

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Die westliche und die chinesische Medizin haben verschiedene Erklärungen für Erkrankungen und entsprechend verschiedene therapeutische Ansätze. Nach dem ganzheitlichen Ansatz der chinesischen Medizin gibt es kein Wundermittel, das bei jedem gleich wirkt. Entscheidend sind die individuellen Gegebenheiten des Patienten, seine Lebenssituation und seine Ernährungsgewohnheiten. In der chinesischen Medizin werden die gestörten Funktionskreise gestärkt und krankheitsauslösende Faktoren gemildert oder beseitigt. Dabei stützt sie sich wesentlich auf die **Akupunktur** und die **Kräutermedizin**.

Was heißt eigentlich Akupunktur?

Dieser Begriff setzt sich aus zwei Worten zusammen: *lat. acus = Nadel* und *lat. pungere, punctum = stechen*, und bedeutet: *den Punkt stechen*. Damit wird eine alte, aus China stammende Heilweise bezeichnet.

Die wohl bekannteste Form der Akupunktur ist die **Körperakupunktur**. Über 700 Akupunkturpunkte zeigen sich an der Hautoberfläche des Menschen; sie liegen verteilt auf 12 Hauptmeridianen (6 *Yang*- und 6 *Yin*-Meridiane). Hinzu kommen zwei Sondermeridiane. Durch das Einstechen von Akupunkturnadeln in fest definierte Punkte wird ein Anreiz zur Heilung bzw. Selbstheilung gegeben. Ersatzweise können diese Punkte auch durch andere Methoden stimuliert werden (Pressurverfahren).

Ebenso wichtig aus therapeutischer Sicht ist die **Ohrakupunktur**. Im Ohr sind sämtliche Reflexzonen und Reflexpunkte des menschlichen Körpers abgebildet. Mehr als 200 Punkte im Ohr sind für die Diagnose und Behandlung bedeutsam;

sie werden mittels Akupunkturnadeln, Elektrostimulation oder dem Aufkleben von kleinen Ohrsamen-Pflastern stimuliert. Die Ohrakupunktur hat sich besonders bei Akutbeschwerden und bei Suchtbehandlungen bewährt.



Wie wirkt Akupunktur?

Der Grundgedanke ist, dass bei einer Krankheit das Kräftegleichgewicht im Körper gestört ist. Die Traditionelle Chinesische Medizin beschreibt zwei gegensätzliche, sich ergänzende Kräfte im Körper, *Yin* und *Yang*. Die beiden Kräfte stehen normalerweise in einem harmonischen Gleichgewicht. Eine Störung des Gleichgewichtes zwischen *Yin* und *Yang* äußert sich als Krankheit. Die Anwendung der Akupunktur führt zu einem Energieausgleich, zur Harmonisierung von *Yin* und *Yang*: Sie dient der Heilung, indem sie die **Selbstheilungskräfte** des Körpers anregt.

Anwendungsgebiete

Prinzipiell gilt: »*Akupunktur heilt, was gestört ist. Akupunktur heilt nicht, was zerstört ist*« (Herget). Die Akupunktur kann bei einer Vielzahl von Störungen allein oder in Kombination mit anderen Therapieverfahren angewendet werden. Besonders gut lassen sich beispielsweise akute Rücken- und Kopfschmerzen, Erschöpfungszustände und Suchtkrankheiten behandeln.

Die Grenzen der Akupunktur liegen dort, wo bleibende Gewebeschäden bereits eingetreten sind. So ist Akupunktur nicht bei bösartigen

Erkrankungen als Heilverfahren geeignet, kann dabei jedoch schmerzlindernd eingesetzt werden. Bei lebensbedrohlichen Erkrankungen und schweren Infekten wird die Akupunktur nicht angewendet. Auch bei Schwangerschaft ist besondere Vorsicht geboten. Direkt vor und nach der Behandlung sollte man keine anstrengenden Tätigkeiten oder Sportarten ausüben.



Chinesische Kräutermedizin

Die Kräuterheilkunde spielt in der chinesischen Medizin eine bedeutende Rolle. Etwa 500 Arzneimittel, die vorwiegend pflanzlicher, weniger tierischer und mineralischer Herkunft sind, werden zur Behandlung eingesetzt. Mittlerweile gibt es zahlreiche Apotheken, die sich auf chinesische Arzneimittel spezialisiert haben. Die *Ginsengwurzel (ren shen)*, das *Süßholz (gan cao)* sowie die *Angelikawurzel (dang gui)* gehören hierzulande zu den bekanntesten TCM-Arzneien.

Eine besondere Bedeutung kommt heute (auch in der Schulmedizin) den *Ginkgo*-Präparaten zu: Der *Ginkgo*-Baum (*ginkgo biloba*) symbolisiert mit seinem zweilappigen Blatt die Einheit und das Gleichgewicht der Polaritäten. Er hat eine hohe Vitalität und große Widerstands- und Regenerationskraft. Ähnlich sind seine gesi-

cherten Wirkungen als Heilpflanze: *Ginkgo*-Präparate wirken durchblutungsfördernd, gefäßerweiternd, schmerzstillend; sie steigern das Gedächtnis- und Lernvermögen (lindern zum Beispiel Alzheimer-Beschwerden) und inaktivieren toxische Sauerstoffradikale.

Alle Heilkräuter verfügen über spezifische geschmackliche und thermische Qualitäten. Diese Eigenschaften der Arzneien sowie ihre sonstigen Wirkstoffe unterstützen den Organismus bei der Steuerung seiner Funktionen und regen außerdem die Lebensenergie und die Zirkulation des Blutes an.

Nach der Untersuchung und der traditionellen Diagnostik von Puls und Zunge werden individuelle Kräuterzusammenstellungen in Form von Teegranulat oder als wässriger Auszug (sog. hydrophiles Konzentrat) verordnet. Die Arzneimischungen erhalten Sie anschließend von einer auf TCM spezialisierten Apotheke. In der Regel werden die Kräuter als Tee oder in Wasser bzw. Saft aufgelöst und mehrmals täglich eingenommen.

Die **Anwendungsgebiete** für die Kräutherapie sind vielfältig. Es kann ein breites Spektrum an Krankheiten behandelt werden, das von Hauterkrankungen bis zu inneren Erkrankungen reicht. Vor allem geht es um Störungen des Verdauungs-, Atmungs- oder Urogenitalsystems und Hauterkrankungen. So zählen zu den typischen Indikationen Regelbeschwerden, Arthritis, Angina, Harnwegsinfekte, Prostatahyperplasie, Magengeschwüre, Reizdarm, Halsentzündung, Asthma und das chronische Erschöpfungssyndrom.



Ulrike Vielau
Heilpraktikerin

Jahrgang 1947, verheiratet - langjährige Tätigkeit als Lehrerin und Fachbereichsleiterin in Grundschule, Gymnasium und Integrierter Gesamtschule - berufsbegleitend Studium von Homöopathie und TCM - Ausbildung zur Heilpraktikerin - amtsärztlich geprüft - Fortbildungen in weiteren anerkannten Therapieformen - eigene Praxis seit 2011.

Allen meinen Patientinnen und Patienten biete ich eine auf sie individuell abgestimmte ganzheitliche Therapie an.

Naturheilpraxis Ulrike Vielau

Schulstr. 19, 26180 Rastede-Wahnbek

Telefon: 0441- 36112791

E-Mail: praxis@ulrike-vielau.de

Öffnungszeiten:

Montag 9.00 - 12.00 Uhr

Mittwoch 15.00 - 18.00 Uhr

Freitag 9.00 - 12.00 Uhr

und nach Vereinbarung

Naturheilpraxis

Ulrike Vielau

Heilpraktikerin



Klassische Homöopathie

Traditionelle Chinesische Medizin

Regulationstherapien

im

Praxishaus

Schulstr. 19

26180 Rastede-Wahnbek