Yang zurückkehren kann, dann wechselt die Farbe der Extremitäten wieder zu Rot. Wenn Yin und Yang sich beide wieder erholt haben, dann fließt Qi und Blut frei und die Farbe der Extremitäten normalisiert sich.²

Daraus geht hervor, dass zuviel Yin, also eine Ansammlung von Kälte, die Leitbahnen blockiert und zu Stase führt. Zu beachten ist dabei, dass ein Überschuss an Yin immer auch das Yang und Qi schädigt. Diese Schädigung tritt immer mindestens lokal auf, kann aber auch systemisch sein. Morbus Raynaud Patienten leiden also neben der Kälte-Ansammlung praktisch immer auch an einem zumindest lokalen Mangel an Yang und Qi.

Ein zweiter Mechanismus welcher zu einem Yang-Mangel in den Extremitäten und damit zu Kälte und Stase führt ist Qi Stagnation. Das Leber-Qi ist für das Verteilen des wärmenden Yang und Qi im ganzen Körper verantwortlich. Ist das Qi im Inneren gestaut, so erreicht es die Fingerspitzen nicht. Diese werden kalt und Blut staut sich. In diesem Fall handelt es sich jedoch nur um einen lokalen Mangel an Yang. Im Körperinneren herrscht eine Leber-Qi Stagnation und dadurch möglicherweise sogar Hitze.

Die zwei beschriebenen pathologischen Vorgänge sind die zwei Hauptmuster bei *primärem Morbus Raynaud*. Eine Differenzierung in weitere Grundmuster ist aus klinischer Sicht weder sinnvoll noch notwendig. Für den klinischen Erfolg viel wichtiger ist die Erkenntnis, dass unabhängig von den zwei Hauptmustern folgende Faktoren bei fast allen Raynaud's Patienten auf einer lokalen Ebene vorhanden sind: Stase, Kälte und Qi-Mangel. Diese drei Pathologien sind eng miteinander verbunden und können sich gegenseitig auslösen. Bei langem Krankheitsverlauf – was auf die meisten Raynaud's Patienten in unseren Praxen zutrifft – sind diese Faktoren dann immer mehr oder weniger ausgeprägt vorhanden. Für die Therapie ist es wichtig, die vorhandenen Zusatzfaktoren mit ihrer Ausprägung zu erfassen.

Bei Blutstase ist anzumerken, dass diese auch ohne die klare Lehrbuch-Symptomatik diagnostiziert werden kann. Bei Raynaud's Patienten blockiert Kälte die Leitbahnen und den Blutfluss und führt dadurch zu Blutstase. Die zyanotischen Finger sind ein pathognomisches Zeichen. Weiter gilt: «Chronische Krankheiten dringen in die Netzwerkgefäße ein». Das bedeutet, dass bei chronischen Krankheiten oft ein Element von



Blutstase vorhanden ist, ganz gleichgültig ob sich die Krankheit mit eindeutigen Stasesymptomen zeigt oder nicht. Die Blutstase ist somit zusammen mit der Kälte ein zentraler Aspekt jeder Raynaud's Behandlung.

Die Differenzierung zwischen Yang-Mangel Kälte und voller Kälte ist in der praktischen Behandlung sekundär. Die vorhandene Kälte widerspiegelt meist eine Kombination von Fülle und Leere. Wie bereits oben beschrieben wird der Körper aufgrund eines Yang-Mangels ungenügend geschützt und äussere volle Kälte kann eindringen. Auf der anderen Seite schädigt die eindringende Kälte das Yang-Qi. Zur Therapie muss sowohl Yang gestärkt sowie Kälte vertrieben werden.

Arzneitherapie

Für die Arzneitherapie wird zwischen den beiden Grundmustern unterschieden und die passende Rezeptur ausgewählt. In einem zweiten Schritt werden die Zusatzfaktoren und deren Stärke bestimmt und die Rezeptur wird individuell auf den Patienten angepasst. Dadurch entsteht eine passende und wirksame Rezeptur.

Grundrezeptur bei Kälte in den Leitbahnen: Dang gui si ni tang (Dekokt für kalte Extremitäten mit Angelica): Dang gui (Angelicae sinensis Rx), Gui zhi (Cinnamomi Rm), Bai shao (Paeoniae Rx alba), Xi xin (Asari Rx et Rh), Zhi gan cao (Glycyrrhizae Rx praep.), Da zao (Jujubae Fr), Mu tong (Akebiae Cl)

Erklärung: Dang gui si ni tang wärmt die Leitbahnen, zerstreut Kälte und nährt und aktiviert Blut. Diese Shang Han Lun-Rezeptur eignet sich somit ideal als Grundlage für die Behandlung von Raynaud's. Sie fokussiert auf alle wichtigen Pathologien. Allerdings muss die Rezeptur je nach klinischer Präsentation angepasst und verstärkt werden (siehe Modifikationen unten).



Wichtige Kombination in der Behandlung von Morbus Raynaud: Gui zhi aktiviert Yang und wärmt die Leitbahnen



Dang gui nährt und aktiviert Blut.

Grundrezeptur bei Leber Qi Stagnation: Si ni san (Pulver für kalte Extremitäten): Bai shao (Paeoniae Rx alba), 12g, Chai hu (Bupleuri Rx), 9g, Zhi shi (Aurantii Fr immaturus), 6g, Gan cao (Glycyrrhizae Rx), 4.5g

Si ni san, ebenfalls eine Shang Han Lun-Rezeptur, ist die klassische Rezeptur bei kalten Händen aufgrund von Qi Stagnation. Sie vereint Arzneien welche das Qi nach oben und aussen, nach innen und nach unten führen und damit die freie Qi-Zirkulation wieder herstellen. Für die Behandlung von Raynaud's Patienten muss Si ni san erweitert und in seiner Wirkung verstärkt werden. Wie bereits oben ausführlich erklärt, müssen auch bei diesem Muster Mittel beigefügt werden um das Yang und Blut in den Extremitäten zu aktivieren. Ein Beispiel einer «real-life» Rezeptur für Morbus Raynaud's Patienten mit einem Leber-Qi Stagnation Grundmuster ist folgende. Darin wird – typisch für klinische Morbus Raynaud's Rezepturen – nicht nur Leber-Qi reguliert sondern auch Blut und Qi aktiviert und die Leitbahnen gewärmt.

Bei Leber-Qi Stagnation mit Blutstase

Ji xue teng (Spatholobi Cl), Huang qi (Astragali Rx), Bai shao (Paeoniae Rx alba), je 30g, Yu jin (Curcumae Rx), 15g, Gui zhi (Cinnamomi Rm), Chai hu (Bupleuri Rx), Dang gui wei (Angelicae sinensis Rx extremas), Chi shao (Paeoniae Rx rubra), Gan cao (Glycyrrhizae Rx), je 9g, Xi xin (Asari Rx), 3g.³

Modifikationen

Die beiden oben aufgeführten Grundrezepturen müssen für die praktische Behandlung angepasst werden. Die folgenden Modifikationen gelten für beide Grundrezepturen. Die Selektion der korrekten Mittel zur Modifikation orientiert sich am Grundmuster und den zusätzlichen Faktoren und deren Stärke.

MORBUS RAYNAUD

Spasmen lösen

Bei Morbus Raynaud sind in der biomedizinischen Pathologie Spasmen der Gefäße involviert. Deshalb ist es aus Sicht der modernen chinesischen Medizin wichtig, Spasmen lösende Mittel beizufügen. In der chinesischen Medizin handelt es sich dabei um Wind stoppende Mittel. Die besten und am häufigsten verwendeten sind Quan xie (Scorpio), Wu gong (Scolopendra), Di long (Pheretima) und Hu po (Succinum). Zu beachten ist, dass die ersten zwei (Quan xie und Wu gong) stark wirksam und toxisch sind. Sie sollten mit Vorsicht und einer Maximaldosierung von 1 Gramm pro Tag eingenommen werden. Bei chronischen und schwierigen Fällen kann die vorsichtige Zugabe dieser stark wirksamen Arzneien wichtig sein für eine erfolgreiche Therapie.

Blut aktivieren und Stase umwandeln

Wie oben erklärt ist Blutstase in praktisch allen Raynaud's Patienten vorhanden. Je stärker die Stase, desto aggressiver sollte diese therapiert werden. Die besten Arzneien dafür sind: Hong hua (Carthami Fl), Ji xue teng (Spatholobi Cl), Dan shen (Salviae miltiorrhizae Rx et Rh), Chuan xiong (Chuanxiong Rh), Chi shao (Paeoniae Rx rubra), Dang gui (Angelicae sinensis Rx), Mo yao (Myrrhae), Ru xiang (Olibani), Shui zhi (Hirudo), Niu xi (Achyranthis Rx), Jiang huang (Curcumae longae Rh) und Di long (Pheretima).

Kälte zerstreuen

Der zweite zentrale Faktor neben Stase ist Kälte. Selbst wenn die Kälte sich aufgrund einer Qi-Stagnation entwickelt, muss sie lokal zerstreut werden. Dafür werden «aggressive» Leitbahnen wärmende und Yang aktivierende Mittel eingesetzt: Fu zi (Aconiti carmichaeli Rx praep), Gui zhi (Cinnamomi Rm) und auch Ma huang (Ephedra Hb).

Qi stärken

Blut kann nur bewegt werden, wenn genügend Qi vorhanden ist. Yin kann nur vertrieben werden, wenn genügend Yang-Qi vorhanden ist. Qi-Mangel ist bei Raynaud ein häufiges Begleitmuster. Es zeigt sich zusammen mit Kälte in den Leitbahnen und generellem Yang-Mangel oder aber in Kombination mit Blutstase. Die wichtigste Qi stärkende Arznei ist Huang qi (Astragali Rx). Huang qi ist nicht nur ein Qi tonisierendes Mittel. Es hat weiter eine stark aktivierende Wirkung auf Qi, sodass Blut wieder bewegt wird und Yang-Qi die Kälte vertreibt. Weitere Qi tonisierende Mittel welche als Unterstützung zu Huang qi eingesetzt werden können sind Dang shen (Codonopsis Rx), Tai zi shen (Pseudostellariae Rx) und Ren shen (Ginseng Rx).

Qi bewegen

Werden die Raynaud's-Episoden durch Stressfaktoren ausgelöst, müssen auf jeden Fall Leber-Qi regulierende Arzneien beigefügt werden. Die besten sind Chai hu (Bupleuri Rx), Yu jin (Curcumae Rx) und Xiang fu (Cyperi Rh).

Beispiel einer modernen Praxisrezeptur für Morbus Raynaud

Huang qi (Astragali Rx), Gui zhi (Cinnamomi Rm), Chi shao (Paeoniae Rx rubra), Chuan xiong (Chuanxiong Rh), Fu zi (Aconiti Rx lateralis praep), Dan shen (Salviae miltiorrhizae Rx et Rh), Tao ren (Pruni persicae Sm), Ma Huang (Ephedra Hb), Jiang huang (Curcumae longae Rh)

Erklärung: In dieser Rezeptur werden Mittel kombiniert, um Qi zu stärken und Yang zu wärmen, Blut zu aktivieren und die Leitbahnen und Gefäße durchgängig zu machen sowie Qi zu bewegen und Blutstase umzuwandeln. Ma huang wird in dieser Rezeptur eingesetzt um mit seiner scharfen Wärme die Kälte aus der Muskelschicht zu vertreiben.

Zusätzliche äusserliche Behandlung

Auch Bäder für die Hände können den Patienten angeboten werden. Allerdings handelt es sich hier nur um eine Zusatzbehandlung. Eine innere Therapie mit Arzneimitteln kann damit nicht ersetzt werden. Ebenfalls ist die Tatsache, dass das Bad während der Zeit der Anwendung die Hände und die Nägel gelblich verfärbt keine ideale Voraussetzung für eine hohe Compliance.

Chuan Wu Xun Xi Tang (Dampfbad-Dekokt mit Aconit): Zhi chuan wu (Radix Aconiti Carmichaeli praep), Fang feng (Saposhinkoviae Rx), 10g, Hong hua (Carthami Fl), 50g, Tao ren (Pruni persicae Sm), 30g, Gan cao (Glycyrrhizae Rx), 9g.

Diese Mischung wird in ca. 1.5 Liter Wasser für 2.5h dekoktiert. Das fertige Dekokt wird dann als Dampfbad angewendet. Die Hände sollten täglich ein- bis zweimal während rund 20 Minuten behandelt werden.

Schlussfolgerung

Die chinesische Medizin stellt eine sinnvolle Therapiemethode für Patienten mit Morbus Raynaud dar. Nach Selektion der korrekten Grundrezeptur wird diese individuell dem Patienten angepasst. Blutstase sowie Kälte sind zwei Hauptfaktoren, welche in allen Patienten mit Morbus Raynaud vorkommen. Das Vertreiben der Kälte und Wärme der Leitbahnen sowie das Aktivieren von Blut stellt das Zentrum der Rezeptur dar. Weiter müssen häufig auch Qi und Blut gestärkt werden. Wichtig sind zusätzlich Mittel um Gefässspasmen zu lösen. Bei der Behandlung von Morbus Raynaud-Patienten muss man mit einer Behandlungszeit von mehreren Monaten rechnen. Allerdings sollten sich erste Verbesserungen schon nach einigen Wochen einstellen. Auch ist es wichtig, eine erfolgreiche Rezeptur nicht einfach abzusetzen sondern diese langsam zu reduzieren. Die Mischung kann zum Beispiel auf einer Erhaltungsdosis von wenigen Gramm pro Tag (im Falle von Granulaten) während Monaten eingenommen werden, falls damit die Krankheit unter Kontrolle gehalten werden kann.

Fotos: LIAN Chinaherb AG

- 1 meduniwien.ac.at
- 2 *The Treatment of Cardiovascular Diseases with Chinese Medicine*, Blue Poppy Press, S. Becker, B. Flaws, R. Casanas, Blue Poppy Press, Boulder, 2005, S. 400
- 3 Xi xin (Asari Rx) ist seit Februar 2010 in der Schweiz verboten. Xi xin (Asari Rx) gehört zur Familie der Aristolochiaceae-Pflanzen. Der Gehalt an Aristolochiasäure in der Wurzel von verschiedenen Asarum-Spezien kann zum Teil relativ hoch sein. Der vom BfArM festgelegte (sehr tiefe) Wert von 0.36ng könnte somit überschritten werden. Der Nachweis von AS in so geringen Mengen ist zurzeit nicht realisierbar. Aristolochiasäure ist nachweislich kanzerogen und nephrotoxisch. Als Substitution kann zum Wärmen der Leitbahnen und vertreiben der Kälte gui zhi (Cinnamomi Rm) oder fu zi (Aconiti Rx lateralis praep) eingesetzt werden.



Autor: Simon Becker,
SBO-TCM Therapeut mit Praxis in Wädenswil

Simon Becker studierte Chinesische Medizin in den USA. Danach absolvierte er ein längeres Praktikum in China. Er ist Autor von «A Handbook of Chinese Hematology», «The Treatment of Cardiovascular Diseases with Chinese Medicine» und «Correcting the Errors in the Forest of Medicine». Zur Zeit arbeitet er als TCM-Spezialist bei Lian Chinaherb und als Dozent für TCM im In- und Ausland. Er war langjähriger Präsident der SBO-TCM und ist Co-Präsident der OdA Alternativmedizin. Er führt eine eigene Praxis in Wädenswil.

Die Haut im Gleichgewicht



Die Kraft der Traditionellen
 Chinesischen Medizin
 integriert in unserem vielfältigen
 Cremes Sortiment.

Apothek Dr. Noyer
 Marktgasse 65
 3011 Bern
 Tel 031 326 28 20
 Fax 031 326 28 19
 tcm@drnoyer.ch
 www.drnoyer.ch

CHINESISCHE ARZNEIMITTEL

Kompetenz und Engagement



ROHDROGEN und EXTRAKTE

Authentisch und patientenfreundlich

Sie finden in unserem Sortiment eine breite Palette von Chinesischen Rohdrogen und Vollspektrumgranulaten. Diese wählen wir in engem Kontakt mit unseren Partnern in China und Taiwan aus. Eigene auf den Schweizer Markt ausgerichtete

Qualitätskriterien überprüfen wir regelmässig vor Ort und bei der Ankunft der Drogen in unserem Warenlager. Umfangreiche Laboranalysen und die Zertifizierung nach staatlich kontrolliertem GMP-Standard garantieren höchste Qualität.



MAGISTRAL-REZEPTUREN

Der Service direkt für Ihre Patienten

Die Ausführung von Rezepturen und Teemischungen verlangt absolut fehlerfreie Arbeitsabläufe. Als Spezialapotheke für Chinesische Arzneimittel mit Versandbewilligung arbeiten wir unter umfangreichen Sicherheitsvorkehrungen und ständiger Überwachung unseres Apothekerteams. Ihre Magistral-

rezeptur bearbeiten wir rasch und zuverlässig. Die Mischungen werden samt Ihren Einnahmestrukturen noch am gleichen Tag an Ihre Patientinnen und Patienten versandt. Unser Online-Bestellsystem unterstützt Sie bei der Rezeptierung und erleichtert Ihnen die Abwicklung. So sparen Sie Zeit.



BILDUNG und BERATUNG

Profitieren Sie von unserem Fachwissen und unseren Kontakten im In- und Ausland

Unser Beratungsteam besteht aus erfahrenen Heilpraktikern, Ärztinnen und Apothekern mit vertieftem Fachwissen in Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM), Westlicher Medizin und Pharmazie. Fachfragen beantworten wir gerne und kompetent. Um unser Wissen über die Anwendung der TCM laufend auf dem neusten Stand zu hal-

ten, organisieren wir Kurse und Supervisionen mit ausgewiesenen Spezialisten aus der ganzen Welt, zum Beispiel mit Alex Tiberi, Dr. Gunter Neeb, Barbara Kirschbaum, Frau Prof. Yuning Wu und vielen anderen. Den Kurskalender finden Sie auf unserer Website unter Seminare.

LIAN CHINAHERB AG

Fürtistrasse 7, CH-8832 Wollerau
 Gebührenfreier Beratungsservice
 Tel. 0800 786 99 99
 Fax 0800 786 99 90
 info@lian.ch
 www.lian.ch

Wir beraten Sie gerne über weitere Dienstleistungen. Rufen Sie uns an und lassen Sie sich von unseren Fachleuten beraten.

ZIVILISATIONSKRANKHEIT GICHT

AUS DER SICHT VON WESTLICHER UND CHINESISCHER ERNÄHRUNG

Die Gicht ist eine Erkrankung, die einen direkten Bezug zur Ernährung – vor allem zur Fehlernährung – aufweist. In früheren Jahrhunderten war die Gicht eine Erkrankung der Reichen und Wohlhabenden.

Auf zahlreichen Gemälden erkennt man wohlbeleibte Herrscher und Kirchenfürsten mit schmerzverzerrten Gesichtern und geschwollenen Gelenken. Übermässige kulinarische Genüsse haben diesen Herren äussert schmerzhaft Gelenkentzündungen (akute Gichtanfälle) beschert. Die Gicht ist also eine entzündliche Erkrankung der Gelenke und der Weichteile, die durch Ablagerung von Harnsäurekristallen im Gewebe verursacht wird. Heute ist Gicht eine der häufigsten Stoffwechselerkrankungen in den Industrieländern.

Männer bevorzugt

Etwa drei Prozent der Erwachsenen in Europa sind betroffen, Männer dabei dreissig Mal so häufig wie Frauen. Bei Männern zeigt sich der erste Anfall meist zwischen dem 30. und 45. Lebensjahr, bei Frauen so gut wie immer erst mit dem Eintritt der Wechseljahre.

Zivilisationskrankheit

Bei der Entstehung der Erkrankung spielen neben Erbfaktoren vor allem die Ernährungsgewohnheiten die grösste Rolle. Häufig haben Gichtkranke Übergewicht. Das Endprodukt des Eiweissstoffwechsels ist die Harnsäure, und diese muss über die Nieren ausgeschieden werden. Wenn zuviel Harnsäure entsteht, kann diese nicht mehr im Körper gelöst werden und Harnsäurekristalle lagern sich in bestimmten Körpergeweben ab.

Der akute Gichtanfall

Die direkte Folge der Ablagerung von Harnsäurekristallen in den Gelenken ist der akute Gichtanfall. Meist aus völliger Gesundheit heraus entsteht eine hoch schmerzhaft Gelenkschwellung, häufig nachts oder in den frühen Morgenstunden. Die Gelenke sind dabei geschwollen, gerötet, überwärmt und hochgradig druckschmerzhaft, sodass oft nicht einmal die Bettdecke oder eine feine Berührung toleriert werden. Am häufigsten ist das Grosszehengrundgelenk betroffen, in abnehmender Häufigkeit Kniegelenk, Sprunggelenk, Mittelfussgelenke oder Gelenke der oberen Extremität.

Erhöhte Harnsäurewerte

Eiweissreiche Lebensmittel, die viel Harnsäure liefern, werden auch purinreiche Lebensmittel genannt. Zu diesen sind Fleisch, Fisch, Innereien, Hülsenfrüchte und Sojabohnen zu rechnen. Durch reichlichen Genuss dieser Lebensmittel fällt vermehrt Harnsäure an. Natürlich erhöht sich auch der Harnsäurespiegel, wenn die Harnsäureausscheidung durch die Nieren eingeschränkt ist. Das ist vor allem bei Alkoholgenuss, Einschränkung der Flüssigkeitszufuhr oder strengem Fasten der Fall. Stress führt ebenfalls zu einer verminderten Harnsäureausscheidung. Nebenbei gibt es auch bei schweren Nierenerkrankungen oder Tumoren erhöhte Harnsäurespiegel. Aber in der überwiegenden Mehrzahl sind unsere Ernährungsgewohnheiten dafür verantwortlich.

Es bleibt meist nicht bei einem Gichtanfall

Wer einen Gichtanfall erlebt hat, wird sich wünschen, keinen weiteren zu erleben. Doch gerade das tritt in den meisten Fällen ein, wenn man nichts dagegen tut. Patienten mit einer chronischen Gicht haben ständig Gelenkschmerzen und zeigen bleibende Veränderungen auf Röntgenbildern. An gelenknahen Sehnenansätzen findet man häufig Gichtknoten, das sind schmerzlose, derbe Knoten von bis zu einem Zentimeter Grösse. Beliebte Lokalisation dieser Knoten sind die Ohren. Bei der chronischen Gicht kommt es auch zu Nierenveränderungen bis hin zur Schrumpfniere und vermehrter Nierensteinbildung.

Gicht aus Sicht der TCM

Die Gicht ist nach der TCM eine Leberstörung. Das Holzelement ist geschädigt. Ganz klar sieht man das an der Dynamik der Erkrankung. Ein akuter Gichtanfall kommt plötzlich, verläuft schnell und sehr schmerzhaft und äussert sich meist erstmalig in der Nacht oder in den frühen Morgenstunden. Das sind alles typische Lebersymptome. Die Leber ist der Dynamo des Körpers, der bekannt ist für sein schnelles Auftreten und seine Heftigkeit. Ein weiterer klarer Hinweis für eine Leberstörung ist die Lokalisation. Meist äussert sich der erste Gichtanfall an der grossen Zehe, auch der Knöchel oder das Knie können betroffen sein. Hier verläuft der Lebermeridian.

Rheumabeschwerden sind nach chinesischer Sicht Blockaden, verursacht durch äusseren Wind und Kälte oder Feuchtigkeit. Diese Faktoren dringen in den Körper ein und blockieren somit den freien Fluss des Qi und des Blutes. Die dadurch verursachten Schmerzen sind entweder scharf, bedingt durch die Kälte, wandernd, bedingt durch den Wind, oder verursachen ein Gefühl von Schwere in Verbindung mit Schwellungen, welche aus der Feuchtigkeit resultieren. In diesem Fall trägt Wärme zu einer Verbesserung der Problematiken bei. Liegt die Ursache hingegen in einer Blockade von Hitze und Feuchtigkeit, die die grossen und kleinen Gelenke befällt, kann dies zu einer Entzündung der Gelenke in Form von Gicht oder rheumatischer Arthritis führen. Die Ursache liegt entweder in einer lang anhaltenden, wie oben erwähnten Ansammlung von Kälte, Wind und Feuchtigkeit, die sich wiederum mit zunehmender Zeit in Hitze umwandelt oder falsche Ernährung in Form scharfer, fetter Speisen, sowie einem Übermass an Alkohol, die alle zu Hitze führen und Süssigkeiten, die Feuchtigkeit bilden. Die damit verbundenen Schmerzen resultieren aus der Hitze, die Schwellungen der Gelenke aus der Ansammlung von Feuchtigkeit. Kälte führt in diesem Fall zur Besserung der Symptome. Unter anderem können aber auch lang anhaltende und unterdrückte Emotionen zu Blockaden führen, die sich nach einiger Zeit in Hitze umwandeln und in Kombination mit einer falschen Ernährung Rheuma hervorrufen.

Dieselbe Situation bildet die Grundlage der Gicht. Im Normalfall durchströmt das Blut den Körper in ausreichendem Masse und verursacht trotz geringer Trübungen keine Ablagerungen.

Ist es hingegen mit heissen Toxinen versehen, verursacht durch die «innere Hitze» aus Alkohol und scharfen Speisen, führt dies zu einer Verdampfung der Flüssigkeit, damit zu einer Ablagerung der Giftstoffe und letztendlich zu «Verstopfungen» der Gelenke, Adern, Leber usw. Werden zusätzlich schwere, fette Nahrungsmittel zu sich genommen, anstatt mehr Gemüse in den Speiseplan einzubeziehen, so führt dies zu einer weiteren Verschlechterung der Verdauung, wodurch auch wieder «innere Hitze» entsteht.

Therapie aus Sicht der TCM

- Blockaden beseitigen
- Blut auffüllen und bewegen
- Qi bewegen
- Wind, Hitze oder Kälte und Feuchtigkeit ausleiten
- Ernähren von Sehnen und Gelenken

Normalgewicht anstreben

Schon längst gilt Übergewicht nicht mehr als Schönheitsfehler, sondern als Krankheit. Bei Gichtpatienten muss unbedingt eine Gewichtsreduktion angestrebt werden. Strenge Diäten oder Fastenkuren dürfen auf keinen Fall gemacht werden, da sie einen weiteren Gichtschub auslösen können. Die TCM sagt, dass viele Gründe zu Übergewicht führen können. Die häufigsten Ursachen sind falsche Ernährung, mangelnde Bewegung, aber auch ein unausgewogener, seelischer Zustand. Bei Übergewicht ist die «Mitte» schwach geworden. Sie kann die Nahrung nicht richtig verarbeiten. Durch die angeschlagene «Mitte» erlischt das Feuer zusehends. Mit der Zeit ist die «Mitte» nicht mehr in der Lage, Nahrung in Qi umzuwandeln. Das Essen bleibt liegen, es bildet sich Feuchtigkeit, mit der Zeit sogar Schleim. Der Körper wird träge und müde.



Normalgewicht anstreben

Wie entsteht Übergewicht?

- Ständiges Überessen belastet die «Mitte»
- Zu viel kaltes Essen und Getränke löschen das Feuer
- Zu viel Süsses und Fettiges schwächen die «Mitte»



Fetter Fisch enthält entzündungshemmende Omega-3-Fettsäuren

Wie kann man Übergewicht vorbeugen oder abnehmen?

- Vernünftige Mengen essen, nicht zu viel
- Drei Mal täglich ausgewogene, warme Mahlzeiten zu sich nehmen. Vor einer Mahlzeit sollte keine Rohkost konsumiert werden. Wenn Salat, dann nach dem warmen Essen.
- Warme Getränke wählen.
- Zurückhaltung gegenüber Süßigkeiten.
- Fettiges nicht im Übermass verzehren.
- Ein Teller sollte so aussehen: 1/2 Gemüse, Stärkebeilage (Kartoffeln, Reis, Teigwaren, Getreide), Eiweissbeilage (Fleisch, Fisch, Käse, Soja, Hülsenfrüchte). Bei Gicht nur eine Eiweissbeilage täglich.
- Als Ausgleich: Bewegung, Bewegung, Bewegung.

Diätetische Massnahmen bei Gicht

Hohe Purin Foods – nur im Mass!

Alkohol (vor allem Bier), Fleisch, Innereien, Fisch, Muscheln, Krustentiere, Hülsenfrüchte, Fleischsuppen, Pilze, Spargeln, Blumenkohl, Spinat, allgemein grüne Gemüse.

Fleisch, Wurstwaren, Fisch und Eier

- Auf Innereien verzichten.
- Fleisch und Wurstwaren nicht mehr als zwei bis drei Mal pro Woche.
- Bei Geflügel vor der Zubereitung die Haut entfernen.
- Fisch, Fischkonserven und Meeresfrüchte liefern viele Purine.
- Eier gehören zu den purinarmen Lebensmittel und können daher genossen werden.

Milch und Milchprodukte

Milch, Butter, Joghurt und Käse sind purinarme Lebensmittel. Da sie aber die Feuchtigkeitsbildung im Körper fördern, sollten sie trotzdem nur im Mass genossen werden.

Gemüse und Obst

Vor allem Hülsenfrüchte sowie Soja und Sojaprodukte enthalten Purine.

Folgende Gemüse enthalten besonders viel Purine: Artischocken, Bohnen, Broccoli, Schwarzwurzeln, Lauch, Spinat, Rotkraut, Mais, Kohl.

Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln

Getreideprodukte und Kartoffeln enthalten nur wenig Purine

Süsse Lebensmittel

Fruchtzucker und Haushaltszucker können die Harnsäurekonzentration erhöhen.

Alkohol meiden

Alkoholfuhr führt über eine verminderte Harnsäureausscheidung durch die Nieren zu erhöhten Harnsäurespiegeln im Blut und kann dadurch einen akuten Gichtanfall auslösen. Alkohol strengstens meiden!

Lebensmittel, die helfen können

- Genügend Flüssigkeit zu sich nehmen.
- Dunkle Beeren enthalten Stoffe, die die Entzündung hemmen und die Harnsäure senken können.
- In fettem Fisch, Leinsamenöl, Olivenöl oder Nüssen sind die Omega-3-Fettsäuren enthalten, welche entzündungshemmend wirken.

Eine ausgewogene Ernährung für Gichtpatienten besteht aus Kohlenhydraten, wenig Protein, wenig Fett und mässigem Alkoholkonsum (auf Bier sollte ganz verzichtet werden).

Richtige Ernährung ist die Grundlage jeder Gichttherapie.

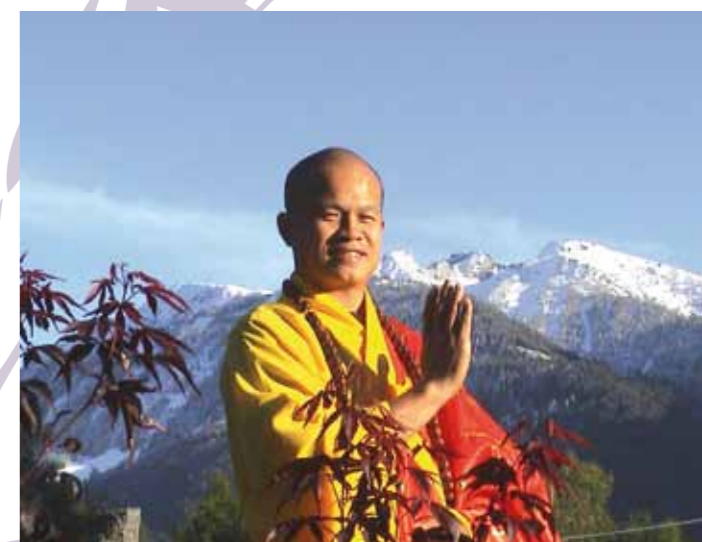


Autorin: Pasquale Barmet,
SBO-TCM Therapeutin mit Praxis in Zürich,
dipl. Ernährungsberaterin SRK und Fitnesstrainerin

IN DER MITTE LEBEN

Der Weg der Shaolinmönche ist ein Weg des Ausgleichs von Extremen. Körperlicher und geistiger Ausgleich bedeuten Lebensfreude. Mi Qi Gong und Tai Ji können die Energiereserven wieder aufgebaut werden. Darum ist das regelmässige Üben für Therapeuten besonders wichtig, um das eigene Qi wieder zu regenerieren.

Shi Xinggui, Shaolinmönch, wurde in der Provinz Henan geboren. Mit 8 Jahren begann er im Shaolin Kloster mit dem Erlernen der Kampfkünste und der buddhistischen Lehren. Er bietet regelmässig Seminare in Morschach, Kanton Schwyz, an. **Der Besuch seiner Kurse ist ein besonderes Erlebnis!**



Anmeldung und Auskunft:

Heidi Kleiner
041 820 52 70
panoramapaxis@bluewin.ch

Kursdaten Qi-Gong- und Chan Meditation

Wochenendkurse:

30. April und 1. Mai 2011	9-12 Uhr, 14-17 Uhr
10. und 11. September 2011	9-12 Uhr, 14-17 Uhr
8. und 9. Oktober 2011	9-12 Uhr, 14-17 Uhr

Chen'shi Taiji Chuan:

4. bis 6. Oktober 2011

Qi-Gong Grundausbildungen:

Teil 1: Übungsleiter	13.03. bis 17.03.2011
Teil 2: Kursleiter	7.03. bis 11.03.2011
Teil 3: Shaolin Qi-Gong Lehrer	14.11. bis 18.11.2011

Seminarort: Antoniushaus Mattli in Morschach
www.antoniushaus.ch

Autorin: Dominika Müller,
SBO-TCM Therapeutin mit Praxis in Schwyz

Traditionelle Chinesische Medizin

Am National Hospital of Traditional
Medicine in Hanol.

Die Kurse sind von verschiedenen
Heilpraktiker-Schulen nach den
neuen Richtlinien von SBO-TCM
anerkannt.

Gerne beraten wir Sie persönlich und
unterbreiten eine detaillierte Offerte.

Weitere Informationen unter
IDEA Reisen und Schulen AG
Bahnhofstrasse 4 6460 Altdorf
www.ideareisen.ch



http://www.tcm-malta.com
tel: 00356 21312141

Das TCM Centre (In Zusammenarbeit mit
SBO-TCM anerkannten Schulen) in Malta bietet:

- 2-3 Praktikumsplätze/Monat
- 4 Chinesische Ärzte der Nanjing Universität
- Abschluss Diplom Universität Nanjing China
- Modernes neues staatliches Krankenhaus
- Kommunikation mit Ärzten, Patienten in Englisch
- Hoher Freizeitwert und günstige Flüge
- Praktikumsverträge mit diversen Schulen.

Für die Anerkennung setzen wir uns mit Ihrer
jeweiligen Schule in Verbindung.



Ostern «Kraft der Stille» 22.04. - 24.04.2011
3-jährige QiGong Diplomausbildung
Start 28.06.2011
Graubünden «Kraft der Berge» 30.07. - 06.08.2011

HÄNDE UND FINGER IM TAIJIQUAN UND QIGONG

In der deutschen Sprache gibt es zahlreiche Redewendungen, die sich auf die menschliche Hand beziehen. Zum Beispiel «jemanden behandeln», «ein Handgemenge», «Handschlag», «Hand aufs Herz», «etwas im Griff haben», «etwas begreifen», «kalte Hände, warmes Herz», «schweissige Hände», «raue Hände», «feine Hände», «die Faust ballen», «Daumen nach oben» etc.

Mit unseren Händen und Fingern drücken wir uns aus. In gewissen Kulturen werden die Hände benutzt, um dem gesprochenen Wort zusätzlich Ausdruck zu verleihen. Wir nehmen grosse Unterschiede in der Anatomie von Händen und Fingern wahr. Vergleichen wir mal eine Hand einer balinesischen Tempeltänzerin mit der eines kanadischen Holzfallers so ist es offensichtlich, dass Unterschiede erkennbar sind.

Für mich ist es immer wieder faszinierend, über die reine Berührung von Händen und Fingern eines anderen Menschen Informationen zu bekommen. An unserer Schule machen wir manchmal eine Übung zu zweit. Der eine der Partner hat die Augen offen und übernimmt die Führung. Der andere Partner hält die Augen geschlossen und lässt sich führen. Der gegenseitige Kontakt läuft über die kleine Fläche der Zeigefingerkuppen. Die «blinde» Person erhält also nur Informationen über die Zeigefingerkuppe. Nach einer Weile wird der Partner ausgetauscht, wobei die «Blinden» die Augen nicht öffnen. Jetzt ist eine neue Person da, eine neue Empfindung, eine neue Art der Wahrnehmung. Jetzt versuchen die «führenden» Personen, die die Augen offen halten, einen Kontakt zu ihrem Körperzentrum aufzubauen. Dabei verändert sich oft die Wahrnehmung bei beiden Partnern. Die Information wird klarer, die Qualität der Empfindung durch die Fingerkuppe wird oft weicher, entspannter, der Kontakt wird jetzt tiefer, er geht sozusagen in den Körper hinein.

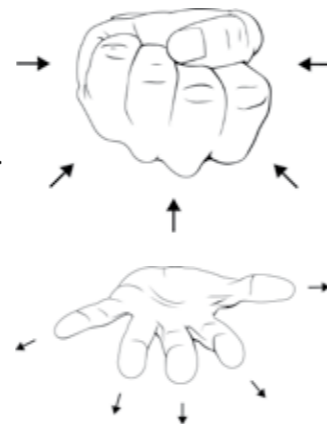
Im Taijiquan und Qigong sind die Hände Ausdruck der Wechsel von Yin in Yang und von Yang in Yin. An der äussersten Peripherie des Körpers dienen sie als eine Art Antennen, mit denen die fließenden Wechsel von tieferliegenden Prozessen im Körperinneren wahrgenommen werden. Bei erfahrenen Praktizierenden des Taijiquan und Qigong können wir beobachten, wie in der letzten Phase einer Yang-Bewegung die Hände und Finger sich nach aussen erweitern und in eine leichte Dehnung kommen. Qi fliesst wie eine Welle von der Erde über die Füsse, Beine, Körperzentrum, Torso und die Arme nach aussen in die Hände und Finger. Ist die Phase des grossen Yang abgeschlossen, so ergibt sich ein Prozess des Lösens, des Zurückfliessens ins Körperinnere, Zentralkanal, unteres Dantien, Erde. Dabei können wir beobachten, wie die Finger und die Hand sich lösen, entspannen und in eine leichte Wölbung kommen. Es ist wie ein Pulsieren in Zeitlupentempo, ein Öffnen und Schliessen, ein Erweitern und Zurückzie-

hen, ein nach aussen fließen und zurück nach innen kehren. Bei der Yang-Phase geht es nicht darum, in den Sehnen, Bändern und Muskeln in einen Zustand der Anspannung zu gelangen. Bei der Yin-Phase geht es nicht um ein Erschlaffen der Struktur. Wir suchen im Taiji und Qigong immer wieder diese Balance zwischen Himmel und Erde, zwischen Yin und Yang, zwischen Aussen und Innen, zwischen tun und nicht tun, zwischen Leere und Fülle. Dabei können uns die Hände und Finger zeigen, ob wir in einem der beiden Pole im Ungleichgewicht sind.

Schlussendlich sind die Hände und Finger immer mit dem Gesamtsystem des Körpers verbunden. Damit wir immer mehr in diese Qualität hineinwachsen können, ist fleissiges Üben die Voraussetzung.

Übung:

- A) Faust ballen und ca. eine halbe Minute anspannen.
B) langsam die Faust lösen und die Hand und Finger öffnen. Dabei auf die Wahrnehmung achten die beim lösen entsteht. Die beim lösen frei gewordene Energie strahlt von den Fingern und der Hand ab.



Hier werden die einzelnen Phasen der Hand in der einhändigen Seidenübung des Chen-Taijiquan dargestellt.



Autor: Piet Haeuser

Mitglied der Schweizerischen Gesellschaft für Qigong und Taijiquan SGQT / seit 10 Jahren Leiter der Taiji & Qigong Schule mit Sitz in Luzern
Weitere Infos unter www.tqz.ch

Illustrationen: © TaiChi & QiGong Schule – xarten.ch

DIE SCHWEIZERISCHE GESELLSCHAFT FÜR QIGONG UND TAIJIQUAN ERHÄLT NEUE VERBANDSSTRUKTUR

Kestenholz, Oktober 2010 – Zu ihrem zehnjährigen Bestehen hat die Schweizerische Gesellschaft für Qigong und Taijiquan (SGQT) ihre Verbandsstruktur den Anforderungen nach einer breiteren Qualitätsförderung angepasst und drei neue Kategorien für Aktivmitglieder geschaffen.

Die Schweizerische Gesellschaft für Qigong und Taijiquan wurde vor zehn Jahren gegründet. Mit der Schaffung des Verbandes entstand erstmals in der Schweiz eine Organisation, die klare Anforderungskriterien setzt. Wer diese erfüllt, zeichnet sich durch ein breites Wissen über Geschichte, Herkunft und Wirkungsweise des Qigong und Taijiquan aus und besitzt die praktische Erfahrung zur sachkundigen Anleitung. Die Mitgliedschaft bestätigt, dass die Person über alle fachlichen Anforderungen für die Durchführung von Qigong oder Taijiquan Übungen verfügt und für eine hohe Qualität bürgt. Das Problem mit der Qualifikation liegt darin, dass es bisher keinen stufengerechten Ausbildungsnachweis gab: Wer will kann jede Art von Kurs anbieten, von der Stufe Anfänger über Fortgeschrittene bis hin zu Ausbildungslehrgängen. Dem will die SGQT mit ihrer neuen Verbandsstruktur begegnen. Die Kategorie Aktivmitglied wurde neu in drei Stufen eingeteilt: KursleiterIn – LehrerIn – AusbilderIn. Diese drei Stufen tragen dem unterschiedlichen Ausbildungsniveau Rechnung indem sie aufsteigende Anforderungen stellen.



Ein dreistufiges Leistungssystem

Die erste Stufe «KursleiterIn» weist die Qualifikation zum Unterrichten in allgemeinen Gruppen auf Anfänger- und leicht fortgeschrittenem Niveau aus.

Die zweite Stufe «LehrerIn» bestätigt, dass der Inhaber die Qualifikation für ein fortgeschrittenes Ausbildungsniveau besitzt.

Die dritte Stufe «AusbilderIn» anerkennt die Qualifikation zur Leitung und Durchführung von Ausbildungslehrgängen.

Wer zum Beispiel die Mitgliedschaft als Kursleiter Qigong erwerben will, muss den Nachweis für eine zweijährige Ausbildung mit mindestens 240 Stunden und ein spezifisches Wissen in verschiedenen praktischen und theoretischen Bereichen erbringen. Auf der Stufe Lehrer sind die Anforderungen entsprechend dem fortgeschrittenen Niveau wesentlich höher. Am Ende der Skala steht der Ausbilder, der im Bereich Taijiquan über insgesamt 10 Jahre Ausbildung und mindestens 780 Ausbildungsstunden verfügen muss. Die SGQT will mit dem dreistufigen Leistungsprinzip dazu beitragen, dass der Markt für Kursanbieter transparenter wird. Eine Mitgliederliste gibt die SGQT auf ihrer Homepage www.sgqt.ch bekannt.

Weitere Informationen:

Schweizerische Gesellschaft für Qigong und Taijiquan SGQT
Bündtenstrasse 23
4703 Kestenholz
Tel: 062 393 01 73
info@sgqt.ch
www.sgqt.ch



GESUNDE HÄNDE MIT TCM UND BEWEGUNGSTHERAPIE

BIPOLARITÄT UND HAND

1. Bipolarität – Yin und Yang in der Bewegungskoordination

Yin und Yang sind zentrale Begriffe der chinesischen Medizin. Sie bezeichnen polare Gegensätze, die mit dem zwischen ihnen vorhandenen Kräftefeld eine Einheit bilden. Sie beziehen sich auf die zwei Extreme eines Kontinuums.

Auch in der menschlichen Bewegung kann diese Bipolarität entdeckt werden. So wird im Qi Gong, im Tai Qi und in asiatischen Kampfkünsten von Kraft und Gegenkraft gesprochen, bzw. von Bewegung und Gegenbewegung. Würde dieses Grundgesetz der Bewegung nicht angewendet, gingen Zentrierung, Gleichgewicht und Kraft verloren.

Nicht nur asiatische, sondern auch westliche Therapiemethoden nutzen das Prinzip der Bipolarität. So auch das relativ junge Konzept der Spiraldynamik®. Hier wird in Bewegungslehre, Diagnostik und Therapie mit bipolaren Einheiten des Bewegungsapparates gearbeitet. Die Sicht der Spiraldynamik® auf die menschliche Bewegung und die TCM ergänzen sich im Praxisalltag aufs Beste. Dazu später Beispiele aus Prävention, Therapie und TCM-«Handwerk». Vorerst ein paar Grundlagen zu physiologischen Bewegungen der Hand.

1.1. Physiologische Bewegungen der Hand

Was hier als physiologisch oder auch koordiniert bezeichnet wird, bezieht sich auf ideale Haltungen und Bewegungsabläufe. Aus dem Studium der Anatomie, insbesondere der Knochen- und Gelenkformen, Verläufe von Muskeln, Sehnen, Bändern, Gefässen und Nervenbahnen wird abgeleitet, wie der optimale Gebrauch der Hand und des Armes aussieht (weiterführende Literatur hierzu Heel, 2006). Anzumerken ist, dass es sich bei perfekt koordinierten Haltungen und Bewegungen um Ziele handelt, denen man sich den individuellen Gegebenheiten entsprechend annähert. In meiner Praxis nutze ich Akupunktur, chinesische Phytotherapie und Bewegungsschulung u.A. um Patienten in diese Richtung zu begleiten.

Eine koordinierte Hand zeichnet sich durch folgende blickdiagnostische Kriterien aus:



- Die Hand steht von oben betrachtet zum Unterarm so, dass Mittelfinger und Mittelhandknochen III in Verlängerung zum Unterarm liegen und weder eine Ulnar-, noch eine Radialabduktion besteht.
- Die Fingergrundgelenke bilden einen gleichmäßigen C-förmigen Bogen.
- Keines der Fingergelenke ist überstreckt.



- Die Hand macht im Handgelenk eine leichte Extension, so dass von der Seite her gesehen der Daumen und Unterarm eine Linie bilden.

1.2. Grundbewegung des Greifens

Wie entsteht nun dieser C-Bogen? Durch die bipolare Bewegungsführung der Hand. Die beiden Pole werden dabei folgendermassen zugeordnet:



- *Yang-Pol*: Daumenseite
- *Yin-Pol*: Kleinfingerseite

Nach dem Öffnen der Hand wird das Greifen über die gegensinnige Rotation der Pole eingeleitet. Diese Drehbewegungen beginnen im Bereich der Handwurzelknochen. In der koordinierten Handbewegung werden die beiden Pole in Richtung palmar gegeneinander eingerollt (im Sinne der Opposition). Damit dabei die Hand nicht gestaucht wird, sondern ein weit gespannter Bogen, bzw. eine kugelförmige Hand entsteht, ist ein synchrones Zusammenspiel der kurzen palmaren Muskeln mit den Abduktoren und Extensoren von Hand, Kleinfinger und Daumen nötig.

Handbewegungen beginnen mit der Aktivität der palmaren kurzen Muskulatur im Handteller und nicht mit der Beugung der Finger. Anders ausgedrückt Kraft und Bewegungsführung entstehen und beginnen durch Aktivierung im Bereich Pe 8 (lao gong). Dies gilt sowohl für Alltagsbewegungen, für Hand- und Armbewegungen in Qi-Gong, Tai Qi, als auch für den Einsatz der Hand bei Massagegriffen oder beim Halten der Akupunkturnadel. Die Kraft aus dem Handteller führt zu Stabilität der Fingergelenke und entlastet diese. Die Aktivität der kurzen palmaren Muskeln kann an der eigenen Hand bei Daumen- und Kleinfingerballen gut beobachtet werden.

Die beiden Pole können bezüglich Beweglichkeit (stabil-mobil) dem Yin bzw. dem Yang zugeordnet werden. Die Daumenseite bildet den beweglichen Yang-Pol und die Kleinfingerseite den relativ gesehen stabilen Yin-Pol. Betrachtet man die Handteller einer Person, sollten idealerweise Thenar und Hypothenar ähnlich kräftig ausgebildet sein. Häufig ist dies nicht der Fall und man findet eine unterentwickelte Muskulatur im Bereich des Hypothenars vor. Daraus kann geschlossen werden, dass die Person die Aktivität der Kleinfingerseite vernachlässigt, häufig auf Kosten einer Überlastung der Daumenseite (siehe auch Rhizarthrose).



1.3. Bipolarität Hand – Schulter

Die Hand ist nicht nur in sich bipolar aufgebaut. Als Ganzes ist sie zusätzlich Teil der Bewegungseinheit «Arm», worin sie den Gegenpol zum Oberarmkopf darstellt. Die koordinierte Hand bildet den mobilen Yang-Pol, der Oberarmkopf den im Vergleich zur Hand stabilen Yin-Pol. Wie auch in der Yin-Yang-Philosophie das Yin immer etwas Yang enthält und umgekehrt, sind die Begriffe «stabil» und «mobil» relativ zu verstehen. Selbstverständlich besitzt der Oberarmkopf im Schulter-Kugelgelenk eine grosse dreidimensionale Beweglichkeit. Diese ist Voraussetzung, dass der Gelenkkopf überhaupt nach hinten am Schulterblatt zentriert werden kann. Betrachtet man jedoch die Bewegung im Raum, so bleibt der Oberarmkopf eher stabil an Ort, wobei die Hand einen viel grösseren Handlungsspielraum besitzt.

In der Bewegung gilt grundsätzlich: Der Oberarmkopf macht die Gegenbewegung zur Hand, womit der Arm unter Zug kommt und das Ellenbogengelenk Raum für Bewegung erhält. In den meisten Alltagsbewegungen und -positionen befindet sich die Hand vor dem Körper, das bedeutet für den Oberarmkopf, dass er sich leicht nach hinten bewegt bzw. hinten zentriert im Gelenk bleiben sollte. Dies gilt immer, ob die Person am Computer sitzt und die Maus bewegt, handwerklich tätig ist, massiert, den Haushalt macht, ein Kind trägt, den Hund an der Leine spazieren führt etc. Die Zentrierung des Oberarms ist, nebst des Koordinierens der Hand, die beste Methode um Hand, Handgelenk, Daumen und restliche Finger zu entlasten. Dieses physiologische Bewegen hat weitere Vorteile, so z.B.:

- Optimierung des Energiefluss in den Meridianen
 - verbessertes muskuläres Gleichgewicht
 - mehr Raum für Gefässe, Nervenbahnen, Sehnen etc.
- Das heisst: Das Erlernen anatomisch koordinierten Bewege-ns wirkt immer präventiv und therapeutisch.

2. Häufige Fehlhaltungen und unkoordinierte Bewegungen

Im Folgenden werden häufig gesehene Diskoordinationen etwas näher beschrieben:

- Die Hände befinden sich vor dem Körperstamm, die Schultern sind ebenfalls vorgeschoben, dh. die Gegenbewegung des Oberarmkopfes gegenüber der Hand fehlt. Somit geht die Zentrierung im Schultergelenk verloren.
- Die entspannte Hand befindet sich in Ulnarabduktion, z.B. an der Computertastatur, beim Bewegen der «Maus» oder beim Massieren. Der Mittelfingerstrahl ist nicht mehr in gerader Verlängerung des Unterarmes und die Hand ist somit im Handgelenk nicht mehr zentriert.
- Die Aktivität der Kleinfingerseite fehlt, d.h. es erfolgt kein Einrollen des Kleinfingerpols. Die ganze Kraft – und damit die Belastung – liegt allein auf der Daumenseite.
- Zu starke Flexion im Handgelenk, so dass dass die Linie zwischen Daumen und Unterarm einen Knick (in Richtung «Fallhand») aufweist.

Betrachtet man diese Diskoordinationen unter dem Aspekt der Meridianverläufe, fällt folgendes auf:

- Beim vorgeschobenen Oberarmkopf, was oft kombiniert ist mit einer Ulnarabduktion im Handgelenk, sind die Muskeln im Bereich des Dünndarm-Meridians verspannt. Im Bereich des Schultergelenkes sind dies vor allem die Mm. infraspinatus und teres minor. In diesem Fall schieben sie den Oberarmkopf nach vorne aus dem Gelenk. Im Bereich des Handgelenkes ist es u.a. der M. extensor carpi ulnaris, welcher zu sehr zieht.
- Die Muskulatur im Bereich des Dickdarm-Meridians hingegen kann nicht physiologisch arbeiten, da ihre Gegenspieler (auf dem Dü-Meridian) die Bewegung nicht freigeben. Auch sie weisen deshalb oft Verspannungen auf und sind zu wenig aktiv. Aufgabe des vorderen Anteiles M. deltoideus wäre es z.B., den Oberarmkopf nach hinten zu schieben, (gemeinsam mit dem M. biceps brachii caput longum).

Um die koordinierten Bewegungen zu unterstützen, behandle ich oft die Akupunktur-Punkte der Dünndarm-Leitbahn sedierend, z.B. **Dü 1, 6** und **Gb 34** als Fernpunkte und **Dü 5, 9, 10, 11** als lokale Punkte. Punkte auf dem Dickdarm-Meridian (wie z.B. **Di 5, 15**) nadele ich tonisierend. Bei den Ashi-Punkten im Bereich beider Meridiane wende ich sedierende Muskel-nadel-technik an. Die eben beschriebenen Punkte und Techniken

BIPOLARITÄT

sind Beispiele, welche die Behandlungsprinzipien erklären sollen. Es gibt natürlich auch andere Punktkombinationen, die im selben Sinn wirken.

3. Die therapeutische Hand: Handstellung beim Akupunktieren oder Massieren

Koordinierte Handbewegungen bedeuten optimale Belastung mit gleichzeitig freiem Qi-Fluss.

3.1. Akupunktur



- Die Gelenke der nadelführenden Finger sind alle leicht gebeugt.
- Die Hand ist in kugelförmiger Haltung, die Hauptaktivität und Kraft dazu kommt aus der Handteller- und Handwurstmuskulatur sowie **Pe 8** und **He 8**.
- Die Kleinfingerseite nimmt den stabilen Pol ein (Yin-Pol), die Daumenseite bleibt frei für die Bewegung (Yang-Pol)
- Das Handgelenk ist zentriert und in leichter Extension (vgl. oben).

3.2. Tuina Massage



Koordiniert:
Tonus im Handteller durch leichtes Einrollen beider Pole und Belastung auf der Kleinfingerseite



Fehlbelastung:
kein Tonus palmar, Belastung auf der Daumenseite

3.3. Heimprogramm

Hier eine Übung zum Kräftigen der Kleinfingerseite, die ich meinen Handpatienten als Heimprogramm mitgebe.



Die Schlaufe eines (doppelt geführten) Therabandes wird beim kleinen Finger eingehängt und diagonal über den Unterarm gelegt. Mit der Gegenhand wird Zug aufs Band ausgeübt, währenddessen sich die Kleinfingerseite gegen diesen Widerstand nach palmar einrollt und Zug in Richtung Finger gibt. Dies stärkt die Muskulatur des Hypothenar. Ich persönlich wende diese Übung am Computer an, insbesondere rechts, wo ich die Maus führe, bei dieser Variante wickle ich das freie Ende des Therabandes mehrfach um den Unterarm, um die linke Hand zum Tippen frei zu haben.

4. Pathologie: Beispiel Rhizarthrose

Die Rhizarthrose ist die häufigste Arthrose der Hand. Dabei handelt es sich um eine degenerative Veränderung am Daumensattelgelenk. Häufiger betroffen sind Frauen ab 40, TherapeutInnen und HandwerkerInnen mit einseitiger manueller Tätigkeit. Das Daumensattelgelenk befindet sich zwischen dem Os trapezium (grossem Vieleckbein) und dem ersten Mittelhandknochen (Os metacarpale I). Wie der Name sagt ist es sattelförmig und ermöglicht die Bewegungen Abduktion/Adduktion und Flexion/Extension. Am häufigsten sind degenerative Überlastungssyndrome oder Traumata die Ursache für arthrotische Veränderungen in diesem Gelenk. Unphysiologische Bewegungen können zu Abnützung von Knorpel und Gelenk führen. Die Überlastungen entstehen u.a. durch:

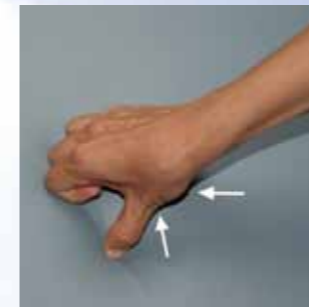
- Überstreckung des Daumengrundgelenks
- Zu viel Gewicht auf der Daumenseite, auf Grund von Kraftmangel und Inaktivität des Kleinfingerpols.
- Zu hohe Belastung auf die Hand und insbesondere des Daumens, wegen fehlender Gegenbewegung des Oberarmkopfes.
- Rotationen im Sattelgelenk (Pronation- und Supination), was der Gelenkform nicht entspricht.

Die Symptomatik, die dadurch entstehen kann sieht je nach Schweregrad folgendermassen aus:

- Schmerzen beim Spitzgriff, in Bewegung und Belastung (Schlüssel drehen, Flasche öffnen)
- Lokale Schwellung
- Subluxation des Metacarpale I, oft mit Überstreckung des Daumengrundgelenkes und Beugefehlstellung im Interphalangealgelenk des Daumens (Schwanenhalsdeformität)

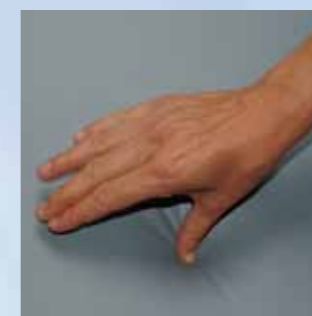
Das Daumensattelgelenk ist bei bestimmten Massagetechniken besonders gefährdet, vor allem dann, wenn der Druck über den Daumen geleitet wird, aber auch bei Drucktechniken, welche mit der ganzen Hand ausgeführt werden, die Belastungsachse aber nicht über die Kleinfingerseite geführt wird.

Fehlbelastung mit nicht integriertem Kleinfingerpol



Subluxation des Sattelgelenkes
Überstreckung des Grundgelenkes

Koordinierte Belastung des Daumens mit Gegenbewegung des Oberarmkopfes (nicht abgebildet) und Aktivität der Kleinfingerseite.



Bei Patienten/-innen mit Rhizarthrose wende ich Akupunktur kombiniert mit Bewegungsschulung im oben beschriebenen Sinn an. Spezifisch für das Sattelgelenk kommen Akupunkturpunkte wie **Lu 7**, **Lu 10**, **Di 3**, **4**, **5**, **6**, **Mz 4** hinzu. Dabei ist die Koordinationsschulung essentiell, um die betroffenen Gelenke im Alltag nicht immer wieder von Neuem zu überlasten und zu schädigen.

Möchten Sie mehr zu diesem Thema erfahren? Dann besuchen Sie den **Weiterbildungskurs am 05. März 2011** (weitere Informationen entnehmen Sie bitte der Kursausschreibung in der Agenda).

5. Literatur

C. Heel (2006). Lehrbuch zum Neuen Denkmodell der Physiotherapie Band 1 Bewegungssystem, Georg Thieme Verlag, Stuttgart, 2. Auflage

Fotos: Stefan Horbelt, Sarah Arnold



Autorin:

Sarah Arnold ist freischaffende Dozentin, führt eine Praxis für TCM und Spiraldynamik in Zürich und ist diplomierte Lehrerin der Spiraldynamik®.

Autorin: Sarah Arnold,
SBO-TCM Therapeutin mit Praxis in Zürich

DIET DA MEDIZIN UND KARPALTUNNELSYNDROM

Diagnose Karpaltunnelsyndrom

Die typische Symptomatik des Karpaltunnelsyndroms sind nächtliche Missempfindungen von Daumen, Zeige- und Mittelfinger. Es können neben starken Schmerzen, die bis zum Ellenbogen und der Schulter ausstrahlen können, auch Gefühlsstörungen, Lähmungen und Muskelschwund beobachtet werden. Nach schulmedizinischer Definition handelt es sich um eine Kompression des Nervus Medianus, der durch den Karpaltunnel führt. Ursache unbekannt!

Nur in einigen Fällen wird eine Tendosynovitis, eine Flüssigkeitsretention im Rahmen einer Schwangerschaft, oder eine Weichteilschwellung bei Myxödem oder Akromegalie dafür verantwortlich gemacht.

Die Lösung, die aus westlich medizinischer Sicht angeboten wird, ist ein operativer Eingriff, bei dem das Retinaculum flexorum gespalten wird, um dem Nerv Dekompression zu verschaffen. Und somit die Sensationen zum Verschwinden zu bringen.

Diet Da Medizin

Die Stärke der Chinesischen Medizin – insbesondere der Diet Da Medizin, welche sich auf Muskuloskeletalestörungen spezialisiert hat, ist es – eben die Ursache von Problemen zu eruieren und das Übel an der Wurzel zu behandeln.

Die Diet Da Medizin bedient sich aller Methoden der chinesischen Medizin ausgerichtet auf Muskuloskeletale Störungen. Akupunktur, Moxa, Schröpfen oder Gua Sha und Kräuterheilkunde für innere und äussere Anwendungen werden verwendet. Handelt es sich bei dem diagnostizierten Karpaltunnelsyndrom tatsächlich um eine Störung im Handgelenksbereich? Falls ja, weshalb ist der Kanal plötzlich zu eng? Kommen Schwellungen des Gewebes, Sehnenscheidenentzündungen oder anderes vor und wenn ja, weshalb? Mechanische Überlastung durch Fehllhaltung und damit Überreizung? Störungen im Wassermetabolismus? Verdickung von Sehnen oder anderen Strukturen? Oder gibt es eine Verspannung der Muskelgruppen im Unterarmbereich, die eine Überreizung der Strukturen im Karpaltunnelbereich verursachen?

Viele Faktoren, die es durch Befragung, Pulsdiagnostik, Palpation und allenfalls gar Reaktion auf Behandlung zu differenzieren gilt.

Störung liegt NICHT im Handgelenksbereich, nur die Symptomatik!

Die erste Frage, die ich mir aus klinischer Erfahrung mit Patienten mit diagnostiziertem Karpaltunnelsyndrom stelle ist: Handelt es sich tatsächlich um ein Problem im Handgelenksbereich? Denn dies ist oft der Knackpunkt! Schätzungsweise

60% aller Patienten, diagnostiziert als Karpaltunnelsyndrom, die in meiner Praxis nach einer alternativen Lösung ihres Problems suchen, haben nicht wirklich eine Störung im Handgelenksbereich, sondern im Nacken-Schulterbereich. Massive muskuläre Verspannungen verursachen das entsprechende symptomatische Bild eines Karpaltunnelsyndroms im Handgelenksbereich.

Bei den Patienten, die Ihr Karpaltunnelsyndrom bereits operativ angegangen sind, aber keine Erleichterung der Symptomatik erfahren haben, oder aber wenige Jahre nach der ersten OP wieder mit dem gleichen symptomatischen Bild zu kämpfen haben, bei denen kann man sich ziemlich sicher sein, dass das wahre Problem eben nicht im Handgelenksbereich zu suchen ist, sondern in der Schulter-Nacken-Region (oder dass Sie eine schwere Fehlstatik und Fehldynamik im Handgelenksbereich inne haben).

Auch die Haltung des Patienten, die sehr oft ein «anheben» des Schultergürtels aufweist – sei es bereits im Sitzen, oder aber sobald eine Armbewegung über Kopfhöhe gefordert wird – lässt die Vermutung über eine Problematik im Schulter-Nackenbereich zu, die sehr wohl verantwortlich sein kann für die Symptomatik, die fälschlicherweise mit einem Karpaltunnelsyndrom verwechselt werden kann.

Schwangerschafts-Karpaltunnelsyndrom

Ein in der Schwangerschaft auftretendes Karpaltunnelsyndrom ist auf die vermehrte Wasseransammlung im Gewebe zurückzuführen, was zu einer Verengung des Nerven-Durchgangskanals im Handgelenksbereich führt und sich mit der Geburt und damit der Normalisierung des Gewebes wieder von alleine löst – nichtsdestotrotz massive Schmerzzustände auslöst, die die Nachtruhe stören und deshalb eine Behandlung erfordern.

Echtes Karpaltunnelsyndrom

Haben wir eine Störung der Schulter-Nackenregion durch Behandlung ohne Resultat (keine Verfärbung durch Schröpfen und keine Verbesserung des Zustandes im Handgelenk) auf die aktuelle Störung im Handgelenksbereich und ein «Schwangerschaftskarpaltunnelsyndrom» ausgeschlossen, dann haben wir es mit einem echten Karpaltunnelsyndrom zu tun. Doch auch dann stellt sich die Frage, wo liegt die Wurzel des Problems? Ist das Gewebe angeschwollen? Wenn ja, nur durch die lokale Überreizung (Entzündung), oder gibt es Ganzkörper-Wassermetabolismusstörungen? Gibt es eine Verdickung der Sehnen? Gibt es eine Verspannung der Muskeln im Unterarmbereich? In den meisten Fällen geht eine langjährige Fehldynamik voraus bis das Problem entsteht, welches oftmals eine Kombination aus oben genannten Punkten beinhaltet. Bei Gewebe-



veränderungen ist eine phytotherapeutische Behandlung zusätzlich zur äusserlichen Behandlung unerlässlich, denn man kann die Sehnen nur von innen heraus geschmeidiger machen und/oder den Wassermetabolismus des Körpers etc. nur von innen heraus korrigieren. Für die langfristige «Ausheilung» ist eine Korrektur der Statik und Dynamik unerlässlich! Bewegungsübungen, die man einfach und überall einige Male am Tag machen kann, sind parallel zur Behandlung angesagt.

Da sich durch den Schmerzzustand die Unterarmmuskeln verspannen, durch die stetig verursachte Überreizung eine örtliche Entzündung (Hitzeentwicklung, Schwellung, Rötung und Schmerz) wahrscheinlich ist, und eine Verdickung der Sehnen bestehen kann, oder aber durch die «Vertrocknung» von Bänderstrukturen der Karpaltunnel verengt sein kann, müssen all diese Komponenten bei der Behandlung mit einbezogen werden.

Wenn auch die lokale Situation am Handgelenk geprägt ist durch den entzündlichen Zustand und Schmerzen, so ist es dennoch entscheidend, die Ursache all dessen zu erkennen und zu korrigieren!

Die Diagnose des Patienten nach chinesisch medizinischen Parametern, ohne Berücksichtigung des Karpaltunnelsyndroms, weist darauf hin, was abgesehen von Fehllhaltung/Fehldynamik ein Problem des Körpers ist, welches seinen Beitrag zum Entstehen des Karpaltunnelsyndroms beigetragen hat. Diese systematischen Probleme sollten zeitgleich zur äusserlichen Diet Da Behandlung mit Phytotherapie angegangen werden.

1. Yin-/Blutmangel/Blutstase mit «Vertrocknung» und damit Verhärtung, Verkürzung und/oder Verdickung von Sehnen und Bänderstrukturen, die zu einer Verengung des Karpaltunnels führen.
2. Generelle Verspannung (zu hoher Muskeltonus) und damit eine höhere Belastung sämtlicher Gelenksbereiche.
3. Wasseransammlung des Gewebes, sei es durch Schwangerschaft oder Myxödem.

4. Rheumatoide Arthritis, die zu Karpaltunnelsyndrom führen kann u.v.m.

Behandlung bei Verdacht auf Störung im Schulter-Nackenbereich

Um die Spannung und Entzündung, die sich im Handgelenksbereich aufgebaut hat, ein wenig zu lösen, kann man als erste Handlung die Endpunkte der am meisten betroffenen Meridiane (das kann SJ/Pe oder aber Lu/Di oder aber auch Dü/He sein) blutig nadeln (mit Lanzetten, nicht mit Nadeln), während man nach proximal den genadelten Meridian ausstreicht. **Achtung:** Je akuter der Zustand umso heftiger wird das Blut herausströmen, halten Sie genug Tupfer zum aufsaugen bereit. Oftmals bringt diese Anwendung bereits sofortige, spontane Erleichterung des Zustandes.

Untersuchen Sie dann die Schulter-Nacken-Region auf muskuläre Verspannungen. Lösen Sie dort die Verspannungen, mit Muskelnadelmethode und Schröpfen durch festsitzende Schröpfgläser, mit anschliessender Anwendung von Diet Da Pflaster (die Qi und Blutbewegende Kräuter als Paste direkt auf die betroffene, sprich livide geschröpfte, und/oder schmerzende Stelle bringen). Vor allem die Schulterheber- und allenfalls auch Nackenmuskulatur werden nach dem Schröpfen aufzeigen (livide Verfärbung), wo die massivste Verspannung liegt.

Weisen Sie den Patienten an, bewusst seine Schultern «unten» zu lassen in seiner täglichen Haltung. Üben Sie korrekte Haltung – denn dies ist der Dreh- und Angelpunkt um das Problem langfristig zu lösen, wenn es dort begraben liegt.

Erfolgt eine Erleichterung des Schmerzzustands oder des Ameisenlaufens nach der ersten, oder spätestens zweiten Behandlung, dann wissen Sie mit Bestimmtheit, Sie haben am richtigen Ort angesetzt.

Sollte der Schmerzzustand im Handgelenksbereich sehr akut sein, können zur schnellen, örtlichen Abhilfe auch hier einige Nadeln gesetzt (sicher auf Pe7!) werden und im Anschluss Diet Da Pflaster angebracht werden.

Behandlung von Schwangerschafts-Karpaltunnelsyndrom

Da es sich in diesem Fall um eine übermässige Wasseransammlung im Gewebe handelt, die die Strukturen zu eng werden lässt, ist eine Behandlung mit Kräuterrezepturen, die den Wassermetabolismus während der Schwangerschaft richtig stellen, unerlässlich!

KARPALTUNNELSYNDROM

Welche Rezeptur in welchem Fall angewandt wird, bestimmt der Puls und anderweitige Symptomatik (sprich Bedarf einer guten Diagnostik). Ich arbeite klassisch: Puls = Verschreibung – hilfreich kann das «Schwangerschafts-» Kapitel 21 des Jing-gui yaolue sein).

Zur Bewegung des Qi und sofortigen Schmerzerleichterung im Handgelenk kann selbstverständlich lokal genadelt werden, Endpunkte der Meridiane blutig nadeln (oft wird die Exkretion dann sehr wässriges Blut sein), und auch hier die Schulter-Nackenregion nicht ausser Acht lassen und gegebenenfalls mit Schröpfmassage behandeln.

Kräuterpasten-Bandagen im Handgelenksbereich, die Qi und Blutbewegende Inhaltsstoffe enthalten, die ein Abschwellen bewirken, können sofortige Erleichterung schaffen.

Behandlung eines Karpaltunnelsyndroms auf Grund einer Störung im Handgelenksbereich

1. Blutig nadeln der betroffenen Leitbahnen der betroffenen Hand (wie oben besprochen)
2. Nadelung von Punkten im Handgelenksbereich (beidseitig, unbedingt auch auf der nicht betroffenen Seite!), mit starker Stimulation. Akupunktur im Handgelenksbereich beidseitig, um den Schmerzzustand zu verringern, in dem der Qi und Blutdurchfluss angeregt wird (unbedingt Pe7 tief und mit starker Manipulation nadeln)
3. Schröpfmassage der gesamten Unterarmmuskulatur der betroffenen Seite
4. Kräuterpastenaufgaben auf den Handgelenksbereich, um die Schwellung, allfällige Entzündungen und Schmerzen sofort zu reduzieren
5. Verschreibung von systemischen Kräuterrezepturen zum Einnehmen. (Achtung – ganz wichtig! Keine hitzeausleitenden Verschreibungen verwenden – es geht hier nicht um eine systemische Hitze, sondern nur um eine lokale Hitzeerscheinung (Entzündung) im Handgelenksbereich, die durch eine Qi-Stagnation entstanden ist. Bewegung ist also angesagt, nicht kühlen!).
6. Korrektur in Bewegungsabläufen und in der Haltung – als Devise für den Patienten, korrekte Bewegung ist gut (NICHT stilllegen), aber Belastung ist schlecht!

Heilungschancen mit Diet Da Medizin

Die Heilungschancen für Karpaltunnelsyndrome ohne operativen Eingriff sind sehr gross, solange der Zustand noch keine Lähmung und Atrophie der Muskeln (Abduktor pollicis brevis und opponens pollicis) beinhaltet.

Oft kann innert 5-6 Sitzungen das Problem gelöst werden. Bei hartnäckigeren Fällen kann es länger dauern, bis alles 100%ig

behooben ist, je nachdem, wie lange das Problem schon bestand und wie gut der Patient mit Bewegungsübungen mitmacht und seine Bewegungsmuster verändern kann.

Jedoch selbst wenn eine Operation sinnvoll und nötig ist, sollte der Patient zur Ausheilung und Umstrukturierung seiner falschen Bewegungsabläufe die Diet Da Medizin in Anspruch nehmen. Ein erneutes Auftreten der gleichen Symptomatik, sowie ein Auftreten von «Folgeerscheinungen» seiner inkorrekten Bewegungsabläufe an anderen Stellen sind damit sichergestellt!

Das Chiu Diet Da ist ein Zweig der Chinesischen Medizin, der sich auf akute und chronische Störungen des Bewegungsapparates spezialisiert hat – und dementsprechend in Kampfkunstdinastien weitergegeben und erhalten geblieben ist.



Autorin: Nadine Zäch,
SBO-TCM Therapeutin mit Praxen in Wil /SG und Zürich

Nadine Zäch, dipl. Akupunkteurin und Herbalsistin SBO-TCM, Diplomate in Acupuncture NCCAOM (USA) führt seit 10 Jahren ihre 2 Praxen in der Schweiz. Dank ihrem Hobby, dem Kung Fu, wurde sie von ihrem Grossmeister Dr. Chiu Chi Ling in Chiu Diet Da unterwiesen. Sie unterrichtet sowohl Ihr Spezialgebiet Chiu Diet Da als auch Kräuterheilkunde und Klassische (Kanonische) Chinesische Medizin.



Die Hände sind unser empfindsamstes Glied. Nahezu alles, was wir im Gehirn produzieren, setzen wir mit den Händen um. Mit den Händen sind wir in Berührung mit unseren Patienten und die Wichtigkeit des professionellen Berührens für das Wohlbefinden und den Heilungsprozess kann nicht hoch genug eingeschätzt werden.

Dies setzt voraus, dass wir zwischen Routineberührung und bewusstem Berühren unterscheiden. Gutes Berühren heisst, einen Menschen wirklich wahrnehmen, seine Befindlichkeit spüren, darauf eingehen und ihm entsprechen.

Mich berührend auf den Patienten einzustellen kann bedeuten, vor oder nach der eigentlichen Behandlung Körperzonen zu umfassen und zu halten.

Die Patienten schätzen es, im angespannten Hals-Nacken-Schulter-Bereich gehalten zu werden; empfinden das Berührtwerden im Bauchbereich als angenehm; oder werden ruhiger und entspannter beim Umfassen beider Fussgelenke.

Bewusstes Berühren in der Therapiearbeit ist ein Weg, mehr Freude und Resonanz in der Begegnung mit dem Patienten zu finden.

Autorin: Eliane Mena,
SBO-TCM Therapeutin mit Praxis in Zürich



Bilden Sie sich weiter!

Schock und Trauma Behandlung
08./09.11.2010

TCM-Prüfungsvorbereitung MC-Fragen
13.10.2010, 03.11.2010
einzeln buchbar, jeweils 4 Stunden

Schröpfen und Gua Sha
15.11.2010

Muskuloskeletale Schmerzsyndrome
Schultergelenk: 18./19.10.2010
Ellbogen & Hand: 06./07.12.2010

BLITZ-Weiterbildungen
Gynäkologie 25./26.09.2010
Pädiatrie u. A. 23./24.10.2010
Dermatologie 27./28.11.2010

Diagnostik in der TCM
Zunge: 16./17.10.2010
Puls: 10.-12.12.2010
Gesicht: 15./16.01.2011

Tuina Abläufe für Prüfung oder Weiterbildung
17.09.2010, 29.10.2010, 05.11.2010

Jetzt nächste Ausbildung planen:
Tuina Start: 29.01.2011
Herbalistik Start: 14.04.2011
Diätetik Start: 20.08.2011

Biomedica Zürich
Schule für westliche und fernöstliche Medizin
Fellenbergstrasse 272, 8047 Zürich
Tel. 043 321 34 34, Fax 043 321 36 36
info@biomedica.ch, www.biomedica.ch



Punktlokalisierung mit Petra Zollinger

13.10.2010 / 11.11.2010 / 12.11.2010
einzeln buchbar, je 6 Stunden

TCM Prüfungsvorbereitung für MC-Fragen

13.10.2010 / 03.11.2010
einzeln buchbar, je 4 Stunden

Biomedica Zürich
Fellenbergstrasse 272
8047 Zürich
Tel. 043 321 34 34
info@biomedica.ch
www.biomedica.ch



ARBEITSGRUPPE FORSCHUNG & ENTWICKLUNG

KARPALTUNNELSYNDROM UND MORBUS RAYNAUD

Die Arbeitsgruppe wird zur Zeit definiert. Später möchten wir an dieser Stelle über unsere Aktivitäten berichten.

Interessantes aus der Forschung

Hier möchten wir Ergebnisse aus der aktuellen Forschung vorstellen, wenn möglich zum jeweiligen Thema. Ob es diese Forschung braucht, in welcher Art bzw. in welchem Rahmen und wieweit uns die Ergebnisse betreffen, soll zu einem anderen Zeitpunkt diskutiert werden.

Akupunktur bei Patienten mit Karpaltunnelsyndrom: eine randomisierte, kontrollierte Studie

Yang CP, Hsieh, CL, Wang NH, Li TC, Hwang KL, Yu SC, Chang MH. Acupuncture in patients with carpal tunnel syndrome: A randomized controlled trial. Clin J Pain. 2009;25(4):327-33.

PatientInnen: 77 PatientInnen mit mildem bis mittlerem Karpaltunnelsyndrom wurden in 2 Gruppen eingeteilt.

Behandlung: Während 4 Wochen erhielt die eine Gruppe Prednisolon (ein synthetisches Glucocorticoid mit immunsuppressiver und entzündungshemmender Wirkung), die andere Akupunktur an Pe7 (Daling) und Pe6 (Neiguan).

Endpunkte: Mittels Fragebogen beurteilten die PatientInnen die Stärke ihrer Symptome (Schmerz, Taubheit, Sensibilitätsstörung, Schwächegefühl, nächtliches Erwachen) vor Beginn der Therapie, nach 2 und nach 4 Wochen. Zusätzlich wurden Messungen der Nervenleitung durchgeführt.

Ergebnisse: Bei beiden Gruppen gab es deutliche Verbesserungen nach 2 und 4 Wochen Behandlung. Zwischen den beiden Gruppen gab es kaum Unterschiede, mit Ausnahme des nächtlichen Erwachens, welches sich durch Akupunktur stärker verringert hatte.

Kommentar: Akupunktur war in dieser Studie in Bezug auf die gemessenen Endpunkte ähnlich effektiv wie die Einnahme von Prednisolon. Der Nachteil der Akupunktur war der Zeitaufwand für die Behandlungen; andererseits hatte Prednisolon Nebenwirkungen wie Übelkeit und Bauchschmerzen, weshalb es nicht von allen PatientInnen getragen wurde.

Gibt es einen vasospasmolytischen Effekt der Akupunktur bei Patienten mit sekundärem Raynaud-Phänomen?

Hahn M, Steins A, Möhrle M, Blum A, Jünger M. Is there a vasospasmolytic effect of acupuncture in patients with secondary Raynaud phenomenon? J Dtsch Dermatol Ges. 2004;2(9):758-62.

PatientInnen: 19 PatientInnen mit sekundärem Raynaud-Phänomen (d.h. mit primären Erkrankungen wie Sklerodermie oder Lupus erythematodes) wurden in 2 Gruppen eingeteilt.

Behandlung: Die PatientInnen erhielten im Winter während 8 Wochen einmal wöchentlich eine Akupunkturbehandlung. Die eine Gruppe (sog. «Verum-Gruppe») wurde an den Punkten Ll4 (Hegu), SJ5 (Waiguan), St36 (Zusanli), Pe6 (Neiguan), Duzo (Baihui) sowie Ex28 (Baxie) behandelt. Bei der anderen Gruppe («Placebo-Gruppe») wurden Nicht-Akupunkturpunkte gestochen, welche in dem Artikel aber nicht näher bezeichnet wurden. Die PatientInnen wussten nicht, zu welcher Gruppe sie gehörten.

Endpunkte: Die PatientInnen hielten in einem Tagebuch fest, wie häufig, wie lange und wie stark ihre Anfälle 4 Wochen vor, während und 4 Wochen nach der Akupunkturbehandlung waren. Ausserdem wurde ein lokaler Kältetest durchgeführt.

Ergebnisse: Die Symptome verbesserten sich in der «Verum-Gruppe» verglichen mit der «Placebo-Gruppe», allerdings nur tendenziell und nicht statistisch signifikant (d.h. es liess sich nicht sicher sagen, ob ein Unterschied zwischen den beiden Gruppen vorlag). 50% der PatientInnen wünschten eine erneute Behandlung im nächsten Winter.

Kommentar: Für solche Studien ist es schwierig, eine geeignete «Kontrollbehandlung» zum Vergleich zu finden. Wir wissen ja, dass auch das Stechen an Nicht-Akupunkturpunkten Effekte hervorruft, was aber nicht heisst, dass es «egal ist, wo man sticht», wie auch schon in der Presse zu lesen war.

Kontakt

Fragen an Sekretariat SBO-TCM, sekretariat@sbo-tcm.ch

Agenda

In nächster Zeit finden verschiedene Kongresse in den Gebieten TCM und/oder Komplementärmedizin statt.

07. – 09.05.2011 6th International Congress on Complementary Medicine Research, Chengdu, China
<http://eng.2011iscmr.org>

13. – 15.05.2011 World Congress on Medical Acupuncture (ICMART), Den Haag, Niederlande
<http://www.icmart2011.org>



Autorin: Sabine Klein,
SBO-TCM Therapeutin mit Praxis in Effretikon

Sabine Klein studierte Biochemie und promovierte an der Eidgenössischen Technischen Hochschule (ETH) Zürich. An der Akademie für chinesische Naturheilkunst in Winterthur absolvierte sie Ausbildungen in Akupunktur und chinesischer Arzneimitteltherapie. Zur Zeit arbeitet sie an der Kollegialen Instanz für Komplementärmedizin KIKOM der Universität Bern (im Bereich anthroposophische Medizin) und in ihrer eigenen Praxis für Akupunktur in Effretikon.



YANGSHENG CHADAO – DAS QI MIT TEE KULTIVIEREN

Die Teekultur blickt im Reich der Mitte auf eine 5000 Jahre alte Tradition zurück. Auf meiner Chinareise erlebte ich, dass die Chinesen täglich Tee tranken. Sie erklärten mir, dass sie je nach Konstitution und Jahreszeit den passenden Tee auswählen.

Der Tee unterstützt und stabilisiert den natürlichen Körperrhythmus und steigert die Konzentrationsfähigkeit. Dieser Grundgedanke, täglich die Gesundheit mit Tee positiv zu unterstützen, faszinierte mich und war der Beweggrund, den Tee in meine Arbeit einfließen zu lassen. Im September 2009 startete ich mit meinem Teeprojekt und führe seither ein Sortiment mit unterschiedlichen Tees (grüner, weisser, gelber, roter und schwarzer Tee, Oolong, Jiao Gu Lan) und Teekreationen. Die Kreationen werden von mir selber, nach den Grundprin-

zipien der Traditionellen Chinesischen Medizin, zusammengestellt und gemischt. Für den täglichen Teegenuss biete ich auch Tassen, Teeservice etc. mit fernöstlichem Design an, welche aus erstklassigem chinesischem Porzellan angefertigt werden.

Weitere Informationen unter www.tcmpraxis.ch (Webshop)

Autorin: Dominika Müller,
SBO-TCM Therapeutin mit Praxis in Schwyz

Praxis für TCM und Shiatsu
Yangsheng Chadao – Chinesische Teespezialitäten
Reichsstr. 19, 6430 Schwyz
Tel. +41 (0)41 810 23 11

RÄUME ZU VERMIETEN

Praxisraum zu vermieten in der Gemeinschaftspraxis Rigiplatz
Die Praxis liegt im Kreis 6 an der Vogelsangstr. 52 in einer schönen Jugendstilvilla. Zum Praxisraum gehört ein individueller Büroarbeitsplatz, ein grosszügiger Warteraum, eine Teeküche und das WC. Der Raum ist 14m² gross und hat einen Parkettboden. Verkehrsmässig optimal gelegen: 12 Min. vom HB bzw. Bahnhof Stadelhofen sowie Bus 33 ab Bahnhof Hardbrücke bzw. vom Zürichberg/Seefeld. Parkplätze sind genügend in der Umgebung vorhanden. In der Praxis arbeiten:

1 Akupunkteur/Shiatsu-Therapeut sowie 2 Shiatsu-TherapeutInnen. Die Miete beträgt 800.– inkl. Nebenkosten. Weitere Infos: 079 731 37 91, info@tcm-shiatsu.ch

Schöner, frisch renovierter **Praxisraum in Zürich** nahe Balgrist zu vermieten an 2-4 Tagen/Woche (Di/Do/Sa/So). Der Raum ist möbiliert, u.a. mit einer elektrischen Liege. Mitbenützung Warteraum, Küche, WC, Waschmaschine, Tumbler und Parkplatz. Bei Interesse info@praxis-barmet.ch oder Tel. +41 (0)79 623 50 42.

KURSBETREUERINNEN GESUCHT FÜR 2011

Wir vom Rothenburg-Kongressteam suchen Ihre aktive Unterstützung für einen persönlichen und reibungslosen Ablauf des größten TCM-Kongresses in Europa.

Die Größe des Kongresses erfordert, dass wir Sicherheitsbestimmungen in Rothenburg umsetzen müssen, gleichzeitig wollen wir aber einer Erhöhung der Eintrittspreise entgegen wirken. Deshalb ist es wichtig, dass wir aus eigenen Reihen Leute finden, die uns unterstützen.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, dann wenden Sie sich bis spätestens **02.05.2011** an **Heike Wiedemann**. Am besten per E-Mail

Kontakt: TCM-Kongress Rothenburgteam
Kursbetreuermanagement
Heike Wiedemann
Ruderatshofener Str.19
87640 Biessenhofen/Altdorf
Tel/Fax: 08342-7022048
kursbetreuer@tcm-kongress.de

Es würde uns sehr freuen, wenn Sie durch Ihre Mitarbeit zu einem gelungenen Kongress beitragen würden!

Herzliche Grüße
Das Rothenburg-Kongressteam

Gesucht sind **KursbetreuerInnen**,
die im Wesentlichen drei Aufgabenbereiche haben:

1. **Einlasskontrolle** zu Beginn der Kurse und nach den Pausen.
2. **Ausstattungskontrolle** Dabei unterstützt euch die Kongressorganisation Conventure.
3. **Teilnehmerzählung**, für uns ganz wichtig zur Qualitätssicherung des Kongresses.

Wir bieten Ihnen für Ihre Mitarbeit eine **Entlohnung** an. Diese kann aus organisatorischen Gründen nicht mit dem Eintritt verrechnet werden, also bitte buchen Sie den Kongress und Ihre Vor- und Nachkurse, die Bezahlung für die geleistete Kursbetreuung erfolgt gesondert.

Für **Halbtageskurse** erhalten Sie **25 Euro**
für einen **Ganztageskurs** bieten wir **50 Euro**
Für **Sonderveranstaltungen** bezahlen wir **25 Euro**

Als KursbetreuerIn können Sie problemlos an dem Kurs Ihrer Wahl teilnehmen. Je früher Sie sich für die Kursbetreuung anmelden, mit Angabe der Kurse, die Sie gern besuchen wollen, desto sicherer können Sie sein, dass diese nicht schon von anderen KursbetreuerInnen belegt sind.

Möchten Sie sich mit einem Leserbrief über einen Artikel oder etwas Erlebtem äussern?

Haben Sie einen Büchertipp, eine geniale Punktekombination oder einen Praxisraum zu vermieten?

Dann sind Sie in dieser Rubrik genau richtig.
Hier lassen wir unsere Mitglieder zu Wort kommen, egal, was Sie bedrückt oder aufstellt.

Alle Artikel mit Name und Vorname an:
laminet@sbo-tcm.ch

AUFRUF GEGEN EMR

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Ich bin seit 2003 Akupunkteurin SBO-TCM und vom EMR anerkannt. Im März 2010 schloss ich meine Zusatzausbildung in chinesischer Kräutertherapie ab. Bei meinem Registrierungsgesuch für diese Untermethode musste ich feststellen, dass mich das EMR ablehnte.

Begründet wurde diese Ablehnung mit dem Fehlen einer 600 Stunden Westmed Ausbildung mit Abschlussprüfung. Diese wurde aber zu meiner Erstausbildungszeit weder angeboten noch gebraucht. Die einzige Möglichkeit, von Seiten des EMR, um die Anerkennung zu erhalten, liegt im Auffinden einer Schule, die meine absolvierten Stunden überprüft und mir fehlende anbietet. Dann muss ich eine Gesamtprüfung dieser 600 Stunden Westmed Ausbildung ablegen. Die Prüfung des SBO-TCM sowie die Baslerprüfung werden nicht anerkannt. Auch mein Einwand, dass es dieselben Patienten seien, die ich mit Akupunktur behandeln dürfe aber nicht mit Kräutern, fand kein Gehör. Und Achtung, die Gebühren für das

Registrierungsgesuch von CHF 180.– sind auch verloren. Meine Erfahrung mit dem EMR zeigt mir, dass ich als Einzelperson nicht wahrgenommen werde. Aus diesem Grunde würde ich nun gerne eine Umfrage starten. Wie viele Therapeutinnen und Therapeuten haben oder hatten dieselben Probleme? Wer hat sich diesem Problem unterworfen und die Westmedstunden nachgereicht? Wer geht andere Wege um dieses Problem zu umgehen? Wie viele lassen sich aus diesem Grund von neuen Zusatzausbildungen abhalten? Was haltet ihr allgemein von diesem Umstand?

Es wäre schön, wenn sich viele zu diesem Thema beim Sekretariat des SBO-TCM unter sekretariat@sbo-tcm.ch melden würden.

Mit freundlichen Grüssen

Gaby Mannino, SBO-TCM Therapeutin



GEWINNER DES WETTBEWERBS

Im Juli haben wir einen Wettbewerb ausgeschrieben für einen Namen unseres neuen Magazins. Der Gewinner, resp. die Gewinnerin des Wettbewerbs erhält einen Büchergutschein im Wert von 100.– Sfr. vom abz Verlag.

Wir möchten uns bei allen Mitgliedern, die uns Ihre Namensvorschläge geschickt haben, bedanken. Es fiel uns nicht leicht, eine Wahl zu treffen. Zu den Entscheidungskriterien gehörte, dass der Name in deutsch, französisch und italienisch gleichermaßen zu gebrauchen ist und natürlich einen Bezug zur Chinesischen Medizin haben soll. Deshalb haben wir uns für den Namen yin yang entschieden. Dieser Vorschlag kam von unserer Grafikerin Frau Jeannine Grabolle, welche in der Entwicklungsphase des Newsletters für die verschiedenen Vorschläge ein Titelblatt gestalten musste. Ohne Namen kann man sich das schlecht vorstellen und somit kam ohne gross zu überlegen das eigentlich simple yin yang daher... einfach und dennoch vielsagend, für alle Bereiche der TCM stehend, in jeder Sprache zu lesen und in aller Munde. Durch die Arbeit am Heft gewöhnten wir uns an diesen Namen und stellten dann fest, dass es genau das ist, nach was wir gesucht haben.



Wir möchten nun wie angekündigt die Gewinnerin kurz vorstellen. Jeannine ist Grafikerin mit Leib und Seele. Sie liebt die Zwischenräume, Musik, die Stille und Yiquan.

Nachdem der neue Namensvorschlag von unserer Grafikerin kam, haben wir den Gewinner des Büchergutscheins einfach aus allen Einsendungen ausgelost. Die Gewinnerin des Büchergutscheins ist Frau Karin Knauer aus Walzenhausen. Herzlichen Glückwunsch! Zusätzlich zum Wettbewerb baten wir um Eure Ideen und Wünsche bezüglich des neuen Newsletters. Wir haben diverse von abz gesponserte Artikel wie Finger-massageringe und Tees unter den Einsendungen verlost. Wir gratulieren den folgenden Gewinnern ganz herzlich:

- Frau Denise Muff, Wolhusen
- Frau Andrea Zünd Rickli, Gais
- Herr Andreas Ledermann, Biel
- Frau Brigitte Stalder, Inwil
- Herr Alexander Schuurmans, Münchenstein
- Frau Sonja Gebert, Zürich
- Frau Ruth Schmid-Baggenstoss, Hittnau

Vielen Dank für Eure wertvollen Tipps und Anregungen.

Das neue Redaktionsteam hat versucht, all Eure Vorschläge, Wünsche und Ideen schon in dieser Erstaussgabe umzusetzen!

Auflage: 1500
Erscheinung: 4 x jährlich

Herausgeber:
Schweizerische Berufsorganisation
für Traditionelle Chinesische Medizin
SBO-TCM
Alfred Lienhard Strasse 1
9113 Degersheim
+41 (0)71 372 01 11
sekretariat@sbo-tcm.ch
www.sbo-tcm.ch

Redaktion:
Marie-Therese Laminet
Karin Fuchs
Markus Steurer, Inserate
Eveline Roth

Insertionspreise 2011
Siehe: www.sbo-tcm.ch

Insertionsschluss:
Ausgabe März 2011: 1.02.2011

Gestaltung:
Jeannine Grabolle Konzept & Design

Einige Bilder wurden aus der
Bilddatenbank Shutterstock ausgewählt.

Druck:
Kunz Druck & Co. AG, Teufen

Die nächste Ausgabe erscheint im März 2011
mit dem Thema «Fit in den Frühling».