

Verdauungsstörungen: Behandlung durch Chinesische Medizin

Eine 35-jährige Frau beklagt sich über brennende Bauchschmerzen nach dem Essen. Sie arbeitet als Chefsekretärin in einer Grossbank und isst deswegen unregelmässig, oft auch spätabends. Bei Geschäftsessen trinkt sie regelmässig Alkohol, schläft dann schlecht und zu meist auch wenig. Die Freizeitaktivitäten kommen zu kurz. Sie leidet zusätzlich unter unruhigem Schlaf mit Nachtschweiss und Hitzewallungen. Weitere Symptome: bitteres Aufstossen, Druck im Oberbauch, Übelkeit, und Blähungsgefühl; mittlerweile auch unabhängig von der Nahrungsaufnahme. Die Zunge zeigt einen geröteten Körper mit einem dicken, gelben Belag, der sich teilweise abschält. Der Puls ist beschleunigt. Ihr Hausarzt stellt eine chronische Gastritis fest.

Aus Sicht der chinesischen Medizin, liegt hier ein Magen-Feuer mit Yin-Mangel vor. Die brennenden Schmerzen, das bittere Aufstossen, der rote Zungenkörper und der schnelle Puls zeigen deutlich das innere Feuer. Diese Hitze verbraucht das Yin und die Magenflüssigkeiten. In diesem Fall benutzt die Chinesische Medizin geeignete Kräuterrezepturen. Zum Zuge kommen vor allem kühlende und befeuchtende Kräuter. Die Akupunktur kann hier unterstützend eingesetzt werden, um z.B. die Schlafsituation und das Schwitzen wieder in den Griff zu kriegen. Wichtig ist ausserdem eine vernünftige Ernährung, ein geregelter Tagesablauf und die Vermeidung von Stress. Auch diese Punkte werden in der Behandlung besprochen.

Zum Thema Verdauungsstörungen gibt es noch viele andere Symptome: Durchfall, Verstopfung, Übelkeit, Erbrechen, Schmerzen im Ober- oder Unterbauch, Appetitlosigkeit, Wechselstühle, etc. Fast immer liegen diesen Symptomen Fehler in der Ernährung zugrunde. Die Chinesische Medizin beschäftigt sich sehr stark mit der Ernährungslehre. Der Patient bekommt Ratschläge zu bestimmten Nahrungsmitteln und deren Zubereitung. Nebst der erwähnten Ernährung können auch Stress, mangelnde Bewegung, emotionale Faktoren oder auch organische Störungen für Verdauungsbeschwerden verantwortlich sein. Die Behandlungsdauer und der Erfolg ist hier sehr abhängig von der Mitarbeit des Patienten. Teilweise können aber auch schon kleine Umstellungen in der



Jürg Wilhelm, Carmen Rieder Bickel und Reto Turnell (von links).

Ernährung und im Arbeitsalltag zu gutem Erfolg führen.

In der Ausgabe vom 5. November 2008 erscheint der nächste Medizinische Ratgeber zum Thema: Chinesische Medizin und Rheuma.

Für weiter Informationen wenden Sie sich bitte an: Reto Turnell, 079 507 10 02, Jürg Wilhelm, 081 253 09 09 oder Carmen Rieder Bickel, 081 253 01 09; Regierungsplatz 30, 7000 Chur