

Medizinischer Ratgeber ■**Depressionen: Behandlung mit Chinesischer Medizin**

«Man sieht nur mit dem Herzen gut, das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar» (Zitat aus «Der kleine Prinz»).

Redewendungen wie z. B. «einen Entscheid schweren Herzens treffen», «Herzklopfen haben», «etwas aus tiefstem Herzen empfinden» oder «Herzschmerzen haben» zeigen den Zusammenhang von Emotionen mit dem Herzen.

In unserer westlichen Welt liegt die Betrachtungsweise des Herzens einerseits auf der organisch-physiologischen Ebene, andererseits jedoch auf der emotional-psychologischen. In der chinesischen Medizin hingegen existiert diese strikte Trennung nicht. Aus diesem Grund spricht man nicht vom «Organ» Herzen, sondern von einem sogenannten «Funktionskreis». Dieser beinhaltet diverse Aufgaben: Als

«Lenker des Blutes» fördert er die Blutzirkulation, ist der Sitz des Shen (Geist-Seele, welches die physischen und psychischen Funktionen eines Menschen regelt); er bewegt die Zunge (und ermöglicht somit das Sprechen), er widerspiegelt sich in den Augen (und vermittelt uns klares Denken und einen klaren Blick). Der Shen wird in der Chinesischen Medizin der Wandlungsphase des Feuers (Sommer, Süden, Hitze, rot) zugeordnet.

Aus dieser ganzheitlichen Betrachtungsweise geht hervor, dass sich aus einer psychischen Erkrankung körperliche Symptome entwickeln können oder umgekehrt: Dass sich ein körperliches Leiden negativ auf die Psyche auswirken kann.

Ein Beispiel: Existenzangst, Verlust der Arbeitsstelle, eine chronische Erkrankung, Einsamkeit

oder Überforderung können den Funktionskreis Herz schwächen. Somit kann auch der Shen seine Aufgabe als Koordinator zwischen Psyche und Physis nicht mehr erfüllen. Dies wiederum führt zu Symptomen wie Herzklopfen, Schlafstörungen, Angstzustände, muskulären Verspannungen oder Schmerzen. Dies entspricht einer Form von Depression. Bei schwerem Krankheitsbild ist es wichtig und sinnvoll, die Chinesische Therapie mit einer Psychotherapie zu koordinieren.

Die Chinesische Medizin gleicht einerseits die organischen Schwächen aus, andererseits stärkt und belebt sie den Shen. Neben der Hilfe mit Akupunktur und chinesischen Kräutern ist auch das persönliche Gespräch mit dem Patienten von grosser Bedeutung. Zusätzlich wird dem



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

Patienten Bewegung empfohlen (Tai Ji, Qi Gong, Yoga oder allgemeiner Sport)

In der Ausgabe vom 14. Januar 2009 erscheint der nächste Medizinische Ratgeber zum Thema Schwangerschaft.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an: Reto Turnell (079 507 10 02), Carmen Rieder Bickel (081 253 01 09) oder Jürg Wilhelm (081 253 09 09), Regieplatz 30, 7000 Chur.

■ Nutzen Sie den Winter ... für Ihre Schönheit

Für die Qualität von Beratung und Behandlung garantiert Claudia Bützer.

Immer mehr Leute wenden sich an ihren Experten wie an einen vertrauten Freund, wenn es um die Ästhetik ihrer Haut geht. Kein Wunder, wer wünscht sich nicht eine makellose Haut, gute Ausstrahlung und ein attraktives, gesundes Aussehen.

Die «elos»-Technologie hat sich seit vielen Jahren uneingeschränkt für den Einsatz bei einer Vielzahl medizinischer und auch kosmetischer Indikationen bewährt. Im Gegensatz zu anderen Systemen ist «elos» eine innovative Technologie, die Haare aller Farben auf allen Hautoberflächen, inklusive gebräunter Haut eliminiert.

Um eine dauerhafte Haarentfernung, mit dem «elos»-System bei «aesthetic-cosmetic» realisieren zu können, bedarf es mehrerer Anwendungen.

Das Zielgewebe wird durch den Energiestrom erhitzt und die Haarfollikel zerstört. Die Radiofrequenz umfließt den Follikel, heizt ihn auf und entfernt so die Haarwurzel. Diese Methode ist medizinisch getestet und wird weltweit von Ärzten und Dermatologen empfohlen.

Natürliche Schönheit

Schönheitsideale wandeln sich im Laufe der Zeit – genauso wie das Gesicht des Menschen mit zunehmendem Alter. Restylane® ermöglicht eine natürliche Faltenunterspritzung mit einer körpereigenen, natürlichen Substanz und ist ein kristallklares, nicht-animales, biologisch abbaubares Gel, das auf der natürlichen Substanz Hyaluronsäure basiert.

Das Gel wird mit einer sehr dünnen Nadel in winzigen Mengen in die Haut injiziert. Das Ergebnis ist unmittelbar sichtbar und verleiht Ihnen lang anhaltende und natürliche Schönheit. Eine Nachfolgebehandlung bei Gesichtslinien und Konturierung sind in der Regel erst nach 12 Monaten und der Lippenaufbau nach 6 Monaten erforderlich. Mit Restylane® können Sie

auf natürliche Weise und mit sofort sichtbarer Wirkung so jung aussehen wie Sie sich fühlen. Restylane® gibt der Haut Volumen zurück, verbessert ihre Elastizität und glättet störende Unregelmässigkeiten.

Seit 1996 wurden mehr als zehn Millionen Menschen in über 70 Ländern weltweit erfolgreich mit Restylane® behandelt.

In einer ausführlichen und kostenlosen Beratung im Vorfeld wird der individuelle und genaue Behandlungsablauf mit der Expertin besprochen und festgelegt. Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

In der Arztpraxis:

**Dr. med. E. Haller Espinoza
Vazerolgasse 19, 7000 Chur
Beratung und Termine unter
Telefon 081 740 00 66 oder
www.aesthetic-cosmetic.ch**