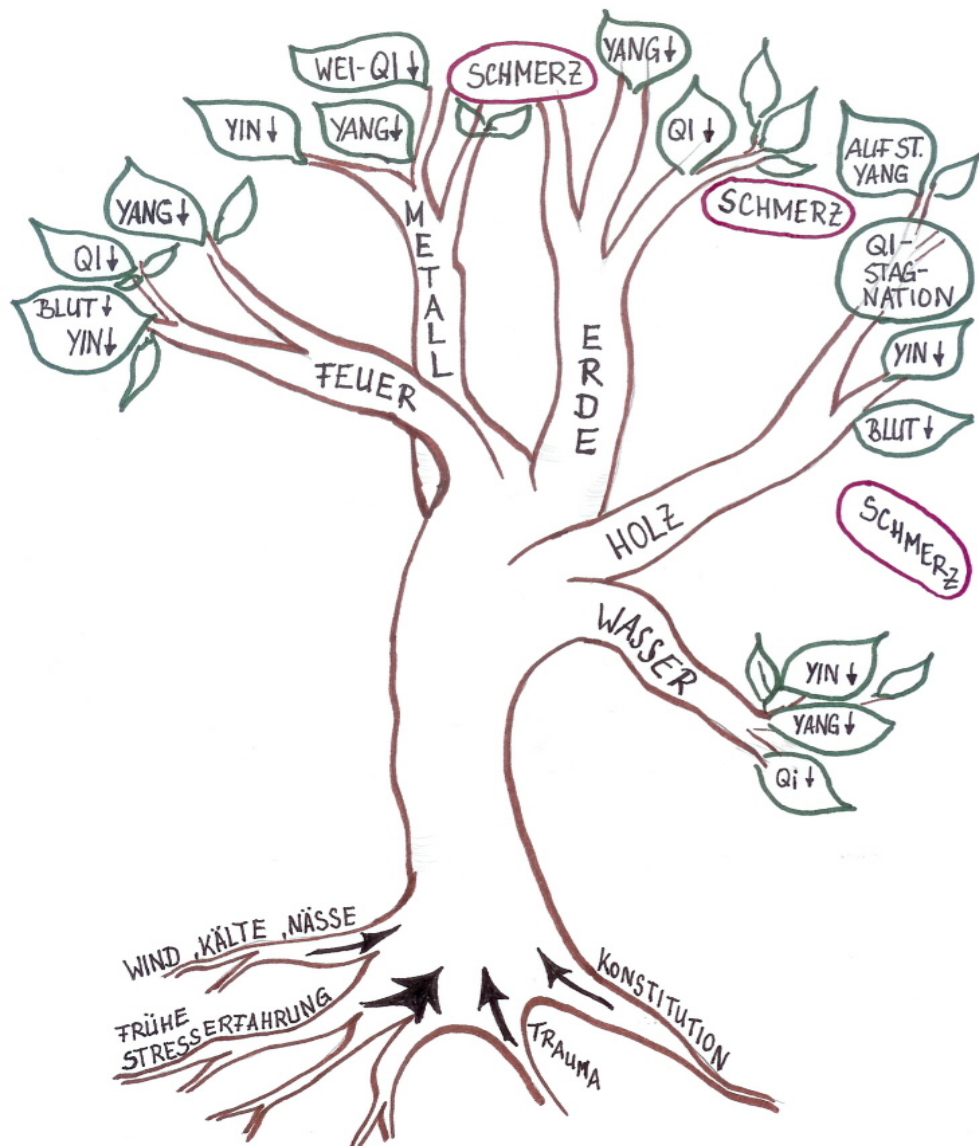


# Wurzeln so breit wie die Krone ?

*Eine Betrachtung zum Umgang mit der Fibromyalgie  
in der Akupunktur*



*Diplomarbeit zum Abschluss der Akupunkturausbildung im  
Ausbildungszentrum Nord (Kiel), April 2008*

*Birgit Alms – Heilpraktikerin/Physiotherapeutin  
Saxtorfer Weg 91 - 24340 Eckernförde*

# ***WURZELN SO BREIT WIE DIE KRONE?***

## ***Eine Betrachtung zum Umgang mit der Fibromyalgie in der Akupunktur***

### **Inhaltsverzeichnis:**

<b>1.</b>	<b><i>Einleitung</i></b> .....	<b>2</b>
<b>2.</b>	<b><i>Schulmedizinische Ansichten</i></b> .....	<b>3</b>
	<b>2.1</b> <i>Begriffsbestimmung</i> .....	<b>3</b>
	<b>2.2</b> <i>Das variable Erscheinungsbild</i> .....	<b>5</b>
	<b>2.3</b> <i>Allgemein übliche Therapieformen (in der Schulmedizin)</i> .....	<b>6</b>
	<b>2.4</b> <i>Suche nach dem Ursprung</i> .....	<b>8</b>
<b>3.</b>	<b><i>Blickwinkel Chinesische Medizin</i></b> .....	<b>11</b>
	<b>3.1</b> <i>Fibromyalgie – eine definierbare Krankheit?</i> .....	<b>11</b>
	<b>3.2</b> <i>Vergleich: Bi-Syndrom – Fibromyalgie</i> .....	<b>12</b>
	<b>3.3</b> <i>Zuordnung zu den Wandlungsphasen</i> .....	<b>13</b>
	<b>3.4</b> <i>Therapievarianten in der Chinesischen Medizin</i> .....	<b>15</b>
<b>4.</b>	<b><i>Wurzeln und Zweige</i></b> .....	<b>17</b>
	<b>4.1</b> <i>Unterscheidung</i> .....	<b>17</b>
	<b>4.2</b> <i>Wurzeln erkennen und einen Behandlungsansatz finden</i> .....	<b>18</b>
	<b>4.3</b> <i>Wirkung der Antiken Punkte und anderer Punkte in der Schmerztherapie, verbunden mit psychischen Aspekten</i> .....	<b>23</b>
	<b>4.4</b> <i>Kann eine gesunde Innen-Außen-Beziehung eine (erreichbare) Lösung sein?</i> .....	<b>31</b>
<b>5.</b>	<b><i>Schlussbemerkung</i></b> .....	<b>33</b>
<b>6.</b>	<b><i>Literatur/Quellenangaben:</i></b> .....	<b>34</b>

# 1. Einleitung

**Fibromyalgie – dieses Wort geistert in den letzten Jahren zunehmend durch die medizinische Fachliteratur, durch Apothekenzeitschriften, Patientenratgeber und Gesundheitssendungen. Fast schon wirkt es auf den Laien wie eine Modeerkrankung, doch ganz so einfach ist es nicht.**

**Viel Augenmerk wurde auf die Definition und die Einordnung gelegt, es wurde und wird untersucht und gesucht, es wurden Studien durchgeführt und dennoch, eine Problemlösung ist nicht wirklich in Sicht.**

**Je intensiver man sich mit dem Thema befasst, desto mehr hat es den Anschein, als sei es tatsächlich eine Ansichtssache, der Betrachter entscheidet sich für einen Blickwinkel und versucht aus diesem heraus alle Phänomene, die dieses „Chamäleon“ in der Medizin aufweist, zu erklären und zu behandeln.**

**Doch kann das funktionieren? Was macht es so schwer, in diesem Fall ein Schema zu finden, in das man doch so gern jede Erkrankung einordnen würde? Hat man sich möglicherweise in einen Begriff verbissen und dabei übersehen, dass es nicht um eine in sich abgegrenzte, konkret definierbare (wie die Schulmedizin sie nun einmal braucht) Erkrankung geht, sondern um eine gravierende Störung im System Mensch, die sich sehr individuell zeigen kann oder sich verstecken mag, die nun einmal nicht ausbricht, wie eine Infektionskrankheit, sondern langsam entstanden und gewachsen ist, sich am schwächsten Punkt manifestiert hat und in Zeiten größerer Angreifbarkeit in Erscheinung tritt?**

**In der Schulmedizin sind viele Informationen zusammengetragen, physiologische, biochemische, hormonelle, psychologische Aspekte beleuchtet und die unterschiedlichsten Wege in der Therapie beschritten worden. Aber auch die alternative Medizin kommt nicht umhin, sich mit der Fibromyalgie auseinander zu setzen, suchen doch immer mehr Patienten Hilfe auf naturheilkundlichen Wegen, wenn sie das Gefühl haben, allein mit vielen unerklärlichen Problemen und einer Reihe von Medikamenten im Schrank in einer „Endlos-Warteschleife“ gestrandet zu sein.**

**Auch die Chinesische Medizin kannte bereits vor Jahrtausenden Krankheitsbilder mit Müdigkeit und Erschöpfung. Schmerz ist in ihr ebenfalls kein unbekannter Begriff und so wird heute auch auf ihrer Grundlage versucht, eigene und neue Wege zu beschreiten, Behandlungskonzepte zu erstellen, Erklärungen zu finden. In den Klassikern wird man konkret nicht so einfach etwas dazu aufspüren, ist doch der Begriff Fibromyalgie ein Produkt der Neuzeit. Aber es lohnt sich gewiss, dort nach Ansätzen Ausschau zu halten, denn die alten Prinzipien und Betrachtungsweisen, wie auch die Lösungswege, haben immer wieder gezeigt, dass sie „über ihre Zeit hinaus“ durchaus einen aktuellen Bezug haben und zu neuen Einsichten führen können.**

**„Hebt man den Blick, so sieht man keine Grenzen.“**

**... heißt es in einer japanischen Weisheit. Ein gutes Argument dafür, auf der**

*Suche nicht zu sehr festgelegt zu sein, sondern verschiedenen Seiten Gehör zu schenken und so soll diese Betrachtung auch nicht der Weisheit letzter Schluss sein. Sie erhebt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit und schon gar nicht auf Übereinstimmung mit den vielen verschiedenen, mehr oder weniger verbreiteten Ansichten. Dies ist der Versuch eines Brückenschlages zwischen Erkenntnissen und Erfahrungen aus der Schulmedizin (kausaler Analytik) und ganzheitlicher Betrachtung, um möglicherweise Wurzeln aus Sicht der Chinesischen Medizin ausgraben und Behandlungsmöglichkeiten für die Akupunktur ableiten zu können. Die nähere Beschäftigung mit dem Thema wirft allerdings immer neue Fragen auf.*

*Ist Fibromyalgie nur ein Syndrom der Neuzeit, ein Produkt moderner Zivilisation mit all ihrer Hektik, Überarbeitung und Entfernung von sich selbst? Wo kommt sie überhaupt vor? Warum reagieren Patienten so unterschiedlich auf Behandlungen?*

## **2. Schulmedizinische Ansichten**

### **2.1 Begriffsbestimmung**

*In den achtziger Jahren etwa stellte man in den USA fest, dass immer mehr Patienten mit anhaltenden Schmerzen und Beschwerden die Arztpraxen frequentierten, für die man nicht so einfach eine Erklärung finden konnte. Charakteristisch war die Angabe von Schmerzen überall, begleitet von einer Vielzahl verschiedenster, scheinbar unzusammenhängender Symptome, die dazu führten, dass die Patienten im Laufe der Diagnostik eine lange und häufig entmutigende Odyssee durch sämtliche Facharztbereiche absolvierten. Viele aufwändige Untersuchungen wurden durchgeführt, ohne nachweisliche Veränderungen feststellen zu können. Bildgebende Verfahren, Laborwerte – nichts schien den Schmerz zu erklären. Entzündungszeichen waren nicht erkennbar, degenerative Veränderungen in erklärendem Ausmaß nicht zu sehen. Hinzu kam, dass die begleitenden Symptome sehr individuell waren und nicht in ein Schema passten.*

*Orthopäden, Rheumatologen, Neurologen, Anästhesisten, Hals-Nasen-Ohren-Ärzte, Internisten, Gynäkologen, Urologen, Endokrinologen, Psychologen ... und sicher noch einige andere mehr suchten, ein jeder in seinem Bereich, nach Erklärungsmodellen und jeder fand auch irgendetwas auf seinem Gebiet, aber so richtig greifbar und zusammenhängend wurde es dennoch nicht.*

*Aufgrund des Schmerzes als Leitsymptom stufte man die Störung zunächst als rheumatische Erkrankung ein. Da aber am Skelettsystem keine wesentlichen Veränderungen sichtbar zu machen waren und die Schmerzlokalisierung zum Teil wandernd, aber überwiegend im Bereich der Muskulatur und deren Ansatzstellen angegeben wurde, war Weichteilrheuma lange Zeit der prägende Begriff.*

*Aufgrund fehlender Entzündungszeichen nannte man es schließlich*

*“Nicht entzündliches Weichteilrheuma“. Da eine Vielzahl der Betroffenen besonders auch über Erschöpfung, Stimmungsschwankungen, depressive Verstimmung und Schlafstörungen klagte, neigte man dann dazu, eine psychische Erkrankung*

*hinter den Beschwerden zu sehen, was dazu führte, dass sich die Patienten oft nicht ernst genommen fühlten. Wenn man keine Ursache für die Beschwerden sichtbar machen kann, dann scheint es wohl doch Einbildung zu sein, so die logische Schlussfolgerung. Daran änderte auch die Tatsache nichts, dass diese Störung dann einen Namen bekam, der Hauptbeschwerde zufolge:*

### **Fibromyalgie**

*(zusammengesetzt aus: Fibro=Faser, mys=Muskel, algos=Schmerz, ia=Zustand)*

*Viele Definitionen wurden erstellt, die eine oder andere wurde ergänzt, reduziert, berichtigt oder verworfen. Als Beispiel sei hier eine recht allgemein beschreibende Form ausgewählt, wie man sie in Nachschlagewerken wohl am häufigsten finden kann:*

**Fibromyalgie ist eine nicht entzündliche, chronische, sehr schmerzhaftes Erkrankung im Bereich der Muskeln und Sehnenübergänge. Charakteristisch sind Schmerzen im gesamten Bewegungsapparat, ausgedehnt auf mindestens drei Quadranten, mindestens seit drei Monaten.**

*Es sei hinzugefügt, dass früher festgelegte Kriterien (1990 vom ACR, dem American College of Rheumatologie) zur Klassifizierung der Fibromyalgie dazu führten, dass viele Patienten mit Schmerzen im muskulo-skelettalen Bereich in einer diagnostischen und therapeutischen Schublade landeten, die ihnen versicherungstechnisch viele Schwierigkeiten bescherte und aus der sie auch nicht so einfach wieder herauskamen. Besonders die 1990 von Wolfe et.al. aufgestellte These, dass beim Nachweis einer erhöhten Druckschmerzhaftigkeit an 11 von 18 charakteristischen Tenderpoints (überwiegend Punkte im Bereich von Muskelansatzstellen und Muskel-Sehnen-Übergängen) Fibromyalgie gesichert sei, ist immer noch ein beliebtes „Beweismittel“ und wird zur Diagnostik verwendet, obwohl dies von Wolfe selbst inzwischen revidiert wurde. Mittlerweile ist aber auch bekannt, dass die verstärkt schmerzhaften Druckpunkte ebenfalls bei ansonsten gesunden Menschen oder nach starker körperlicher Belastung bzw. Sport vorkommen können. Die bekannten „drei Grazien“ der DFV e.V. (Deutsche Fibromyalgie -Vereinigung) mit ihren Schmerzpunkten tauchen trotzdem in fast jeder Veröffentlichung zu diesem Thema auf.*

*„Myofaszialer Schmerz“ ist eine weitere, durch Dr. C. Chan Gunn allmählich mehr verbreitete Bezeichnung für das Hauptproblem der Störung, die sich nicht dem Zwang unterordnet, alle Beschwerden unter einen Begriff zu stellen und ein eigenes Krankheitsbild daraus machen zu wollen (siehe Dr.C.Chan Gunn 1996: Die Behandlung chronischer Schmerzen nach Gunn).*

*Die Bezeichnung lässt Raum für die Möglichkeit, ein Symptom im Rahmen einer generalisierten Störung zu sein.*

*Eine enge Verwandtschaft sieht man zwischen Fibromyalgie-Syndrom und dem Chronic Fatigue Syndrom, dem chronischen Müdigkeitssyndrom, dessen Name bereits früher, im Zusammenhang mit der Untersuchung und Weiterentwicklung des Neurasthenie-Begriffes, auftauchte. Während im ähnlichen Symptomenkomplex des Chronic Fatigue Syndromes Müdigkeit und Erschöpfung die deutlichsten Zeichen liefern, ist es bei der Fibromyalgie der generalisierte Schmerz im Bereich der Muskeln und Sehnen (Dr. med. Siegbert Tempelhof: Fibromyalgie). Mittlerweile gibt es in Deutschland mehr als 2,5 Millionen Patienten mit der*

*Diagnose Fibromyalgie, in deutlicher Überzahl (80-90%) Frauen. Auffallend ist das Auftreten der Beschwerden hauptsächlich zwischen dem 35. und 55. Lebensjahr. Aber auch im Kinder- und Jugendalter findet man beunruhigenderweise zunehmend das Phänomen stark beeinträchtigender, anhaltender Gelenk- und Muskelschmerzen, begleitet von vegetativen Beschwerden, jedoch ohne objektivierbare Befunde. Der hier verwendete Terminus: generalisiertes Schmerzverstärkungssyndrom erscheint sehr zutreffend und angebrachter als „juvenile Fibromyalgie“ oder gar die wieder hervorgeholte irreführende Bezeichnung „Weichteilrheumatismus“ (M. Richter und R. Häfner :“Schmerzverstärkungssyndrome“ in Naturheilpraxis 05/2007).*

*Nach Prof. D. J. Clauw (Washington) ist Fibromyalgie eine generalisierte Störung der Schmerzverarbeitung, die sich am Muskel zeigt, aber deren Ursache im ZNS liegt (wofür auch die fehlende Wirkung der peripher wirksamen Analgetika gegenüber dem relativen Erfolg zentral wirkender spricht) (aus Martina Räke: „Fibromyalgie erfolgreich behandeln“).*

*Obwohl erfahrungsgemäß die meisten Fibromyalgie-Patienten verstärkt Probleme bei Feuchtigkeit und Kälte haben, scheint der klimatische Lebensraum nicht grundsätzlich eine Rolle zu spielen, denn Patienten gibt es sowohl in Deutschland wie in den USA, in Kanada, Südamerika, Skandinavien, Spanien, Teneriffa...*

## **2.2 Das variable Erscheinungsbild**

*Gibt es den typischen Fibromyalgie- Patienten? Manchmal möchte man es meinen, doch sollte man sehr vorsichtig mit einer Pauschalierung sein. Es mag Ähnlichkeiten geben, aber eine völlige Übereinstimmung findet sich kaum. Jeder Patient, dem diese Diagnose gestellt wurde, hat in der Regel eine Schmerzkarriere von 3-7 Jahren hinter sich, eine zermürbende Zeit der Suche nach Ursachen und nach Hilfe. Da vielfach keine nennenswerten Behandlungserfolge zu verzeichnen waren, stellten sich die Betroffenen häufig selber die Frage, ob sie sich das alles nur einbildeten. Der größte Fehler, der immer wieder gemacht wird, ist das „Nicht ernst nehmen“ von Schmerz („weil ja kein echter Grund vorhanden ist“). Eine weitere Schwierigkeit ist die Therapeutenermüdung bei ausbleibendem Behandlungserfolg. Objektiv und trotzdem problemnah zu bleiben mag manchmal schwer fallen, aber man sollte nie vergessen, Schmerzen haben die Patienten wirklich, und sie leiden darunter. Ihre Lebenseinstellung, ihre Arbeit, ihre sozialen Bindungen, ihre familiären Strukturen werden beeinflusst und zwar nie im positiven Sinne.*

*Im Allgemeinen besteht das erstgenannte Problem fast immer im chronischen Schmerz, der verschiedene Intensität, Lokalisation und Qualität aufweisen kann. Hinzu kommt möglicherweise eine Vielzahl von Symptomen in den unterschiedlichsten Bereichen. Häufig treten schnelle körperliche und/oder mentale Ermüdbarkeit, Erschöpfung, Antriebslosigkeit, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen, auch depressive Zustände, Angst, Kopfschmerzen, Konzentrationsstörungen, Morgensteifigkeit, Mundtrockenheit, häufiger Harn-drang, Störungen im Magen-Darm-Trakt (weiche Stühle, Durchfall, Verstopfung, Blähungsneigung), Hitzewallungen, Kältegefühle, erhöhte Infektanfälligkeit, Herzrhythmusstörungen, Atemnot, Menstruationsstörungen, Schwellungsgefühle,*

*Tinnitus, Gedächtnisstörungen und anderes mehr auf und verwirren sowohl den Betroffenen, als auch den Betrachter bzw. den Behandler.*

*Erschwerend kommt hinzu, dass es ein reines „Fibromyalgie-Bild“ scheinbar nicht gibt, denn die Patienten haben, wenn die Diagnose gestellt wird, in der Regel neben den verschiedenen Ausprägungsformen auch schon einen längeren, beeinflussten Weg hinter sich. Therapieversuche, Vorerkrankungen, bestimmte Lebensphasen spielen eine Rolle (z. B. Wechseljahre), und nicht zuletzt kann die Einnahme verschiedener Medikamente das klinische Bild verändern und mit ihren Nebenwirkungen sogar neue Probleme hinzufügen.*

### **2.3 Allgemein übliche Therapieformen (in der Schulmedizin)**

*Es liegt nahe, dass diese Vielfalt des Erscheinungsbildes die Entscheidung für eine Behandlung nicht einfach macht. Manches scheint nicht zusammenzupassen oder wirkt wie der Folgezustand eines anderen Symptoms. Wie passen die psychischen Zeichen da hinein? Deutlich wird an dieser Stelle, dass die Suche nach den Ursachen eine Schlüsselrolle spielen muss, wenn man eine effektive Therapie durchführen möchte, doch darauf soll etwas später eingegangen werden. Viele Fragen bleiben offen, aber es besteht Handlungsbedarf und so beginnt man einfach dort, wo der Schuh zunächst am meisten drückt, und das ist in der Regel im Bereich des Schmerzes.*

#### **Medikamente**

*kommen natürlich in der Schulmedizin zum Einsatz. Hier seien nur einige genannt, denn die Bandbreite ist recht groß:*

- *Neuroleptika (z.B. Haloperidol) mit dem Ziel, Nervenschmerz und Schlaf zu beeinflussen*
  - *Zentral wirkende Antidepressiva (z.B. Amitriptylin, Saroten, Imipramin, Trimipramin) meistens niedrig dosiert, um den Schmerz über die Entspannung zu mildern*
  - *Nichtsteroide Antirheumatika (z.B. Ibuprofen, Diclofenac) mit dem Gedanken, Entzündungen zu hemmen (allerdings mit wenig Erfolg, weil Entzündungen nicht vorhanden sind, dafür aber mit nicht unerheblichen Nebenwirkungen)*
  - *Zentral wirkende Analgetika (z.B. ASS, Acetaminophen, Codein) mit dahinter stehender Suchtgefahr und Neigung zu Schmerzrezidiven*
  - *Muskelrelaxanzien (z.B. Diazepan) mit Tendenz zur Gewöhnung*
  - *Entgiftungspräparate (z.B. Guaifenesin) zur Schwermetallausleitung*
- u. a.*

*Die medikamentöse Therapie ist sehr symptomorientiert, bringt aber zu selten eine wirkliche bzw. eine dauerhafte Besserung der Beschwerden. Nach Absetzen der Medikamente erscheint das Problem erneut, so dass eine Dauermedikation erforderlich scheint. Eine andere Variante ist vielleicht das Erreichen einer*

*Schmerzreduzierung, im Gegenzug dafür treten aber verstärkte Müdigkeit, Schlafstörungen, Schweißausbrüche und andere Zeichen, dem Variantenreichtum der möglichen Nebenwirkungen entsprechend, auf.*

## **Physiotherapie/ Aktivität/ Sport**

*Dies ist die nächste wichtige Stütze in der Behandlung, die nebenwirkungsarm und überschaubar ist, häufig eingesetzt wird, (wenn es das Budget erlaubt) und lindernd wirken kann. Nicht immer aber ist sie so erfolgreich, wie es wünschenswert wäre.*

*Auf ihrem Sektor kann man fast die ganze Bandbreite der Möglichkeiten zur Anwendung bringen. Da man erkannt hat, dass regelmäßige Bewegung in angepasstem Ausmaß vielen Patienten gut tut, ist dosierte Bewegungstherapie, die auch Dehnung, Konditionierung, Stabilisierung und Entspannung beinhaltet, ein Mittel der Wahl. Überlastung und leistungsorientiertem Sport folgt im Anschluss oft eine Schmerzverstärkung. Sanfte Bewegungsformen, wie Tai Ji, Qi Gong, Yoga, Wassergymnastik usw. haben enorm an Bedeutung zugenommen, spezielle Programme für Fibromyalgie-Patienten wurden entwickelt. Atemtherapie, Manuelle Therapie, Massage (auch hier eher dosiert, denn so mancher Patient reagiert extrem empfindlich), spezielle Bindegewebsstechniken, Reflexzonentherapien, Lymphdrainage, Wärme- oder Kälteanwendungen, Bäder, Elektrotherapie können sehr hilfreich sein. Vorsicht ist aber immer geboten, denn jeder Betroffene reagiert anders und der Einzelne je nach Tagesform auch noch unterschiedlich.*

*Eigeninitiative ist auf dem sportlichen Sektor sinnvoll, empfohlen sind hier angepasste Bewegungsformen, wie Walking, Nordic Walking, Schwimmen, Aqua-Jogging, Radfahren - optimalerweise 2-3x in der Woche für 30-60 Minuten, um auf diesem Wege die Schmerzschwelle und -toleranz günstig zu beeinflussen.*

## **Psychotherapie**

*Ihr wird nach wie vor große Bedeutung beigemessen, allerdings bekommen immer noch viel zu selten Patienten die Gelegenheit zu direkter Einzeltherapie (was wohl eher ein Problem des Gesundheitssystems als der Erkenntnis ist).*

*Verhaltenstherapien zur Verbesserung des Umgangs mit Stress und Schmerz, sowie Entspannungstechniken werden manchmal erst bei Kuraufenthalten zum Einsatz gebracht. Kontakte in Selbsthilfegruppen unterstützen dabei, soziale und informative Schwierigkeiten besser zu meistern.*

*Persönlich meine ich, dass gerade im psychischen Bereich das größte, aber auch das am schwierigsten zu aktivierende Potential für den Umgang mit diesen Patienten liegt. Auf Grund der Dauer des Geschehens sind Verhaltens- und Kompensationsmechanismen in Kraft getreten, die einen direkten Zugang zum Problem oft nicht mehr zulassen. Die Patienten erscheinen sehr bedürftig nach Zuwendung und erfahren in der Therapie, dass man sich um sie kümmert, weil sie Schmerzen haben (obwohl gerade der Schmerz sie in soziale, berufliche, familiäre Außenseiterposition gebracht hat) – die direkte Umgebung ist ihrer Probleme oft überdrüssig, die Medizin nimmt sich ihrer noch an! Was aber würde geschehen, wenn der Schmerz plötzlich doch verschwindet? Wie denken sie darüber und – macht es ihnen Angst? Immer wieder stellt man als Therapeut fest, dass sich*



*am Schmerzbild etwas verändert hat, ohne dass es den Patienten bewusst wird, manchmal ist es mit Hilfe der Schmerzskala aufzuzeigen oder es wird erst durch gezieltes Nachfragen bewusst. Dann sind die Patienten überrascht, und zur nächsten Behandlung tut nicht selten etwas anderes weh oder ein anderes Problem steht im Vordergrund. Es scheint manchmal eine Art Festhalten am Schmerz zu existieren, vielleicht, weil er es ist, der dem Leben eine Struktur zu geben vermag. Auch Veränderungen hinsichtlich der Müdigkeit oder des Schlafverhaltens werden häufig gar nicht wahrgenommen. Dem liegt mit Sicherheit keine Absicht zugrunde, es läuft im Allgemeinen sehr unbewusst ab und verdeutlicht die komplizierte Situation der Dauerschmerz-Patienten.*

*Schmerzen machen Stress und Stress wiederum verstärkt Schmerzen. Aber wie, wo, und wann es begonnen hat und warum alles diesen Weg eingeschlagen hat, ist noch immer nicht geklärt.*

## **2.4 Suche nach dem Ursprung**

*Diese Frage beschäftigt nach wie vor eine Reihe Forschender und die Menge der im Laufe der Jahre hervorgebrachten Antworten füllt Bände. Sie sind zum Teil hoch wissenschaftlich, manchmal etwas emotional und auch schon mal spekulativ. Schulmedizinisch gilt die Ursache als nicht geklärt. Anfänglich vermutete genetische Auslöser konnten ebenso wenig nachgewiesen werden wie eine eindeutige familiäre Häufung (sollte diese trotzdem aufgetreten sein, brachte man sie eher mit prägenden innerfamiliären Verhaltensmustern zusammen). Einfache Erklärungen wie Fehlhaltungen, statische Probleme, Dysfunktionen der Kiefergelenke versuchte man ins Feld zu führen, Viren oder Bakterien als Verursacher zu „brandmarken“, Autoimmungeschehen standen im Zentrum der Diskussion, wurden aber nie die nachweislichen Favoriten. Auch Einflüsse von Umweltgiften und Schwermetallen konnte man als beteiligte Auslöser nicht ausschließen und hat sie noch immer nicht aus dem Blick verloren.*

*Unter all den Theorien und Möglichkeiten aber erschienen mir bisher zwei Aspekte am einleuchtendsten:*

- ***Hormonelle Veränderungen und Psycho-soziale Einflüsse***

*Beide können durchaus viele Symptome der Fibromyalgie begründen, deren Entstehungsmechanismen erklären und sind obendrein noch in einen engeren Zusammenhang zu bringen.*

*In einer Originalarbeit in der Psychoth. Psych. Med. 2003/53/1-11 beschreibt Professor Dr. med. Ulrich T. Egle (Universitätsklinikum Mainz) die Fibromyalgie „als psychosomatische Erkrankung, der eine zentrale Störung im Schmerz- und Stressverarbeitungssystem zugrunde liegt und bei der ätiopathogenetische Subgruppen zu differenzieren sind.“*

*Die Ursachen liegen also nach seiner Ansicht auch nicht in der Muskulatur, sondern im Zentralnervensystem!*

*Prof. Egle bezieht sich dabei u.a. auf Erkenntnisse aus Studien, in denen man herausfand, dass früher Lebensstress (wie emotionale Vernachlässigung, Mangel an Zuwendung, häusliche Gewalt, Verlust wichtiger Bezugspersonen wie auch*

*Trennung von ihnen im frühesten Kindesalter, sexueller Missbrauch) zu dauerhaften Veränderungen des Cortisolspiegels (Stresshormon) führen kann. Da diese Stresssituation für die Betroffenen in der Regel über längere Zeit von Bedeutung war, versetzte sie den Körper in eine ständige Alarmbereitschaft, er befand sich in permanenter Reaktionsbereitschaft, in immunologischer Daueraktivierung, in innerlichem Abwehrkampf, was im körperlichen Bereich viel Energieverlust, Ermüdung, später auch gesteigertes Schmerzempfinden nach sich zieht. (In Kanada stellte man fest, dass zum Beispiel nicht wenige ehemalige Soldaten aus dem Vietnamkrieg unter den FMS-Patienten zu finden sind, was zwar nicht auf frühen, aber auf einen ausgeprägten, anhaltenden Stressfaktor im Ausnahmezustand des Krieges schließen ließe.)*

*Interessant ist in der Arbeit von Prof. Egle auch der Hinweis darauf, dass bestimmte Persönlichkeitsstrukturen und besondere Verhaltensmuster unter den Patienten gehäuft auftreten. Sie sind in der Regel sehr beherrscht, können aufopfernd sein, also immer bereit, für andere etwas zu tun. Es sind oft Perfektionisten, die einen hohen Anspruch an sich selbst haben, sich deshalb schnell selber unter Druck setzen oder sich unter Druck gesetzt fühlen. Sie haben häufig Schwierigkeiten, sich im Alltag zu behaupten, sich durchzusetzen und ordnen sich eher unter. Das anschließend eingefügte „Biopsychosoziale Modell der Fibromyalgie“ (entnommen aus der oben genannten Arbeit) zeigt sehr nachvollziehbar und deutlich Zusammenhänge und Entwicklungswege, die zur Ausprägung der umfassenden Symptomatik führen können.*

## Biopsychosoziales Pathogenesemodell der Fibromyalgie

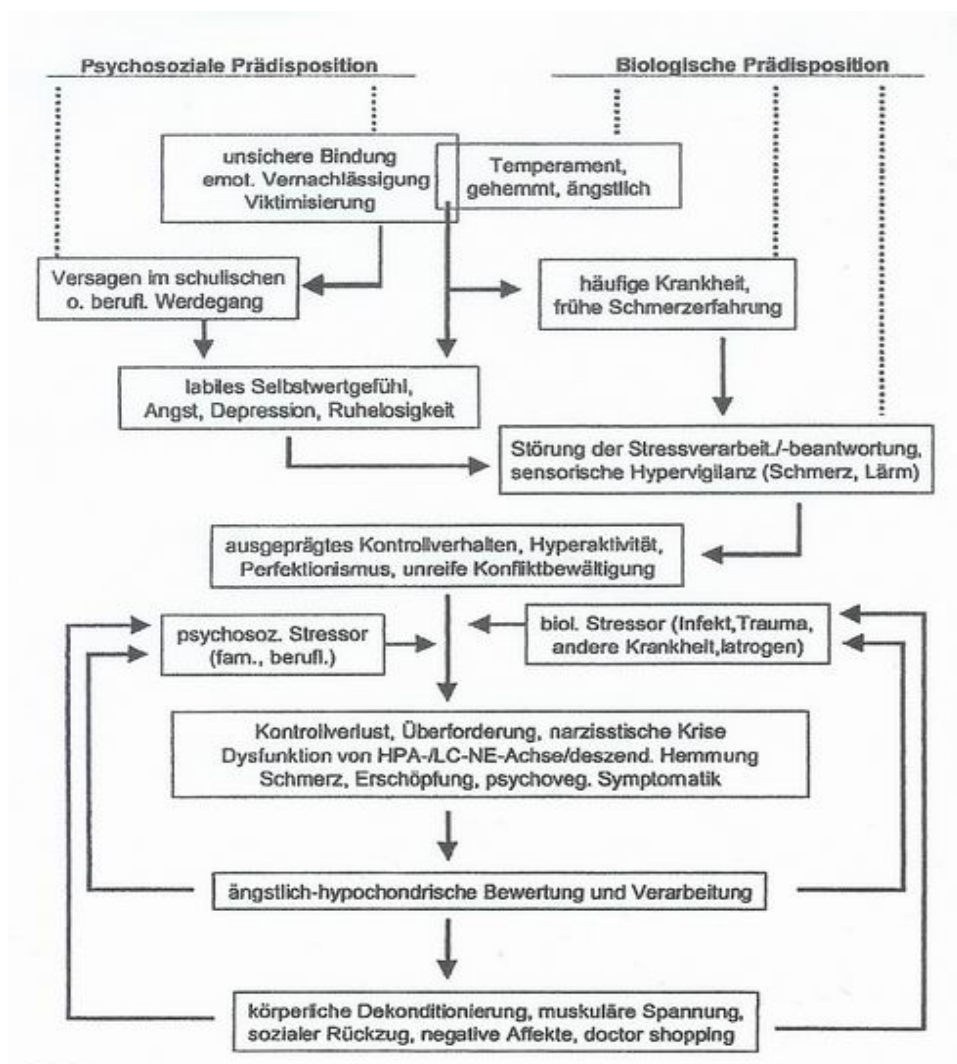


Abb. Entnommen aus: Egle UT et al. Fibromyalgie als Störung der zentralen Schmerz- und Stressverarbeitung (in: Psychotherapie Psych. Med 2003;53:1-11)

*Gesteigertes Schmerzempfinden geht, wie unter anderem auch Migräne, Depressionen und Angst, mit einem nachweisbaren Serotoninmangel einher. Serotonin sorgt als Neurotransmitter im ZNS dafür, dass Schmerz nur kontrolliert an das Gehirn gelangt und ist auch für einen guten Tiefschlaf verantwortlich. Ein Mangel an Serotonin kann also ohne weiteres dafür sorgen, dass mehr Schmerz, mehr Müdigkeit, mehr Zerschlagenheitsgefühl eine Rolle spielen. (Außerdem ist dieser Mangel auch im PMS-Schokoladenhunger wieder zu finden.) Eine sehr ausführlich recherchierte und viel differenziertere Abhandlung zu den hormonellen Zusammenhängen und der Neurophysiologie der Schmerzempfindungen ist in dem Buch von Martina Räke: "Fibromyalgie erfolgreich behandeln" nachzulesen.*

*Kurz zusammenfassen könnte man den Ablauf an dieser Stelle folgendermaßen: Früher Lebensstress führt zu Dauerabwehrhaltung, zu chronischer Stressreaktion, die wiederum eine gestörte Schmerzverarbeitung, gesteigertes Schmerzempfinden und daraus resultierend eine Abwehrschwäche nach sich zieht.*

### **3. Blickwinkel Chinesische Medizin**

#### **3.1 Fibromyalgie – eine definierbare Krankheit?**

*Geht man davon aus, dass Fibromyalgie ein westlich geprägter Begriff ist, der in dieser Form keine Übertragung ins Chinesische hat, muss man sich natürlich zunächst daran orientieren, dass bereits eine westliche Diagnose erfolgt ist, nach der man sich richtet. Würde ein Patient mit seinem gesamten Symptomenkomplex primär in der Chinesischen Medizin Rat suchen, könnte man von einem weniger beeinflussten Bild ausgehen und vorurteilsfrei über die Anamnese und Untersuchung einen Eindruck vom Gesamtzustand mit all seinen Facetten bekommen. Diese Möglichkeit haben wir hier selten. (Trotzdem gehe ich davon aus, dass auch im heutigen China die Problematik vorkommt.)*

*In den letzten Jahren haben sich verstärkt Therapeuten aus dem Bereich der Chinesischen Medizin zum Thema geäußert, aber auch hier finden sich sehr verschiedene Betrachtungs- und Herangehensweisen.*

*Orientiert man sich hauptsächlich am Schmerz, so wird zunächst nach der Lokalisation Ausschau gehalten, Akupunkturpunkte werden definiert und eine Zuordnung zu bestimmten Leitbahnen erfolgt. Ob ursächlich eine Leitbahnproblematik vorliegt, ist damit noch nicht geklärt. Da sind noch die Fragen nach der Schmerzqualität, den Modalitäten (was verbessert, was verschlechtert), den Begleitphänomenen. Es wird schnell deutlich, dass eine Sammlung von Syndromen vorliegt, dass mehrere Wandlungsphasen betroffen sind und dass obendrein kein Patient wie der andere ist. Nicht jeder Betroffene hat alle Symptome, manches weist auf Fülle, anderes auf Leere hin, innere und äußere Zeichen sind vorhanden, diverse Medikamente wurden schon eingenommen, eventuell gab es Operationen im Vorfeld und all dies macht es so schwer, sowohl für die Schul- als auch für die Chinesische Medizin, einen Überblick zu bekommen, statistisch zu arbeiten und zu vergleichen.*

### 3.2 Vergleich: Bi-Syndrom – Fibromyalgie

*Die Einordnung als Bi-Syndrom war lange Zeit ein Kompromiss, der aber nur begrenzt einer genaueren Betrachtung standhält. Bi-Syndrome sind erklärt, als Erkrankungen mit schmerzhaftem Obstruktionsyndrom von Qi und Blut in den Meridianen, im Gelenk, Muskel- und Sehnenbereich (Haut- und Thorax-Bi seien an dieser Stelle ausgenommen) (siehe Leitfaden Chinesische Medizin, S.1240, 13.10).*

*Vorausgegangen ist dem der Angriff eines starken exogenen pathogenen Faktors (Wind, Kälte, Nässe - in dieser Kombination oder als Wind, Nässe, Hitze). Vorausgesetzt, der Einfluss ist sehr stark oder aber das Wei Qi ist schwach, kann der Faktor zum Entstehen von Krankheit führen (siehe L. Vangemeersch & Sun Pei-Lin: "Bi Syndroms").*

*Das Wei Qi kann durch unterschiedliche Mechanismen (wie Überlastung von Strukturen, Folgen von Traumen, aber auch durch starke emotionale Einflüsse und lang andauernde Stresssituationen) geschwächt sein.*

*Nehmen wir an, dass die oben zur Sprache gekommenen (siehe 2.4.) bio-psycho-sozialen Abläufe bei der FMS-Entstehung eine Rolle gespielt haben, kann man sicher sein, dass eine geschwächte Struktur vorhanden ist, das Zheng Qi kann dem Xie Qi nicht widerstehen. So weit passt das Bi-Syndrom noch ins Konzept.*

*Typischerweise gehören zu den Symptomen der Bi-Syndrome Schmerzen, Bewegungseinschränkungen, Schweregefühl, Taubheitsgefühl der Gelenke, Sehnen, Muskeln, aber auch Gelenkschwellungen. Westliche Diagnosen sind hierfür: Arthritiden, weichteilrheumatische Erkrankungen, Sehnencheidenentzündungen... also die entzündlichen schmerzhaften Erkrankungen der Sehnen, Muskeln und Gelenke, die mit sichtbaren und nachweisbaren Veränderungen einhergehen. Letzteres ist beim Fibromyalgie-Syndrom aber nicht der Fall, auch wenn ein Teil der Symptome sehr wohl auftreten mag. Auch eine Abneigung gegen Kälte und Nässe wird immer wieder von FMS-Patienten erwähnt, seltener aber sind alle Faktoren beteiligt, die zum Bi-Syndrom gehören. Die Beteiligung exogener pathogener Einflüsse ist somit nicht ausgeschlossen und spielt ganz sicher eine Rolle im Geschehen, zumal schon eine erhöhte Infektanfälligkeit bei vielen FMS-Patienten auf ein geschwächtes Wei Qi hinweist. Ein Mechanismus der Schmerzentstehung ist nachvollziehbar: Auf ein reduziertes Zheng Qi trifft der pathogene Faktor, kann in das Leitbahnsystem eindringen, zu Blockaden führen und über Obstruktion und später Stagnation unter anderem Schmerzen verursachen. Die vielen anderen Symptome wären damit aber noch nicht erklärt. Für die Therapie relevant sind aber diese Dinge trotzdem, denn die exogenen Pathogene auszuleiten ist in jedem Falle wichtig in der Schmerzbehandlung, wenn es auch nur einen Teil der gesamten „Erkrankung“ beeinflussen mag.*

### 3.3 Zuordnung zu den Wandlungsphasen

*Versucht man, die Vielzahl der möglichen Symptome aufzulisten und den Wandlungsphasen zuzuordnen, ergeben sich wieder ein neuer Blickwinkel und andere Herangehensweisen an die Behandlung.*

*Zunächst aber sollte man bedenken, dass frühe Stresserfahrungen, wie sie oben genannt wurden, sich in der Kindheit abgespielt haben, also in der Entwicklungsphase des Holzes, und somit einen nicht zu unterschätzenden Einfluss auf die Entwicklung der Persönlichkeit gehabt haben können. Die Form und die Schwere der jeweiligen Ereignisse, wie auch der Boden, auf den sie treffen, sind entscheidend dafür, wie stark und auf welchem Gebiet am gravierendsten die Entwicklung gestört wird. Da jeder Mensch, wenn er auf die Welt kommt, mit einem bestimmten Potenzial ausgestattet ist, das ihm verschiedene Möglichkeiten eröffnet oder versagen kann, werden seine Schwachstellen den frühen Angriffen willkommener Nährboden sein. Ist also z.B. konstitutionell eine schwache Mitte vorhanden, wäre es denkbar, dass solche existentiellen, aus der Mitte reißenden Erfahrungen, in der Erde zunächst die größten Schäden anrichten und zu Symptomen im Bereich der Mitte führen werden.*

*Andererseits ist die Art des Stresses von Bedeutung. So werden mangelnde Zuwendung und emotionale Vernachlässigung immer auch die Entwicklung der Erde in einem Kind schwächend beeinflussen. Beachtet man die Zeichen, welche bei der Fibromyalgie in Erscheinung treten, so erkennt man, dass eigentlich alle Wandlungsphasen betroffen sind, wobei die Schwerpunkte variieren können. Eine mögliche Erklärung dafür wäre das lange Bestehen der Störung, bzw. die langsame Weiterentwicklung der Pathologie über viele Jahre mit im Rahmen der gegenseitigen Beeinflussung - gemäß den physiologischen und pathologischen Zyklen (Nähren, Kontrollieren, Missachten... usw.) - allmählich übergreifenden Auswirkungen.*

*Sollte aber die Erde am stärksten beeinträchtigt sein, könnte sie am ehesten durch ihre enge Beziehung zu allen anderen Wandlungsphasen ein breites Spektrum an Störungen energetisch und substanziell heraufbeschwören.*

*Die folgende Tabelle soll einen Überblick über die Menge und die Verteilung der Symptome darstellen, wobei manche davon sicherlich mehreren Wandlungsphasen zuzuordnen wären.*

**Tabelle: Wandlungsphasenzuordnung**

<b>Holz</b>	<b>Feuer</b>	<b>Erde</b>	<b>Metall</b>	<b>Wasser</b>
Schmerzen (Sehnen, Muskeln)	Innere Unruhe	Schmerzen (Muskeln, Bindegewebe)	Infektanfälligkeit	Schmerzen (Gelenke, Wirbelsäule)
Bewegungseinschränkungen, Steifigkeit	Emotionale Störungen (Freudlosigkeit, Kontaktscheu, Verletzbarkeit, Traurigkeit)	Mangelnde Stabilität (strukturell und emotional)	Allergien	Willensschwäche, Unterordnung
Muskuläre Verspannungen	Engegefühl (thorakal)	Schweregefühl	Fieber- und Erkältungsgefühl	Ängstlichkeit
Kopfschmerzen	Herzklopfen/-rhythmusstörg.	Dumpfes Gefühl im Kopf	Tabuisierung, Abgrenzung fehlt	Mangelndes Selbstwertgefühl
Tinnitus	Schwitzen (unter Stress)	Trägheit (Mangel an Feuer in der Erde)oder Aufopferung(zu viel Feuer in der Erde)	Perfektionismus/ Mangelnde Anpassung	Tinnitus
Schlafstörungen (Träume)	Schlafstörungen (Gedankenflut, fehlende Tiefe)	Kälte der Extremitäten	Spontanschweiße	Erschöpfung
Sehstörungen unscharfes Sehen, Müdigkeit der Augen	Konzentrationsstörungen	Parästhesien der Extremitäten	Gesteigertes Schmerzempfinden	Nachtschweiß
Phlegma, Antriebsschwäche		Gewichtsprobleme (Übergewicht oder Mangel)	Erhöhte Sensibilität (auf äußere Reize, Lärm), „dünnes Fell“	Vergesslichkeit
Mangelnde Durchsetzungskraft		Blutzuckerschwankungen	Neigung zum Weinen	Frieren
Unterdrückte Emotionen (Wut kann nicht nach außen gebracht werden)		Senkungen (Varizen, Hämorrhoiden, BSV) auch Blutungen, Myome	Reizdarm	Reizblase
Obstipation		Verdauungsprobleme, Unverträglichkeiten		Depressionen
PMS, Dysmenorrhoe		Weiche Stühle, Durchfälle		Nachtschweiß
Stimmungsschwankungen		Denkstörungen, Grübeln (Gedankenkreisen)		
Globusgefühl		Blähungen		
		Reizmagen		
		Müdigkeit		

*Die Fülle der Zeichen in der Erde und im Holz, aber auch die starke Beteiligung des Wassers und des Metalls am Geschehen, ist nicht zu übersehen. Das Feuer zeigt zwar weniger Symptome, dafür aber auch solche, die die Lebensqualität sichtlich beeinträchtigen. Die Erde nährt das Fleisch (Bindegewebe), das Holz ist den Sehnen zugeordnet, das Wasser den Knochen und Gelenken. In allen Bereichen können die Schmerzen auftreten, gehäuft finden sie sich aber im Bereich der Muskeln und des Bindegewebes (Erde) und der Sehnen (Holz). Das sind die Manifestationen. Ohne weiteres Rückschlüsse daraus und aus dieser Tabelle auf primäre oder in der Folge entstandene Pathologien zu ziehen, wäre aber doch sehr gewagt. Da in der Aufschlüsselung in dieser Tabelle bei näherem Hinsehen auffällt, dass in jeder dieser Gruppen psychische Probleme zum Vorschein kommen, möchte ich etwas später einen Blick auf die geistig-seelischen Aspekte der Wandlungsphasen werfen und versuchen, ihre Verbindungen untereinander, sowie die Auswirkungen früher Stresserfahrungen ins Bild zu setzen.*

### **3.4 Therapievarianten in der Chinesischen Medizin**

*Die Möglichkeit in der Chinesischen Medizin im Rahmen der Befragung, also einer gründlichen Bestandsaufnahme, fast alle Aspekte der Störungen im System Mensch zu beleuchten, ist, wie auch die Puls- und Zungendiagnostik, immer wieder ein gutes Hilfsmittel bei der Erstellung einer Diagnose. Wie tief man in die Problematik einsteigt und welche Bedeutung man den einzelnen, sowie den gesamten Merkmalen beimisst, bleibt auch hier wahrscheinlich eine Ansichtssache. So wird das Fibromyalgie-Syndrom in der Klinik am Steigerwald als Beispiel für steckengebliebene Infektverläufe behandelt, weil man davon ausgeht, dass frühere Erkrankungen nicht bis zu den Folgephasen mit Fieber, Schleimausleitung und Regeneration gelangt sind und eine immunologische Daueraktivierung besteht. (Aufgrund fehlender Ausleitung sind „Altlasten“ im Gewebe abgelagert.) Erkrankungen werden nicht richtig zugelassen, aber auch nicht endgültig bekämpft.*

*Schmerz wird hier als Folge des Eindringens exogener pathogener Faktoren gesehen (Obstruktion, Stagnation, Schleim als Störfaktoren für die Qi- und Blutzirkulation).*

*Dr. C. Chan Gunn hingegen geht mit seiner Technik der trockenen Nadelung mehr auf muskulo-skelettale Störungen ein, unter anderem mit dem Ziel, verkürzte Strukturen zu entspannen und zu normalisieren. Mit seinem Behandlungsansatz bleibt er allerdings im Bereich funktioneller bzw. struktureller Veränderungen im peripheren Nervensystem. Hinsichtlich des Schmerzes verweist er auf gute Erfolge. Offen bleibt trotz allem die Frage, ob es nicht „nur“ eine symptomatische Therapie ist, die die Entstehungsmechanismen und die Komplexität des Gesamtbildes nicht berücksichtigt.*

*David Legge konzentriert sich in seinem Buch: „Die Behandlung von muskulo-skelettalen Störungen mit TCM“ beim Thema Fibromyalgie-Syndrom auf Schmerzpunkte als Wegweiser zu Akupunkturpunkten und akzeptiert einige hinzukommende andere Symptome. Insgesamt scheint er die Fibromyalgie als Zeichen von Qi-Stagnation und Blutmangel zu sehen und empfiehlt für*



*Akupunktur- und Kräutertherapie kurz und bündig die Regulation von Qi und das Nähren des Blutes.*

*Martina Räke geht in ihrem Buch umfassend auf verschiedenste Therapieprinzipien in der TCM ein und lässt dabei für Ergänzungen kaum noch Raum. Ob Syndromtherapie, Leitbahnbehandlung, Therapie nach den Ba Gang, nach den vier oder den sechs Schichten, nach den Wandlungsphasen, den Funktionskreisen oder nach den Symptomen, alles findet hier Erwähnung.*

*Radha Tambirajah hielt auf dem TCM-Kongress 2007 in Rothenburg o.d.T. einen Vortrag über ihre Sicht und Behandlung des Fibromyalgie-Syndromes. Ihre Erfahrung zeigt, dass diese Patienten, wenn sie zu ihr kommen, schon eine längere Leidenszeit hinter sich haben. Nicht immer steht dann der Schmerz im Vordergrund, sondern Erschöpfung, Müdigkeit, Depressionen, Hitzewallungen, Schlafstörungen sorgen dafür, dass die Patienten sich wieder auf die Suche nach Hilfe begeben. Der Schmerz gehört schon irgendwie zum Leben dazu und wird mit Medikamenten behandelt. Wo also ist anzusetzen? Es ist mehr als der Schmerz zu behandeln, nämlich das nun sehr deutliche energetische Ungleichgewicht zwischen Innen und Außen. An dieser Stelle erklärte sie auch ihre Position zur Behandlung von Bi-Syndromen:*

- **Akute Bi-Syndrome:**  
*Äußere Ursache behandeln / symptomatisch ansetzen mit Moxa, Schröpfen, Nadeln lokaler und distaler Punkte*
- **Subakute Bi-Syndrome:**  
*Inneres ausgleichen und die Oberfläche behandeln*
- **Chronische Bi-Syndrome:**  
*Inneres behandeln (Innen-Störung mit äußeren Zeichen, über 6 Monate)*

*In ihrem Therapiekonzept geht Radha Tambirajah vom Fibromyalgiesyndrom als einer Art von chronischem Bi-Syndrom aus und behandelt zuerst im System, später erst den Schmerz, welcher im Verlauf der Therapie schon Veränderungen durchläuft oder der dann schon nicht mehr so stark im Vordergrund steht. Die Patientinnen (davon ausgehend, dass es meistens Frauen sind) unterteilt sie in drei (am häufigsten vorkommende) Gruppen:*

*I. Der HITZE- Typ, bezeichnet Frauen in der Menopause, unruhig, schwitzend, mit Nieren-Yin-Mangel-Zeichen, wie Hitzewallungen, Nachtschweiß, Haar- ausfall, Erschöpfung, Schlafstörungen, Unruhe und Symptomen überwiegend im oberen Erwärmer. Die Schmerzen nehmen zu bei Hitze und Aktivität, die Behandlung besteht in der Tonisierung des Nieren Yin, Beachtung der Ernährungs- und Verhaltenshinweise (wie verstärktes Einbeziehen des Wassers beim Kochen, Trinken, Yin-tonisierende Früchte, Vermeiden erhitzender Nahrung, Stressvermeidung, Mittagsruhe usw.).*

*II. Der DEPRESSIVE, ERSCHÖPFTE Typ ist gekennzeichnet durch Blässe und Kälte, wirkt zusammengesunken, schwach, müde, weinerlich, freudlos, mit einer Neigung zum Einschlafen der Beine. Herz und Lungenfunktionskreis sind schwach, die Pulse im Mittleren und Oberen Erwärmer schwächlich. Die*

*Therapieempfehlung in diesem Falle wäre die Tonisierung des Blutes und die Stärkung von Herz (Xin) und Lunge (Fei), Stabilisierung der Persönlichkeit durch Schaffen von Unabhängigkeiten und Stärkung des Selbstvertrauens.*

*III. Der FEUCHT-ÖDEMATÖSE Typ weist Ödeme und Schwellungen (peripher und um die Augen herum) auf, Schweregefühl im Kopf und in den Beinen, weiche Stühle und eine, besonders morgens vorherrschende und durch Bewegung zu bessernde Körpersteifigkeit. Die Milz-Schwäche dominiert bei dieser Patientengruppe und so erfolgt die Behandlung über die Qi- und Yang-Tonisierung der Milz, das Ausleiten der Feuchtigkeit, das Anregen der Zirkulation (auch über dosierte Bewegung, die Empfehlung warmen Essens und Trinkens, das Meiden befeuchtender Nahrung, die Einnahme kleiner und leichter Mahlzeiten). Schleim fand in ihren Ausführungen keine genauere Beachtung.*

## **4. Wurzeln und Zweige**

### **4.1 Unterscheidung**

*Aus welcher Sicht heraus man den Zustand der Patienten auch immer beurteilen mag, die Tatsache, dass der Schmerz nur ein Teil der Spitze des Eisberges ist, wird bald erkennbar. Je mehr man das Problem in seinen Zusammenhängen zu behandeln versucht, desto tiefer wird man graben müssen.*

*Bei der Behandlung chronischer Erkrankungen (und mit einer solchen haben wir es hier nun einmal zu tun) muss man sich schon sehr früh darüber klar werden, dass viele Symptome sichtbar sein können, die eigentliche Wurzel der Störung aber oft im Dunkeln liegt und auch eine gründliche Anamnese nicht immer sofort Aufschluss über die Ätiologie geben wird. Um dem Therapieprinzip der Wurzeln (Ben) und Zweige (Biao) gerecht zu werden, ist es wichtig, für sich zu sortieren: Was sind die Zweige (Symptome; pathogene Faktoren; äußerer Aspekt des Sitzes der Erkrankung)? Wie und wo finde ich die Wurzel des Geschehens (Entstehungsmechanismen, Grunderkrankung, energetische Situation, innere Aspekte)? Die Beurteilung des Zustandes des Yuan Qi ist eher über die Wahrnehmung (Sehen, Fühlen, Puls tasten), als über die Gesprächsinhalte zu erkennen, gibt aber Aufschluss über die Grundlage der Persönlichkeit und kann die Wurzel der Krankheit beleuchten.*

*Die Fibromyalgie ist als chronisches Geschehen einzustufen, viele Zweige haben sich im langen Verlauf ihrer Entwicklung gebildet. Die klinische Manifestation zeigt häufig innere Muster und äußere Zeichen. Die Behandlung der Wurzeln wäre also von entscheidender Bedeutung, wobei man die Zweige jedoch nicht aus den Augen verlieren darf, da sie für die Patienten im Vordergrund stehen. Nicht jeder, schon lange von Schmerzen Geplagte, akzeptiert, dass man sich nicht sofort und nur auf dieses Problem konzentriert. Akute Situationen, wie auch blockierende exogene pathogene Faktoren, sollten dann zunächst behandelt werden, auch wenn es Zweige sind, denn sie können den Zugang zum Patienten und die Sicht auf sein Grundproblem verstellen. Möglicherweise finden sich im Verlaufe der genaueren Betrachtung und Behandlung mehrere Wurzeln, die die Ent-*

*stehungsgeschichte und das klinische Erscheinungsbild zusätzlich kompliziert haben können. Auch hier wäre es wichtig, jede von ihnen zu beachten und zu behandeln, wenn ein Erfolg von Dauer sein soll.*

## **4.2 Wurzeln erkennen und einen Behandlungsansatz finden**

*Hinsichtlich der Zuordnung der Symptome zu den Wandlungsphasen (siehe Tabelle oben) kann man allgemein und innerhalb der einzelnen Elemente verschiedene Störungen in der Energetik benennen.*

*Der Schmerz, als äußeres Zeichen, kommt normalerweise durch Stagnation und Obstruktion zustande. Bekanntermaßen können Stagnation von Qi oder auch Blut aufgrund von Mangel entstehen. (Hier würde man im weiteren „Zurückverfolgen“ vielleicht auf eine Schwäche der Nieren und der Milz als blutbildende Organe stoßen, auf jeden Fall aber Zeichen von Leere finden.) Aber auch Schmerz als Folge einer Leitbahnstörung durch pathogene Faktoren wie Schleim, Wind, Nässe, Kälte, Hitze wiederum weist auf eine Erdestörung (Milz Qi-Schwäche > Schleim) oder z.B. Metallstörung (Wei Qi-Schwäche) hin.*

*Einige der aus Sicht der TCM am häufigsten zugeordneten Syndrome möchte ich an dieser Stelle noch einmal, in Verbindung mit den jeweils darauf hinführenden Zeichen, aufzählen.*

### **HOLZ:**

*Leber-Qi- Stagnation (Gan Qi Yu Jie) > Schmerzen, PMS, Depression, Dysmenorrhoe, Obstipation, Stimmungslabilität, Völlegefühl, Pflaumenkerngefühl*

*Leber-Blut- Mangel (Gan Xue Xu) > Steifigkeit, Sehstörungen, Müdigkeit, traumgestörter Schlaf, Taubheitsgefühl (Extremitäten)  
mit Yin-Mangel > Mundtrockenheit, Hitzewallungen, Schlafstörungen*

*Aufsteigendes Leber-Yang (Gan Yang Shan Kang) > Kopfschmerzen, Tinnitus, Reizbarkeit*

### **FEUER:**

*Herz-Qi- Mangel (Xin Qi Xu) > Ängstlichkeit, Müdigkeit, Erschöpfung, thorakale Enge, Spontanschweiße*

*Herz-Yang- Mangel (Xin Yang Xu) > sh. Qi Mangel, Freudlosigkeit, Herzstolpern, Herzrasen, Kälteaversion, Zirkulationsstörungen besonders der Hände, Antriebschwäche*

*Herz-Blutmangel (Xin Xue Xu) > Unruhe, Palpitationen, Vergesslichkeit, Schlafstörungen*

### **ERDE:**

**Milz-Qi- Mangel (Pi Qi Xu)** > Müdigkeit, Erschöpfung, Schwäche, weiche Stühle, Blähungsneigung, Grübeln, Schweregefühl, Völlegefühl mit Schleimretention > Schweregefühl des Kopfes, Benommenheitsgefühl, Parästhesien, Konzentrationsstörungen, Schmerzen in Muskulatur und Bindegewebe

**Milz-Yang- Mangel (Pi Yang Xu)** > sh. Qi- Mangel, Kälte der Extremitäten, Gewichtszunahme

**Sinkendes Milz-Qi (Pi Xu Xia Xian)** > Gewebeschwächen, Absenkungen (Varizen, Prolapse)

### **METALL:**

**Lungen-Qi- Mangel (Fei Qi Xu):** Müdigkeit, Erschöpfung, Infektanfälligkeit, Allergien, Spontanschweiße

### **WASSER:**

**Nieren-Qi- Mangel (Shen Qi Xu):** Tinnitus, Müdigkeit, Vergesslichkeit

**Nieren-Yang-Mangel (Shen Yang Xu):** Kältegefühl, häufiges Wasserlassen, Willensschwäche, Frieren, Erschöpfung, Schmerzen der LWS und Knie

**Nieren-Yin- Mangel (Shen Yin Xu):** Tinnitus (eher rauschend), Vergesslichkeit, Mundtrockenheit, Ängste, Unruhe, Schlafstörungen, Nachtschweiß

**Natürlich gibt es die verschiedensten Kombinationen und Zusammenhänge im Gefolge des Fibromyalgie-Syndromes. Warum aber bestehen so viele Störungen nebeneinander, und in welcher Reihenfolge sind sie entstanden?**

**Vieles ist nachvollziehbar, wie z.B. dass eine Nieren-Yang-Schwäche eine Milz-Yang- Schwäche nach sich ziehen kann, diese wiederum Einfluss auf das „Kind“ Metall hat. Einem Nieren-Yin-Mangel folgt der Leber-Yin-Mangel usw., diese Zusammenhänge sind bekannt, aber der Variantenreichtum ist groß.**

**Findet man nun heraus, dass das gestörte Wasser oder die schwache Erde im Focus stehen und beginnt, sie zu behandeln, kann man sich sicher sein, dass man damit an der Wurzel arbeitet?**

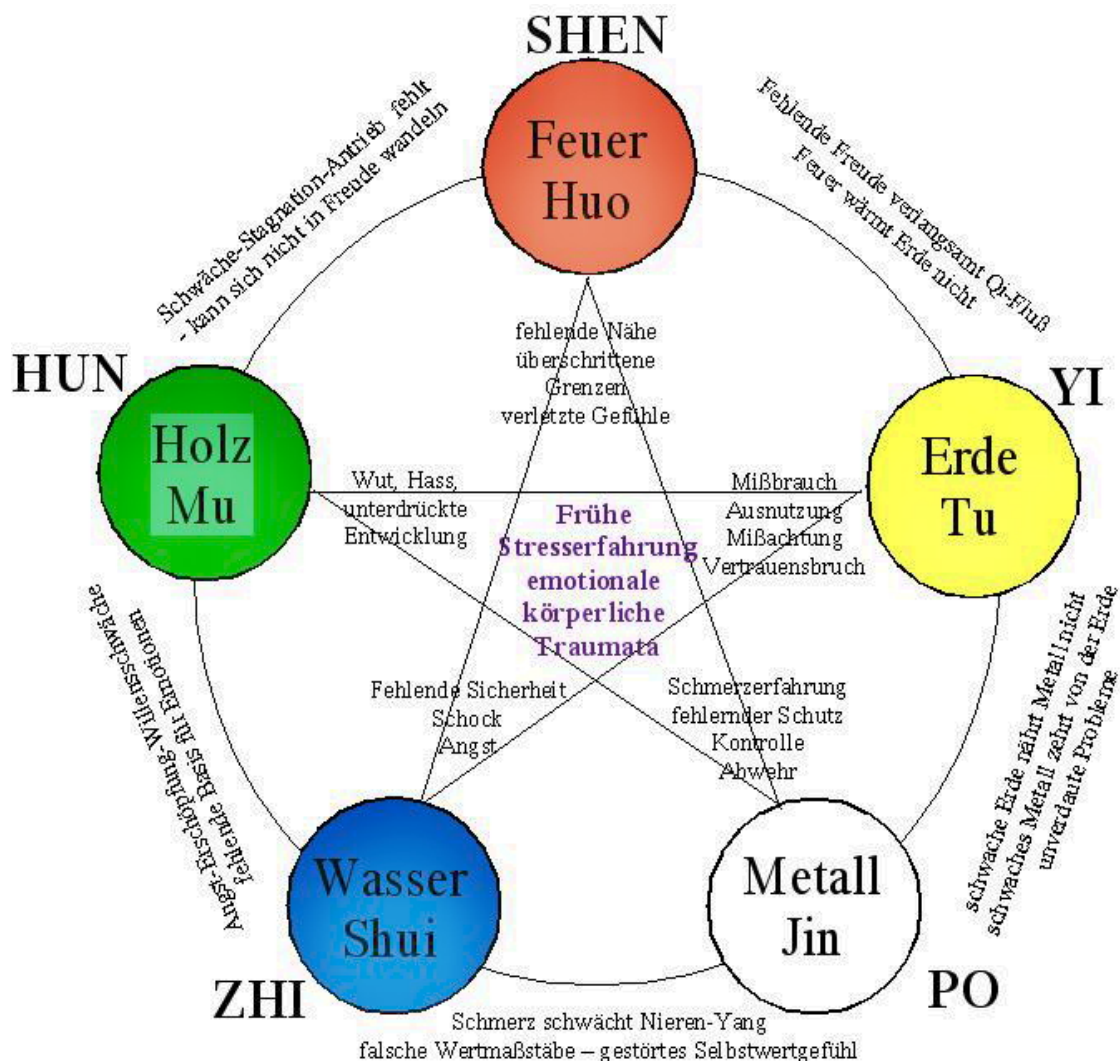
**Für mich bedeutet „an der Wurzel sein“, den Mechanismus zu finden, der alles in Gang gesetzt und auf dem eingeschlagenen Weg gehalten hat, der dafür gesorgt hat, dass Schwächen sich ausgeprägt haben, die zulassen, dass das System Mensch sich verausgabt in dem Versuch, normal funktionierend zu erscheinen. Die Wurzel zu suchen bedeutet auch, den Shen des Patienten zu suchen und zu aktivieren, damit das Qi wieder folgen kann.**

**Da eigentlich in allen fünf Wandlungsphasen die geistig-emotionalen Aspekte betroffen sind, soll an dieser Stelle noch einmal darauf eingegangen werden.**

<i>YI – das Denken</i>	- <i>Grübeln und Gedankenkreisen</i>
<i>PO – die Körperseele</i>	- <i>gesteigertes Schmerzempfinden, „dünnere Fell“</i>
<i>ZHI – der Wille</i>	- <i>Willensschwäche, Angst</i>
<i>HUN – die Geistseele</i>	- <i>Antriebschwäche, Träume, Emotionen unterdrückt</i>
<i>SHEN – der Geist</i>	- <i>Emotionsstörungen, Konzentrationsstörungen fehlende Freude</i>

*Macht es nicht Sinn, bei der Breite des Spektrums emotionaler Aspekte die Möglichkeit in Erwägung zu ziehen, dass sie als Innere Ursachen (Qi Qing) auch am Anfang stehen könnten? Wenn es also zu Beginn tatsächlich eine massive Störung gab, welche die geistig-seelischen Aspekte beeinträchtigt und schädigende Emotionen hervorgerufen hat, ist ein in der weiteren Entwicklung störender Einfluss auf Yin und Yang, Qi und Blut und die Zang-Fu -Funktionen nicht mehr auszuschließen. Früher oder anhaltender Stress, der zu einer Daueranspannung und Abwehrhaltung führt, schwächt das Qi, besonders das Wei-Qi, das in dieser Situation ständig gefordert ist und immer sensibler auf zusätzliche Einflüsse reagiert. Dadurch wird die Schmerzwahrnehmung und -toleranz allmählich verändert, die Abwehr erschöpft. Die Körperseele Po, mit ihrer Verantwortlichkeit für Körperwahrnehmung, Schmerz usw. ist gestört. Auch der Einfluss auf Hun, durch starke Einwirkung in der Entwicklungsphase des Holzes mit den Folgen sich entwickelnder (unterdrückter) Wut oder Verzagtheit oder des Nicht-Wachsen-Wollens (oder Könnens) ist gegeben, ebenso wie die durch Traumatisierung entstehende Angst direkt zum Wasser geht und die Nieren schwächt. Missbrauch, Ausnutzung und fehlende Zuwendung sind existenzielle Erfahrungen, die die Erde stören und den Selbstwert in Frage stellen, überschrittene Grenzen und verletzte Gefühle hinterlassen im Shen ihre Spuren und können dafür sorgen, dass das Herz sich verschließt oder verwirrt ist und nicht mehr regulieren kann, was herein darf und was nicht. Die folgende Grafik versucht noch einmal, mit frühem Lebensstress im Zentrum der Entwicklung die möglichen Auswirkungen auf die Gefühlswelt und die Beziehungen der Wandlungsphasen untereinander darzustellen.*

Abb. Grafik: Mögliche Auswirkungen frühen Lebensstresses auf die geistig-seelischen Aspekte innerhalb der Wandlungsphasen und zwischen ihnen



*Nun steht man bei der Wahl der Therapie wieder vor einem Problem. Setze ich die Störung der Emotionen an den Anfang, so müsste ich in einer Wurzelbehandlung auf dieser Ebene arbeiten. Die frühen Stresseinflüsse kann man allerdings nicht rückgängig machen, ihre Auswirkungen zu beeinflussen wird aufgrund des langen Bestehens der Ursache und der Folgeentwicklung schwierig und von größerer Dauer sein. Trotzdem meine ich, dass diese emotionalen Aspekte in die Behandlung einbezogen werden müssen, was nicht im Widerspruch zur sonstigen Behandlung steht.*

*Wenn Zang-Fu Störungen durch endogene Faktoren entstanden sind, könnte man durch ihren Ausgleich vielleicht auch wieder Zugang zu den Emotionen und ihrer gestörten Energetik bekommen und eine andere, günstigere Art des Umsetzens der Energie ermöglichen.*

*Was die westliche Medizin über Psychotherapie versucht, wie zum Beispiel: Altes hervorholen und den Umgang damit neu gestalten..., kann die Akupunktur auf*

*ihre Weise auch, jedoch ohne die alten Wunden aufzureißen und das Trauma neu zu aktivieren. Akupunktur leitet Energien um, und zwar dorthin, wo sie gebraucht werden, um das Gleichgewicht im Ganzen wieder herzustellen. Es mögen zwar alte Dinge hervor kommen, aber die Sicht auf sie und damit auch der Umgang mit ihnen ist ein anderer. Jeder Punkt hat seine Bedeutung und ein Wirkungsspektrum, bei genauerem Hinsehen finden sich viele Hinweise auf Einsatzmöglichkeiten bei emotionalen Störungen. Körper und Geist wieder in eine Einheit zu bringen, wäre das erklärte Ziel. Der Mensch ist über lange Zeit aus seiner Mitte geraten, die vielen Erde-Zeichen sprechen für sich. Seine Substanzen, in vielen Fällen die Nierenenergie, sind angegriffen, viel von seiner Stärke ist verloren gegangen oder blockiert.*

*Das Wandlungsphasenmodell bietet sich für die Behandlung chronischer Erkrankungen an. Aufgrund der komplexen Vorgänge kommt der Erde mit ihrem guten Kontakt und ihrer Präsenz in allen Entsprechungen große Bedeutung zu. Auch mit dem Gedanken, das nachgeburtliche Vermögen zu verbessern und persönliche Stabilität zu gewinnen, verbindet sich die Notwendigkeit, die Mitte zu tonisieren. Die Nieren sollten in der Therapie nicht fehlen, sie zeigen beim Fibromyalgie-Syndrom immer Schwächen, schon allein der dauerhafte Schmerz schädigt das Nieren-Yang. Yin-Mangelzeichen sind in vielen Fällen offensichtlich. Die Persönlichkeit und das Selbstvertrauen brauchen Unterstützung. Im Holz müssen Stagnationen beseitigt und der Leber-Qi-Fluss harmonisiert werden, um eine freiere Entwicklung zu gewährleisten. Stressfaktoren sind abzubauen und das Leber-Blut ist zu nähren. Im Metall würde eine Stärkung des Immunsystems und Normalisierung des Schmerzempfindens und somit die Harmonisierung von Po angestrebt werden und im Feuer die Beruhigung des Shen oder auch seine Aktivierung. (Um die Kommunikation der Wandlungsphasen untereinander zu verbessern, kann man auch den San Jiao gut einbeziehen.)*

*Sehr diffizile Betrachtungen zum Zusammenwirken und zur gegenseitigen Beeinflussung von Emotionen und Körperfunktionen aus der Sicht der Wandlungsphasen stellt Dr. med. Leon Hammer in: "Psychologie & Chinesische Medizin" an. In einem Systemmodell stellt er unter anderem vier große Organsysteme dar, die er aus eigener Sicht für Patienten mit unklaren, vagen Beschwerden aus dem Sechs-Schichten-Modell abgeleitet hat. Er ordnet die Tai Yang-Schicht dem Nervensystem, die Shao Yang-Schicht dem Kreislaufsystem, die Yang Ming-Schicht dem Verdauungssystem und die drei Yin-Schichten zusammen dem Organsystem zu.*

*Störungen dieser Systeme zeigen bestimmte Merkmale, wie beispielsweise das Kreislaufsystem (das sich hier auf den Kreislauf von Qi und Xue bezieht), welches auf Störungen mit Schwächegefühl und veränderlichen Schmerzen (Qi-Schwäche, Qi- Stagnation) oder Kältegefühl, Schmerzen mit Schwellungen (Störungen des Blutes) reagiert. In diesem Bereich sind seiner Ansicht nach die häufigsten Ursachen von Problemen im Bewegungsapparat (im muskulo-skelettalen System) angesiedelt, die hauptsächlich durch die Lebensweise beeinflusst werden oder aber durch einschneidende, plötzliche Erlebnisse. (Auch hier fällt wieder der Begriff emotionale Traumata.)*

*Das mit dem Tai Yang assoziierte Nervensystem stellt hierbei die äußerste,*

*oberflächlichste Energie dar, die als erste schädlichen Einflüssen ausgeliefert ist. Es ist durch die Lebensweise beeinflussbar, hängt aber auch sehr von angeborenen und konstitutionellen Faktoren ab. Eine Schwäche dieses Systems ist eine wichtige Voraussetzung für die Entstehung psychischer Störungen.*

*Traumatische Einflüsse emotionaler oder auch körperlicher Art führen dann mit großer Wahrscheinlichkeit zu psychischen Störungen, während ein starkes Tai Yang dann eher Erkrankungen im physischen Bereich zulassen wird, als auf der psychischen Ebene.*

*Eine für mich wichtige Aussage ist hierbei, dass neben der Art und der Situation des Auftretens des „Stresses“ die konstitutionellen Voraussetzungen eine wichtige Rolle für die Richtung der Auswirkungen bei der Entwicklung von Dysfunktionen spielen.*

*Das Nervensystem ist in den frühen Lebensjahren in starkem Wachstum und sehr verletzlich und besonders deshalb haben auch emotional-traumatische Einwirkungen in dieser Zeit einen so gravierenden Einfluss auf die Entwicklung des Tai Yang-Systems. Ein schwaches Saatgut, das auf einen schlechten Boden gerät und auch noch getreten wird hat kaum Chancen, eine gesunde, kräftige Pflanze zu werden.*

*Ein starkes Samenkorn dagegen kann aus eigener Kraft wachsen, kann sich nach einem Tritt, trotz abgeknickter Zweige, noch weiterentwickeln und sich seinen Weg suchen.*

#### **4.3 Wirkung der Antiken Punkte und anderer Punkte in der Schmerztherapie, verbunden mit psychischen Aspekten**

*Der Einsatz der Antiken Punkte gilt als prädestiniert für chronische Erkrankungen, auch im Prinzip der Wurzeln und Zweige ist beschrieben, dass Extremitätenpunkte günstig für eine Wurzelbehandlung sind. An dieser Stelle lohnt es sich, einmal zu sehen, was die Antiken Punkte mit dem Schmerz und auch mit den Emotionen machen.*

*Setzt man die Antiken Punkte als Transportpunkte (Shu-Punkte) ein, so kommen die am meisten peripher gelegenen Punkte, die*

▪ *Jing-Brunnen-Punkte (Holz-Punkte auf Yin-, Metall-Punkte auf Yang-Leitbahnen) besonders in Akutfällen (bei Füllezuständen) und zum Ausleiten äußerer pathogener Faktoren zum Einsatz. Aufgrund ihrer oberflächlichen Lage und instabilen Energiesituation (Übergang in die jeweils andere Qualität von Yin zu Yang oder umgekehrt) ist die Nadelung hier von großer Wirkung auf psychische Zustände und Stimmungen. Allgemein kann man sie bei Unruhe, Reizbarkeit, Ängstlichkeit anwenden.*

*(Anmerkung: Die Beschreibung der spezifischen Wirkung der Punkte ist an dieser Stelle nur auf Schmerz und psychisch-emotionale Aspekte konzentriert.)*

*Lunge 11 - Shao Shang (junges Metall)*

- *akute heftige Halsschmerzen, Ohrenschmerzen, Unruhe, manisch-depressive Störungen, beruhigt den Geist, Krisenintervention in psychischen Akutsituationen*



**Dickdarm 1 - Shang Yang (Metall-Yang)**

- *befreit die Sinne, schmerzstillend (Schulter/Arm/Hand/Finger/Schultergürtel/Hals/Rachen/Zahnschmerz im Unterkiefer) wieder belebend, distanzierendes Verhalten in Trauersituationen, Nähe wird nicht zugelassen, nicht verarbeitete Trauer, negative Denkmuster*

**Magen 45 -Li Dui (bedrückte Heiterkeit)**

- *schmerzstillend, Schmerzen im LB-Verlauf, Gesichts-, Zahn-, Hals-, Brust-, Knieschmerzen, viele Träume, starke Unruhe, Unzufriedenheit, Verbitterung, fehlende Gelassenheit*

**Milz 1 -Yin Bai (verborgene Helle)**

- *Schmerzen in Bauch und Thorax, Krämpfe; Reizbarkeit, Manie, viele Träume, Unklarheit des Denkens, Wutanfälle blockieren das Denken, Konzentrationsfähigkeit und Gedächtnis stärkend*

**Herz 9 – Shao Chong (Brandendes kleineres Yin)**

- *Brust-, Oberarm-, Ellenbogenschmerz; Unruhe, Schreckhaftigkeit, Lethargie, Mutlosigkeit, Kummer, Sorgen, Ängstlichkeit, mangelndes Selbstvertrauen, Panik, Aufregung, Übererregtheit, plötzliche Hysterie, Redeanfälle, Ziellosigkeit*

**Dünndarm 1 – Shao Ze (Kleiner Sumpf)**

- *Brust-, Hals-, Kopfschmerzen, Schulter; öffnet die Sinnesorgane, Unruhe durch Herz-Feuer, „kühle Analytiker und Gefühlsvermeider“, Sarkasmus, mentale Konfusion*

**Blase 67 – Zhi Yin (Extremes Yin)**

- *Kopf-, Nacken-, Augenschmerzen, Leitbahnschmerz, Erschöpfung von dauernder Selbstkontrolle*

**Niere 1 – Yong Quan (Sprudelnde Quelle)**

- *Scheitelkopf- und Brustschmerz, Schmerz in Unterbauch, Zehen, Rachen, Furchtsamkeit, getrieben von Ängsten, Misstrauen, Selbstzweifel, Hysterie, Unruhe, große Schwäche, Antriebslosigkeit, Erstarrung*

**Perikard 9 – Zhong Chong (Zentraler Durchgang)**

- *Herzschmerzen, Gedächtnisschwächen, Ängstlichkeit, sowie unbegründete Angst, Schüchternheit, mangelndes Selbstwertgefühl*

**San Jiao 1 – Guan Chong (Versperrter Durchgang)**

- *zerstreut Wind, behandelt Schmerzen der Kehle, des Kopfes, des Ellenbogens, lateraler Armschmerz bei Elevation, Ohrenscherzen; öffnet die Sinne, unruhige Angstzustände, soziale Isolation, emotionale Kälte, fehlende Fähigkeit zu Kontakttiefe, Unflexibilität, Verletzlichkeit (emotional), zu schnelles „Sich öffnen / Sich zurückziehen“*

**Gallenblase 44 – Zu Qiao Yin (Yin Öffnung am Fuß)**

- *Schmerzen der Rippengegend, der Flanken, in Kopf, Unterbauch, Augen (durch Leber-Qi- Stagnation); Albträume, Traurigkeit, Stimmungsschwankungen, Überkorrektheit, Überkontrolle des Selbst, Wut kann nicht herausgebracht, eingefahrene Bahnen nicht verlassen werden, klärt beim Hang zum „Verzetteln“*

### ***Leber 1 – Da Dun (Sehr bescheiden)***

- ***Schmerz in Brust, Flanken, Genitalien; Erschöpfung, Mangel an Hoffnung, Vertrauen, Selbstwertgefühl, Autoaggression, kein Durchsetzungsvermögen***

#### ***▪ Ying-Quellen-Punkte:(Feuerpunkte auf Yin-, Wasserpunkte auf Yang-Leitbahnen)***

***Auch ihre Kraft und Dynamik bewirkt schnelle Veränderungen. Sie sind stark in ihrer Wirkung, besonders beim Ausleiten exogener oder endogener pathogener Faktoren. (Hitze!) Die Verwendung bei „heißen Körperempfindungen“ (G. Maciocia) lässt den Schluss zu, dass man sie, wie auch die Jing-Brunnenpunkte, bei Unruhezuständen (hier speziell aufgrund von Hitze/Feuer) einsetzen kann.***

### ***Lunge 10 – Yu Yi (Region der Fische)***

- ***Schmerzen von Daumen/Brust/Rücken/ Herzscherzen, Bauchschmerz; Erschöpfung, Shen beruhigend, Suchtbehandlung, fehlende emotionale Wärme, stark distanziertes Verhalten, Panzerung gegen äußere Einflüsse, Perfektionismus***

### ***Dickdarm 2 – Er Jian (Zweiter Zwischenraum)***

- ***allgemein schmerzstillend, muskuläre Verspannungen, Schulter- und Rückenschmerz, beruhigt, erstarrte innere Haltungen, „Abschottungstendenz“***

### ***Magen 44 - Nei Ting (innerer Hof)***

- ***Bauch-, Hals-, Zahnschmerzen, Stirnkopfschmerz, ständige Sorge und Ängste, Rückzugsverhalten***

### ***Milz 2 – Da Du (größte Hauptstadt)***

- ***Magenschmerzen, thorakaler Schmerz, Herzscherzen; Unruhe, belebt das Denken, Konzentrationsschwäche, Gedankenkreisen, fördert die mentale Aufnahme- und Verdauungsfähigkeit, Schlaflosigkeit***

### ***Herz 8 – Shao Fu (Palast des Shao)***

- ***Brust-, Herz-, Halsscherzen; stärkt/beruhigt Shen, Unruhe, Furcht, Depressionen, lässt stille Freude wieder zu, Traurigkeit, Kontaktscheu, Rückzug in die Einsamkeit***

### ***Dünndarm 2 – Qian Gu (Vorderes Tal)***

- ***Schmerzen in Kopf, Nacken, Kiefer, Hals, Schulterblatt, Arm (+ Taubheit), Augen; stagnierende Emotionen und Denkprozesse, mangelndes Vertrauen in die eigene Wahrnehmung, Unentschlossenheit***

### ***Blase 66 – Tong Gu (Freier Durchgang ins Tal)***

- ***Schmerzen des ganzen Körpers, Kopf-, Nacken-, Herzscherz, beruhigt Shen, fördert Mut und Vertrauen, immer den nächsten Schritt zu gehen und nicht aufzugeben***

### ***Niere 2 – Rang Gu (Flammen im Tal)***

- ***Schmerzen im Hals, in den Füßen, Herzscherzen, Willenskraftschwäche (Suchtbehandlung), Überbesorgtheit, Ängstlichkeit, innere Anspannung, Unruhe, emotionale Kälte, extremes Sicherheitsdenken***

**Perikard 8 – Lao Gong (Palast der Mühsal)**

- *chronische Erschöpfung, Folgen von Beziehungstraumen, Unruhe, Unzufriedenheit, Furchtsamkeit, Zurückgezogenheit, mangelnde Spontaneität und Lebensfreude*

**San Jiao 2 – Ye Men (Tor der Säfte)**

- *löst Stagnationen, fördert den Qi- Fluss, macht Leitbahnen und Netzgefäße frei, deshalb bei Schmerzen in Hand und Arm, Nacken, Ängstlichkeit, Gedächtnisverlust, Übererregtheit, Angstzustände, Herzklopfen, unflexibles Verhalten in sozialen Beziehungen, Egalisierung von Kontakten*

**Gallenblase 43 – Xia Xi (Eingeklemmter Bergstrom)**

- *wandernder Schmerz am ganzen Körper, Augenschmerz, Unterleibs-, Brust-, hypochondrischer Schmerz, unruhige, sorgenvolle Schlafstörungen, Mutlosigkeit, Zurückgezogenheit, aufgestauter Ärger, Ziel- und Entschlusslosigkeit, mangelndes Durchhaltevermögen*

**Leber 2 – Xing Jian (Zwischenraum der Wandlung)**

- *Schmerz in Kopf, Lenden, Hypochondrium; Wut und Reizbarkeit, Unruhe, Erschöpfung, Unzufriedenheit, traumgestörter Schlaf, Depressionen, Isolierung, Weinen, Angespanntheit, zu große Ernsthaftigkeit, Mangel an Freude und Lockerheit*

▪ **Shu-Bach-Punkte:** ( auf Yin- Leitbahnen Erdequalität, auf Yang-Leitbahnen Holz) Hier findet sich eine Konzentration des Wei Qi einerseits, was exogenen pathogenen Faktoren an dieser Stelle einen Eintrittsort bieten oder ihre Austrittspforte bilden kann. Da auf den Yin-Leitbahnen der Shu-Punkt auch der Yuan-Punkt ist, kommt er auch bei der Regulation der Haupt-Leitbahnen zur Anwendung. Allgemein nutzt man diese Punkte bei „Schweregefühl und Gelenkschmerzen“, bevorzugt die der Yang-Leitbahnen bei nässebedingten schmerzhaften Leitbahn-Obstruktionen, wie auch zur Elimination von Wind, Nässe, Kälte/Hitze (G. Maciocia).

**Lunge 9 – Tai Yuan (Größter Wasserstrudel)**

- *Brust-, Augen-, Rückenschmerz in den Arm hinein; beruhigt den Geist, Melancholie, Kummer, Ruhelosigkeit, Instabilität, Unausgeglichenheit, klare Abgrenzung fehlt, Suchtverhalten*

**Dickdarm 3- San Jian (Dritter Zwischenraum)**

- *Verspannungen, Arm-, Hand-, Zeigefinger-, Gesichts-, Augen-, Zahnschmerzen; Schreckhaftigkeit, Neues aufnehmen, sich von Altem trennen, es loslassen können, Abstand gewinnen*

**Magen 43 – Xian Gu (Versunkenes Tal)**

- *Schmerzen im Bauch , am Fuß, Zahnschmerzen, Depressionen, Manie, Verhaltensstörungen infolge eines Mangels an verankertem Denken*

**Milz 3 – Tai Bai (Größtes Weiß)**

- *Schmerzen in Kopf und Bauch (Magen), Herzschmerz durch gegenläufiges Magen-Qi, Unklarheit, "zuviel Denken"*

**Herz 7 – Shen Men (Tor des Shen, Tor der Heiterkeit)**

- **Herz-, Kopfschmerz, hypochondrischer Schmerz ; klärt den Geist, beruhigt das Herz, Unruhe, Persönlichkeitsstörungen (manisch-depressive), sexuelle Störungen psychischer Genese, Hysterie, Kummer, Sorgen, Ärger, Zurückgezogenheit, Schlaflosigkeit (Gedankenflut), Vergesslichkeit, Antriebslosigkeit, Vergesslichkeit, emotionale Leere, Angst, Panik**

**Dünndarm 3 – Hou Xi (hinterer Bergstrom)**

- **Schmerzen in Kopf, Nacken, unterem Rücken; Erschöpfung, Niedergeschlagenheit, Müdigkeit, Weinerlichkeit, harmonisiert Shen und Emotionen, Initiativlosigkeit, mangelnde Entscheidungsfähigkeit, schwaches Rückgrat**

**Blase 65 – Shu Gu (Den Knochen binden)**

- **Schmerzen am ganzen Körper, Kopf- und Nacken-, Rücken-, Hüftschmerzen; Unruhe, Manien, nicht zu bremsender Bewegungsdrang, Gefühle werden nicht zugelassen, Verharren in alten Strukturen, Schlawheit der Persönlichkeit**

**Niere 3 – Tai Xi (Größter Bergstrom)**

- **Wirbelsäulenschmerz besonders unterer Rücken, Schmerzen der Knie, Knöchel, Fersen, Halsschmerzen; bei Ängstlichkeit, Furcht, schwacher Willenskraft, Zurückziehen, Überehrgeiz, harmonisiert, stabilisiert, schützt vor Angstüberflutung**

**Perikard 7 – Da Ling (Großer Grabhügel)**

- **Herzschmerz, thorakaler Schmerz, Unruhe, Anspannung, Ängste, Traurigkeit, emotional bedingte Schlafstörungen, Unzufriedenheit, Kummer, beruhigt Shen, stabilisiert und erdet, Stimmungsschwankungen, Voreiligkeit**

**San Jiao 3 – Zhong Zhu (Zentrale Insel)**

- **Schmerzen in Hand, Ellenbogen, Arm, Nacken, Kopfschmerzen, schmerzhaft Bewegungseinschränkung der Finger, Wirbelsäulenschmerz in Herzhöhe; völlige Erschöpfung, verlangsamte Reaktion, Unausgeglichenheit (Euphorie und Depression), Anpassungsschwierigkeiten, Hoffnungslosigkeit**

**Gallenblase 41 – Zu Lin Qi (Tränenüberströmt am Fuß)**

- **Schmerzen im Hypochondrium, im Thorax, im unteren Rücken, Hüfte, Oberschenkeln, Fußrücken, Bi-Syndrome, Dysmenorrhoe, Brust- und Kopfschmerzen (Hinterkopf und Schläfen), chronische Migräne; Ängstlichkeit, Depressionen, unterdrückter Ärger, psychische Labilität, Neigung zum Weinen (unter Stress)**

**Leber 3 – Tai Chong (Größter Ansturm)**

- **entspannt Muskeln und Sehnen, Brust-, Bauchschmerzen; belebt/beruhigt Shen, Stress, unterdrückter Ärger und Kummer, Erregung, Ungeduld, Ängstlichkeit, Zögerlichkeit**

▪ **Jing-Fluss-Punkte:** (*Metall auf Yin-, Feuer auf Yang-Leitbahnen*)  
*Ihr Wirkungsbereich wird auf dem Gebiet der Atemwegserkrankungen angegeben, sowie bei Hitze- oder Kälteempfindungen. Bei Erkrankungen der Stimme und Stagnationen von Qi und Blut in den Leitbahnen empfiehlt das Ling Shu diese Punkte, wie auch für Sehnen und Knochen.*

**Lunge 8 – Jing Qu** (*Leitbahn-Abzugsgraben*)

- *Schmerzen des Herzens, der Arminnenseite, des Handgelenkes, „Sich nie gut genug fühlen“, „Altes nicht loslassen können“, emotionale Stagnation*

**Dickdarm 5 – Yang Xi** (*Bergstrom des Yang*)

- *allgemein schmerzstillend, Schmerz von Ellenbogen, Daumen, Unterleib, Unruhe, übertriebene oder fehlende Freude, Größenwahn, übermäßiger Pflicht- und Gerechtigkeitsinn, der erstarren lässt*

**Magen 41 – Jie Xi** (*befreiter Bergstrom*)

- *Schmerzen der Füße, Kopfschmerz, manisches Toben, beruhigt Shen, Depressionen, Sorgen, starke Trauer, unterstützt die Beweglichkeit des Denkens*

**Milz 5 – Shan qiu** (*Metall-Hügel*)

- *Schmerzen der Füße, der Oberschenkel (medial), schmerzhafte Gelenke, Schlaflosigkeit, mentale Überlastung, Unruhe, Steckenbleiben in Gedanken*

**Herz 4 – Ling Dao** (*Weg der Magischen Wirkkraft*)

- *Schmerzen im Herzen, in Brust, Ellenbogen, Oberarm, Fingergelenken; Hysterie, Kummer, Panik, Moralverlust, emotionale Erstarrung, tiefe Verbitterung, Kommunikation und Ausdruckskraft gestört, beruhigt Shen*

**Dünndarm 5 – Yang Gu** (*Yang-Tal*)

- *Nackenverspannungen, Schmerzen in Hand, Unterarm, Schulter, Kiefer, Augen, Hysterie, Unruhe, Zurückgezogenheit, Kontaktprobleme, Kontrollverlust*

**Blase 60 – Kun Lun** (*Kun-Lun- Gebirge*)

- *akuter Schmerz und Bewegungseinschränkung der LWS, HWS, des Nackens, Dysmenorrhoe, Schmerzen der Knöchel und Knie, Traurigkeit, Gefühlskälte, starre Persönlichkeit*

**Niere 7 – Fu Liu** (*Wiederkehrende Strömung*)

- *Schmerzen im unteren Rücken, Knochenschmerzen, erstarrte Emotionen, Antriebslosigkeit*

**Perikard 5 - Jian Shi** (*Bote des Zwischenraumes*)

- *Schmerz durch Blutstagnation, thorakaler Schmerz; Unsicherheit, Ängstlichkeit, Zurückgezogenheit, Manien, Agressionstendenz, übertriebener Aktivitätsdrang, moralische Überempfindlichkeit, emotionale Folgen lang anhaltender Trauer, Geschwätzigkeit ohne emotionale Tiefe und Zusammenhalt, Isolierung, Rückzug aufgrund verletzter Gefühle, Schutzpanzer*

**San Jiao 6 – Zhi Gou (abzweigender Graben) oder Fei Hu (fliegender Tiger)**

- **Schulter-Arm-Syndrom, starke muskuläre Verspannungen, Kopfschmerz, Torticollis gedämpfte Grundstimmung, Grenzüberschreitungen im Umgang mit sich und anderen, übersteigerte Kontaktsuche, ständige Unruhe**

**Gallenblase 38 – Yang Fu (Dem Yang helfen)**

- **lumbaler Schmerz, Migräne, Hüft-, Knieschmerz, Gallenkoliken; Reizbarkeit, Pessimismus, Zwanghaftigkeit, „Unglücklichsein“, Wutanfälle, mangelnde spontane Freude**

**Leber 4 – Zhong Feng (Versiegelte Mitte)**

- **Muskelkrämpfe, Unterbauch-, Lendenschmerz; allg. Leber-Qi-Stagnation, Depressionen (Wandlung in Freude), stärkt die Denkstruktur, Zögerlichkeit, fehlende Zielrichtung, zu invasives Denken und Handeln**

▪ **He-Meer-Punkte: (Wasser auf Yin-, Erde auf Yang-Leitbahnen)**

**Der Einsatz der He-Punkte, besonders der Yang-Leitbahnen, erfolgt vor allem bei Magen- Darm-Erkrankungen, sowie zur Befreiung der Oberfläche (Störungen der Haut) und der Muskeln. Auch die He-Punkte der Yin-Meridiane werden zur Behandlung von Fu-Erkrankungen genutzt.**

**Lunge 5 – Chi ze (Sumpf an der Ellenbeuge)**

- **Ellenbogenschmerzen, Reizbarkeit, Angespanntheit, festgefahrene Verhaltensmuster, fehlende Sanftheit, Zwanghaftigkeit, gibt Entschlossenheit, Durchhaltevermögen, Vertrauen ins Leben, Nachgiebigkeit, Unabhängigkeit**

**Dickdarm 11 – Qu Chi (Teich an der Krümmung)**

- **Schmerz und Kraftlosigkeit des Armes, Ellenbogenschmerz, Ohrenschmerzen, Überempfindlichkeit, Erregbarkeit, Schreckhaftigkeit, Freudlosigkeit, Gedächtnisschwäche, Traurigkeit, schnelle Erschöpfung, Suchtbehandlung, zwanghaftes Verhalten, Engstirnigkeit, Askese**

**Magen 36 – Zu San Li (Heimat des Qi am Bein)**

- **Schmerzen in Brust und Bauch, Depressivität, Lethargie, Schwerfälligkeit, Erschöpfung, Grübeln**

**Milz 9 – Yin Ling Quan (Quelle am Yin-Hügel)**

- **Schmerzen der Kniegelenke, unterer Rücken, Genitalregion, “Nicht annehmen und nicht geben können“ (Zuwendung), unrealistische Ängste, Unflexibilität**

**Herz 3 – Shao Hai (Meer des Shao Yin)**

- **Schmerz in Schultern, Arm, Brust, löst Gelenke; stabilisiert Shen, Schlaflosigkeit, Gedächtnis- und Konzentrationsschwäche, Angst vor Kontrollverlust, gestörter Sprachfluss, Zynismus, Panik**

**Dünndarm 8 – Xiao Hai (Kleines Meer)**

- **schmerzstillend; Nackenkopfschmerz, Schmerz in Schulter, Ellenbogen, Arm, Hand, Unterbauch; beruhigt, harmonisiert auch bei manischem Verhalten und Chaos, stabilisiert emotional, motorische Unruhe, Ziellosigkeit**

**Blase 40 – Wei Zhong (Mitte der Beugung)**

- **Wirbelsäulen- besonders LWS - Schmerzen, Knie-, Hüft-, Lendenschmerz, Schmerzen der Rückenmuskulatur, Unausgeglichenheit, Angst, Stolz, zu große Nachgiebigkeit, mangelnde Stabilität**

**Niere 10 – Yin Gu (Tal des Yin)**

- **schmerzlindernd, Wirbelsäulen-, Unterbauch-, medialer Beinschmerz, beruhigt das Herz, Willensschwäche; fördert Beharrlichkeit, Übererregtheit, Hektik, Angst**

**Perikard 3 – Qu Ze (Sumpf an der Krümmung)**

- **Herz- und Armschmerzen; innere Unruhe, Ängstlichkeit, Schreckhaftigkeit, Zaghaftheit, emotionale Aufregung, Nervenzusammenbruch; unausgeglichene Gefühle, explosive emotionale Ausbrüche, harmonisiert Emotionen, ermöglicht Zugang zu anderen Menschen**

**San Jiao 10 – Tian Jing (Himmlischer Brunnen)**

- **Schmerzen im Leitbahnverlauf (der drei Yang des Armes), in Kopf (Hinterhaupt), Nacken, Schulter, Arm, Ellenbogen; entspannt Sehnen, löst Steifigkeit und Stagnationen, thorakale Blockaden, Schwäche und Müdigkeit der oberen Extremität, Einsatz bei Leber-Qi-Stagnation mit Depressionen und Stimmungsschwankungen, bewegt blockierte Emotionen, Hysterie, Geschwätzigkeit, Freudlosigkeit, bringt Stabilität und Kontinuität in die Emotionen**

**Gallenblase 34 - Yang Ling Quan (Quelle am Yang- Hügel)**

- **Schmerzen der Muskeln und Sehnen, der Kniegelenke, der Schultern, hypochondrischer Schmerz, Ängstlichkeit, Unruhe, Erschöpfung, Stimmungsschwankungen, kristallisierte Wut, Planlosigkeit, stabilisiert Entschlüsse**

**Leber 8 – Qu Quan (Quelle an der Krümmung)**

- **wandernder Schmerz, Schmerzen im Genitalbereich, Oberschenkel, Unterbauch, Knie; Depressionen, Manie, Reizbarkeit, Unbeständigkeit, Angst auszurasen, zwanghafte Gewaltphantasien, mangelndes Durchhaltevermögen und Flexibilität, Ungeduld**

**Wendet man sich im Umgang mit den Antiken Punkten ihrer Anwendung als Wandlungsphasenpunkte zu, findet man hier in der Behandlung des Fibromyalgie-Syndromes natürlich eine große Bandbreite an Kombinationsmöglichkeiten. Man kann die Erkenntnisse, die man in Anamnese, Betrachtung, Puls- und Zungendiagnostik gewonnen hat, zunächst einordnen, versuchen, die Wurzeln als Schwerpunkt zu nehmen und von dort aus beginnend das System zu harmonisieren. Da sowohl Mangel- als auch Füllezustände der verschiedenen Wandlungsphasen, im Zusammenhang damit aber auch Schmerzen und psychische Aspekte über die physiologischen Zyklen in der Akupunktur beeinflusst werden können, wäre dies ein, zwar Geduld erforderndes, aber auf längere Sicht Erfolg versprechendes und auf mehreren Ebenen ansetzendes Therapieprinzip.**

*Eine andere, immer wieder erwähnte und verwendete Möglichkeit, Muskelschmerzen zu behandeln, ist die Kombination von Luo- und Yuan- Punkten der korrespondierenden Partner innerhalb einer Wandlungsphase. Während der Yuan-Punkt großen Einfluss auf die Zang hat und die Hauptleitbahnen reguliert, übernimmt der Luo-Punkt die Kollateralen und verstärkt die Wirkung des Yuan-Punktes auf die Organe und Meridiane. Yin- und Yang-Aspekt innerhalb der Elemente können harmonisiert, Innen- und Außen verbunden werden. Die Luo-Punkte werden in die Behandlung von FMS- Symptomatik aber auch gern einbezogen, weil sie einen Zugang zu den typischen Emotionen des zugehörigen Funktionskreises haben und den Patienten den Umgang mit ihren Gefühlen erleichtern oder überhaupt ermöglichen können (siehe M. Räke). Bei der im Rahmen der Fibromyalgie üblicherweise auftretenden Schmerzproblematik „überall“ und dem allgemeinem Schwächegefühl ist das große Luo-Gefäß der Milz mit seinem Punkt Milz 21 (Da Bao – Große Umhüllung) geradezu indiziert, um seine Kontrolle über die gesamten Netzgefäße des Körpers zu nutzen, das Blut darin zu bewegen und körperlich wie psychisch den Menschen als Ganzes zu umfassen, zu stabilisieren und zu schützen.*

*Will man auf die enge Verbindung von Körper und Geist im Rahmen der Erkrankung eingehen, bietet sich auch das Einbeziehen der Blasen-Leitbahn an. Gemeint ist damit die Kombination der Punkte des inneren und des äußeren Blasenastes am Rücken (auch mit den Hua Tuo Jia Ji- und Du Mai-Punkten). Hier können organische (über den inneren Ast, die Shu-Punkte), sowie psychische und spirituelle Aspekte (über die Punkte Blase 41 bis 53, auf dem äußeren Ast) sinnvoll verbunden und eingesetzt werden. Schon in den Namen, besonders der Punkte auf dem äußeren Blasenast, finden sich wertvolle Hinweise auf ihren Wirkungsbereich (z.B. Po Hu (Bl42) - Tor zur Körperseele; Yi Xi (Bl45) – Seufzen und Lachen; Yi She (Bl49) – Hütte der Gedanken; Zhi Shi (Bl52) – Zimmer des Willens... und andere). Die Beschreibung ihrer Möglichkeiten schließt, wie auch bei den Shu-Punkten, Schmerzindikationen mit ein. Viele Schmerzpunkte sind bei FMS-Patienten im Gebiet der Blasen-Leitbahn angegeben. Über diese Bahn werden insbesondere häufig auch chronische Erkrankungen (die in der Regel dem Yin zugeordnet sind) behandelt.*

#### **4.4 Kann eine gesunde Innen-Außen-Beziehung eine (erreichbare) Lösung sein?**

*Ebenfalls den Einsatz von Luo- und Yuan-Punkten, aber in einer völlig anderen Zusammenstellung und mit einem anderen Verständnis, finden wir in dem Behandlungssystem der Sechs Schichten nach Josef Weber-Bluhm. In seinem Konzept stellt er jenen Prozess in den Mittelpunkt, der zu somatischer Fixierung von Erkrankungen führt. Zuerst die Yang ming- und Tai yin- (als innerste) Schicht, dann als Zweite die Shao yang- und Jue Yin-Schicht (als mittlere und somit zwischen Tiefstem und Innerstem der Yin-Schichten und zwischen Innerstem und Äußerstem der Yang-Schichten vermittelnder Bereich), sowie als Dritte die Tai yang- und Shao Yin-Schicht, in der sich Unterstes und Tiefstes mit Oberstem*



*und Oberflächlichstem verbinden, werden nacheinander über eine Kombination ihrer Luo- und Yuan-Punkte behandelt, unter Umständen kombiniert mit Xi-Cleft- oder Himmelsfensterpunkten (je nach Symptomatik). Sein Gedanke dabei ist, sich so durch alle Schichten zum Herzen vorzuarbeiten und einen Verdauungsprozess zu bewirken, der letzten Endes zu Veränderungen der Verhaltensweisen in allen Bereichen (familiär, sozial, im Umgang mit sich selbst, beruflich) führen kann, der das Innere stabilisiert und ein besseres Einverständnis mit dem, was geschieht, eine klare Position zu dem, was uns gut tut, was wir schlucken können und wollen, erbringt. Die Luo-Gefäße, in ihrer guten Verbundenheit mit den Schichten, wertet er als psychisch enorm wirksam. Alte traumatische (auch psycho-emotionale) und bioklimatische Energien sind hier gesammelt. Sie zu aktivieren, wach zu rufen und in Bewegung zu bringen sorgt dafür, pathologische und physiologische Energien herauszulassen. Gerade Störungen aus dem psycho-somatischen Bereich, die schon komplexe Auswirkungen auf der somatischen Ebene zeigen, sind auf diesem Wege gut zu erreichen.*

*„...Alles, was wir in unverdauten Brocken runtergeschluckt haben oder schlucken mussten, um zu überleben, was (noch) unverdaut in uns liegt und an uns nagt, was wir – oft mit erheblichem Energieverbrauch, der uns erschöpft – abzukapseln versuchen und was dennoch wirksam bleibt, steht bei der Akupunktur der SECHS Schichten im Vordergrund. Gleichgültig, in welcher Schicht wir uns bewegen. Wir sind anfällig nur für diejenigen pathogenen Energien, deren Wirkrichtung wir eh schon in uns tragen; auch die Umwandlungen und Veränderungen im Körper sind ein Ergebnis davon. Letztendlich wirft uns das „Einfangen“ einer pathogenen Störung immer auf uns zurück und es ist eine Frage der Dichte zum eigenen Herzen, ob ich die „pathogenen Energien“ oder die Person in den Vordergrund, gar Mittelpunkt meiner Behandlung stelle.“<sup>(1)</sup>*

*In diesem Sinne scheint es möglich zu sein, die Wurzeln der Fibromyalgie zu erreichen und zu behandeln. Es braucht Zeit, es braucht Geduld und Veränderung. Ist eine Bereitschaft dazu, Veränderungen und Entwicklungsprozesse an sich und in sich selbst zuzulassen oder überhaupt wahrzunehmen nicht gegeben und auch nicht zu aktivieren, mögen die Erfolgchancen für die Behandlung nur gering sein. Bluhms Konzept der Sechs Schichten umfasst schon allein 12-14 Behandlungen und diese sollten auch komplett erfolgen. Eine weitere Behandlung über die Wandlungsphasen und, wenn erforderlich, über die Ba Mai ist dann immer noch möglich.*

---

<sup>(1)</sup> Zitate: (1) J. Weber- Bluhm : Die Wege des Herzens und der Weg zum Herzen (Naturheilpraxis 1/2006/TCM)

## 5. Schlussbemerkung

*Letzten Endes ist die Behandlung des Fibromyalgie-Syndromes so individuell wie seine Erscheinung und davon abhängig, ob man allein auf den Schmerz zielt oder sich auf ein Puzzle einlässt, in der Hoffnung, am Ende sowohl innen als auch außen Stabilität und Wohlbefinden zu erreichen. Akupunktur ist nur eine von vielen Möglichkeiten und selbst in ihr gibt es schon eine Menge verschiedener Ansichten zum Vorgehen.*

*Dreh- und Angelpunkt bleibt aber immer wieder die Diagnostik und eine klare Aussage darüber, was ein Fibromyalgie-Syndrom wirklich ist - oder was wirklich Fibromyalgie ist. Es fehlen Aussagen zu Pulsen, auch Zungenbilder können nicht zum Vergleich herangezogen werden, einfach, weil die Patienten von schulmedizinischer Seite zwar eine Diagnose bekommen haben, diese aber viel zu wenig über den gesamten Zustand des Menschen aussagt und somit sehr verschiedene Patiententypen ins Blickfeld gelangen.*

*Lassen wir also den Namen einmal im Raume stehen und behandeln nach unseren Erkenntnissen aus der Untersuchung und Befragung (als Akupunkteur) heraus, so gehen wir in der Regel um mit einer Inneren Störung mit Wurzeln im emotionalen Bereich und mit äußeren Zeichen. Das bedeutet folglich für eine Wurzelbehandlung, nicht auf den Schmerz fixiert zu sein, sondern die Inneren Zeichen zu deuten, die Disharmonie der Zang-Fu zu behandeln, immer unter Einbeziehung der geistig-seelischen Aspekte, um Shen zu erreichen und aus der Tiefe heraus eine harmonische Verbindung nach außen zu schaffen, die Mitte wieder zu finden und zu stärken.*

*Nicht vergessen sollte man dabei, sich verändernde Einstellungen bei den Patienten zu erkennen, sie zu aktivieren und sie darin bestärken, sich bewusst wahrzunehmen, darauf zu horchen, was ihnen gut tut und was nicht, sich gut zu nähren, um das nachgeburtliche Vermögen zu stärken und die Erkrankung allmählich aus dem Mittelpunkt ihres Lebens zu schieben, um wieder selber, mit ihrer ganzen Persönlichkeit diesen Platz einnehmen zu können.*

## **6. Literatur/Quellenangaben:**

### **Bücher:**

*Martina Räke: Fibromyalgie erfolgreich behandeln (Pflaum Verlag)*

*David Legge: Die Behandlung von muskuloskelettalen Störungen mit TCM (VfGM)*

*Dr. C. Chan Gunn: Die Behandlung chronischer Schmerzen nach Gunn*

*Dr. med. Leon Hammer: Psychologie & Chinesische Medizin (JOY-Verlag)*

*Dr. med Siegbert Tempelhof: Fibromyalgie (Weltbild-Verlag)*

*Udo Lorenzen / Andreas Noll: Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin (Band 1-5) (Verlag Müller& Steinicke)*

*Udo Lorenzen: Mikrokosmische Landschaften, Band 2 (Verlag Müller&Steinicke)*

*Joseph V. Müller: Den Geist verwurzeln (Verlag Müller&Steinicke)*

*C. Focks / N. Hillenbrand: Leitfaden Chinesische Medizin (Verlag Urban &Fischer, Elsevier)*

*G. Maciocia: Die Grundlagen der Chinesischen Medizin (VfGM)*

### **Artikel:**

*U. T .Egle / M.-L. Ecker-Egle / R. Nickel / B. van Houdenhove: Fibromyalgie als Störung der zentralen Schmerz- und Stressverarbeitung (Psychother. Psych. Med. 2003/53/1-11)*

*C.-H. Bückendorf: Störungen der hormonellen Balance: CFS und FMS (Naturheilpraxis 06/2007/847)*

*Stefan Duschl: Fibromyalgie (Naturheilpraxis10/2007/1440)*

*Autor o.A.: Fibromyalgie (VeT-Mitteilungen 3/2001/15)*

*M. Richter / R. Häfner: Schmerzverstärkungssyndrome (Naturheilpraxis 5/2007/653)*

*Dr. A.-M. Riegel: Fibromyalgie - Das Schmerzsyndrom im Lichte der TCM (Der Heilpraktiker & Volksheilkunde 2/2007/15)*

*Informationsblätter der Klinik am Steigerwald (Themen: Schmerz und Fibromyalgie)*

*Joseph Weber-Bluhm: Der Weg zum Herzen und der Weg des Herzens (Naturheilpraxis 01/2006)*

### **Vorträge:**

*Radha Tambirajah zum Thema: Fibromyalgie (TCM-Kongress Rothenburg o.d.T.2007)*

*Josef Weber-Bluhm: Wochenendseminar zum Thema: Praktisches Arbeiten mit Shen und Ling*