



# Traditionelle Chinesische Medizin bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen

Dr. med. Stefanie Joos

## TCM – Geschichte und Konzept

Die Traditionelle Medizin (TCM) ist eine Zusammenfassung vieler verschiedener Lehrmeinungen, die zum größten Teil auf detaillierten Beobachtungen von Natur und Mensch gründen und vom Taoismus und Konfuzianismus geprägt sind. Erstmals zusammenfassend niedergeschrieben wurden diese Lehrmeinungen zirka 400 v. Chr im „Buch des Gelben Kaisers zur Inneren Medizin“ (Huang Di Nei Jing).

Im heutigen China existieren die traditionelle und die westliche Medizin nebeneinander. Seit etwa 10 bis 15 Jahren erfreut sich die TCM und allem voran die Aku-

punktur einer großen Beliebtheit in westlichen Ländern, insbesondere auch in Deutschland.

Das grundlegende Konzept der TCM ist die Vorstellung einer einheitlichen „Lebensenergie“, des „Qi“, welches allem Leben, sowohl in seinen materiellen wie psychischen Ausprägungen zugrunde liegt. Dies unterscheidet sich grundlegend von der westlichen Philosophie, die auf der Annahme eines Dualismus von Leib und Seele basiert.

Eines der wichtigsten philosophischen Konzepte in China findet sich dargestellt in dem alten chinesischen Zeichen (s. Abb. 1), in dem das Dunkle (Yin) und

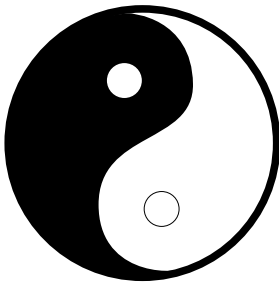


Abb. 1: Chinesische Monade.

das Helle (Yang) immerwährend in Bewegung sind, sich ergänzen und auseinander hervorgehen, das Zeichen symbolisiert ein dynamisches Gleichgewicht.

Aus dieser zentralen Idee des sich immer wieder neu formenden Gleichgewichtes entwickelte die chinesische Medizin ihre Vorstellung, wie Gesundheit erhalten wird und wie Krankheit entsteht. Die Chinesen unterscheiden neben dem ausgeglichenen Zustand (Gesundheit) vier unausgeglichene Verhältnisse von Yin und Yang (Krankheit) (s. Abb. 2).

Das Gleichgewicht von Yin und Yang bestimmt den ungehinderten Fluss des Qi. Das Ungleichgewicht, welches gemäß der TCM-Theorie durch verschiedene krankmachende Faktoren verursacht werden kann, führt zu einer Behinderung des Qi-

Flusses und damit zu Krankheit. Die Teile des Körpers, insbesondere die Organe, aber auch z.B. das vegetative Nervensystem mit Sympathikus und Parasympathikus lassen sich Yin und Yang zuordnen. Auch der Verlauf einer Erkrankung lässt Rückschlüsse zu: akute Erkrankungen deuten auf ein Dominieren des Yang hin, während chronische oder schleichenden Erkrankungen auf ein Überwiegen des Yin hinweisen.

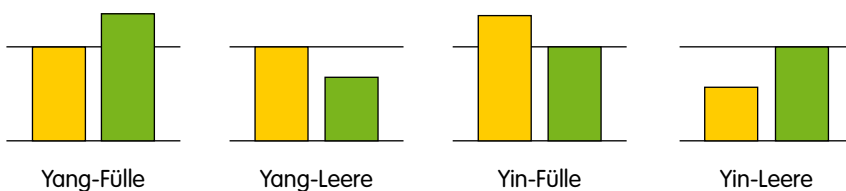
Die TCM kennt äußere und innere krankmachende Faktoren: die sechs äußeren klimatischen Faktoren sind: Wind, Kälte, Wärme, Feuer, Feuchtigkeit, Trockenheit. Die sieben inneren emotionalen Faktoren sind: Zorn, Freude, Sorgen, Grübeln, Trauer, Angst, Schock.

Außerdem kann es durch externe Faktoren wie falsche Ernährung oder Drogen zu Krankheit kommen.

In der Vorstellung der TCM zirkuliert das Qi auf den „Meridianen“, welche die Akupunkturpunkte verbinden. Über die Meridiane werden die Organe mit Qi versorgt. Die Akupunkturpunkte dienen als Schleusen, um das Qi in den Meridianen zu bewegen.

Das diagnostische Vorgehen innerhalb der TCM besteht aus Befragen, Beobachten (auch Hören/Riechen) und Beta-

Abb. 2: Zustände des Ungleichgewichtes von Yin ■ und Yang ■



sten. Wesentliche Unterschiede zur westlichen Medizin bestehen in der Bedeutung von Zunge und Puls als diagnostische Kriterien.

## Die Behandlungsmethoden der TCM

Die TCM bedient sich fünf Behandlungsmethoden:

### Therapiemethoden der TCM

- ▶ Chinesische Arzneimitteltherapie
- ▶ Akupunktur
- ▶ Diätetik
- ▶ Massage (Tuina)
- ▶ Bewegung und Meditation (Qi Gong, Tai Chi)

In China wird am häufigsten die Arzneimitteltherapie, die sich hauptsächlich pflanzlicher Arzneimittel bedient, angewandt. In westlichen Ländern hat sich die Akupunktur stark verbreitet. Neben der traditionell chinesischen Körperakupunktur gibt es zahlreiche andere Akupunkturformen (z.B. Ohrakupunktur, Schädelakupunktur usw.), die allerdings zu anderen Zeiten und Orten entstanden sind und denen andere Erklärungsmodelle zugrunde liegen.

## CE in der Traditionellen Chinesischen Medizin

Die chinesische Medizin kennt die westlichen Diagnosen Morbus Crohn und Colitis ulcerosa nicht. In der TCM werden Erkrankungen, die ähnliche Symptome wie bei CED aufweisen, als „feucht-heißer Durchfall“ bezeichnet. „Feucht“ bedeutet: der Stuhl ist dünnflüssig, während „heiß“ bedeutet, dass der Stuhl eitrig, teilweise blutig ist, begleitet von brennend schmerzhaftem Stuhldrang. Diese Beschreibung trifft besonders auf das Stadium der hohen Krankheitsaktivität, charakterisiert durch starke Bauchschmerzen, eine sehr hohe Stuhlfrequenz, lose schleimig-eitrig Stühle eventuell mit Blutbeimengungen, Brennen im Anus, Fieber usw. zu. Die Zunge ist in diesem Fall oft rötlich mit gelbem, schmierigem Belag und der Puls schnell (Störungsmuster „Ansammlung von Feuchtigkeit und Hitze“).

Demgegenüber treten im Stadium der leichten bis mittleren Krankheitsaktivität oft andere Störungsmuster in den Vordergrund, von denen eines, nämlich die „Milz-Qi-Schwäche“, als grundlegendes Störungsmuster bei Patienten mit CED betrachtet werden kann. Charakteristisch für Patienten mit „Milz-Qi-Schwäche“ sind weiche, eher breiige Stühle, gelegentlich



mit Schleimbeimengung, leicht bis mäßig erhöhte Stuhlfrequenz, Appetitmangel, leichte, ziehende Bauchschmerzen, fahle Gesichtsfarbe; besonders kennzeichnend ist ein ausgeprägtes Müdigkeits- und Abgeschlagenheitsgefühl. Die Zunge ist blass, geschwollen mit Zahneindrücken an den Seitenrändern und der Puls ist ebenfalls schwach.

Leiden die Patienten besonders unter frühmorgendlichen Durchfällen, einem ständigen Kältegefühl begleitet von kalten Füßen und zusätzlich Beschwerden im Lendenwirbelsäulenbereich und den Kniegelenken, so spricht dies im Sinne der TCM für eine Beteiligung des „Nierenfunktionskreislaufes“.

Sind die Patienten leicht reizbar oder depressiv und klagen über eine ständige nervöse Anspannung/innere Unruhe, weist dies im TCM-Sinne auf eine Beteiligung des „Leberfunktionskreislaufes“ hin. Außerdem können bei diesen Patienten oft folgende Symptome beobachtet werden: Druckgefühl im Oberbauch, Verschlechterung bei Stress und emotionaler Anspannung, bitterer Mundgeschmack, bei Frauen Menstruationsschmerzen (Dysmenorrhoe) und Spannungsgefühl in der Brust. Die Zunge kann rote Seitenränder aufweisen, und der Puls ist „saitenförmig“.

Natürlich können nicht immer alle Symptome in ein Störungsmuster eingeordnet werden, jedoch finden sich in den meisten Fällen Leitsymptome, die dem Therapeuten die Einordnung in eines der Störungsmuster erleichtern, wobei man in der Praxis am häufigsten Kombinationen aus o.g. Störungsmustern findet.

Die TCM sieht die Ursachen der bei CED vorkommenden Störungsmuster sowohl in äußeren Faktoren (z.B. Klima- und



Umwelteinflüsse) als auch inneren Faktoren (z.B. emotionale Unausgeglichenheit, erbliche Disposition etc.) begründet. Diese Vorstellung lässt sich sehr gut in Übereinstimmung bringen mit der Hypothese der „Schulmedizin“, die mehrere Faktoren (genetische, immunologische, infektiöse, ernährungsbedingte, psychosomatische Faktoren) für die Entstehung bzw. Aufrechterhaltung der CED verantwortlich macht.

## Studienlage

Während mittlerweile zahlreiche große Studien zu Erkrankungen wie z.B. Knie- und Rückenschmerzen mit positivem Ergebnis vorliegen und die Akupunktur bei diesen beiden Erkrankungen auch von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen wird, liegen für chronische entzündliche Darmerkrankungen leider immer noch nur wenige, kleinere Studien vor. In diesen Studien deutet sich ein positiver Effekt von Akupunktur hinsichtlich der Beeinflussung von Symptomen wie z.B. Bauchschmerzen, Stuhlhäufigkeit, aber auch des Allgemeinbefindens ab (Joos S et al. Digestion 2004; Joos S et al. Scand J Gastroenterol 2006).

Für die Wirksamkeit von chinesischer Arzneimitteltherapie gibt es bisher kaum international anerkannte Studien. In einer kleinen Vorab-Studie zeigte die Verabreichung des chinesischen Arzneimittels *Tripterygium wilfordii* (chin.: lei gong teng) positive Effekte bei Crohn-Patienten (Ren J et al. Dig Dis Sci. 2007). Hinsichtlich der weiteren Therapiemaßnahmen der TCM existieren derzeit noch keine international anerkannten Studien.

## Praktische Hinweise

Alle hier dargestellten Therapiemaßnahmen verstehen sich als begleitende Therapiemaßnahmen. Sie sollten unbedingt unter Beibehaltung der aktuellen medikamentösen Therapie und in Absprache mit dem behandelnden Arzt durchgeführt werden.

## Akupunktur

Nach den Vorstellungen der TCM erfordert die Behandlung chronischer Erkrankungen durch Akupunktur mehrere Behandlungen über einen längeren Zeitraum, was je nach Arzt und Krankheitsbild variieren kann. Auch die Anzahl der

pro Behandlung gestochenen Nadeln ist variabel, im Mittel werden zwischen acht und 18 Punkten gestochen. Die Einstichtiefe variiert mit dem individuell vorliegenden Störungsmuster und der Lokalisation der Punkte zwischen wenigen Millimetern (z.B. Gesicht) und mehreren Zentimetern (z.B. Oberschenkel).

Ausgehend von den obengenannten Störungsmustern wird für jeden Patienten eine individuelle Punktekombination zusammengestellt, die im Laufe der Behandlung – je nach Änderung der Symptomatik – variiert werden kann. Bei Vorliegen bestimmter Störungsmuster kommt zusätzlich eine Behandlung mit Moxa in Frage, besonders wenn die Patienten über ein Frösteln und Kältegefühl klagen. Moxa ist Beifußkraut und wird in der TCM zur Erwärmung bei Kälte-/Mangel-Symptomen verwendet. Es wird meist punktuell über bestimmtem Akupunkturpunkten abgebrannt und verbreitet dabei eine wohlige, milde Wärme.

Akupunktur ist in den Händen gut ausgebildeter Behandler mit ausreichenden anatomischen Kenntnissen nachgewiesenermaßen eine sehr sichere Methode. Nur in seltenen Fällen wurde von ernsthaften Komplikationen bei der Behandlung mit Nadeln berichtet. Einige Patienten berichten über eine ausgeprägte Müdigkeit nach der Behandlung, die zu einer Einschränkung der Verkehrstüchtigkeit führen kann. Darüberhinaus kann es zu einem sogenannten „Nadelkollaps“ kommen, besonders häufig während der ersten Akupunktursitzung und bei sehr ängstlichen und angespannten Patienten. Zur Vermeidung ist darauf zu achten, dass insbesondere die ersten Behandlungen im Liegen erfolgen.



## Chinesische Arzneimitteltherapie

In Deutschland sind chinesische Arzneimittel über ausgewählte Apotheken erhältlich. Hierbei ist es wichtig, auf Qualität und Herkunft der Arzneimittel zu achten, da schon häufiger Fälle von Verunreinigungen der Arzneimittel z.B. mit Schwermetallen auftraten.

## Ernährung

Die chinesische Ernährungslehre basiert wie die Arzneimitteltherapie auf den TCM-Prinzipien. Demnach gibt es im Unterschied zur westlichen Ernährungslehre in der chinesischen Vorstellung keine Ernährungsform, die für alle Menschen gleichermaßen gesundheitsfördernd bzw. -erhaltend ist. Ebenso gibt es auch keine typische Ernährungsempfehlung für Patienten mit CED, sondern diese leiten sich individuell aus dem zugrunde liegenden Störungsmuster ab.

## Tai Chi/Qi Gong

Auch wenn zum jetzigen Zeitpunkt noch keine Studien zur Wirksamkeit von Qi Gong oder Tai Chi bei CED vorliegen, kann



*Dr. med. Stefanie Joos  
ist Fachärztin für Allgemeinmedizin  
an der Abteilung Allgemeinmedizin &  
Versorgungsforschung des Universitäts-  
klinikums Heidelberg.  
E-Mail: stefanie.joos@med.uni-heidelberg.de*

ein positiver Einfluss durch Bewegung und entspannungsfördernden Effekte von positiven Studienergebnissen bei anderen Erkrankungen abgeleitet werden. Somit sind diese Verfahren in der begleitenden Therapie der CED zum jetzigen Zeitpunkt durchaus zu empfehlen.



**Die Traditionelle Medizin (TCM) ist eine Zusammenfassung verschiedener, auf detaillierten Beobachtungen von Natur und Mensch gründenden Lehrmeinungen, die von Taoismus und Konfuzianismus geprägt sind. Das grundlegende Konzept der TCM ist die Vorstellung einer einheitlichen „Lebensenergie“. „Krankheit“ ist die Behinderung des Flusses dieser Lebensenergie. Hinsichtlich der Wirksamkeit bei CED gibt es erste, positive Studien zur Akupunktur. Zu den weiteren Therapiemaßnahmen der TCM existieren derzeit noch keine international anerkannten Studien.**