

Die Wechseljahre des Mannes aus der Sicht der chinesischen Medizin und ihre Behandlung am Beispiel der Prostatahyperplasie

Kurzseminar gehalten beim FDH-Schleswig-Holstein am 29. Januar 2011 in Kiel von

UDO LORENZEN

Die Reifung des Konfuzius

Mit 15 Jahren hatte ich den Willen zu Lernen.

Mit 30 Jahren stand ich aufrecht.

Mit 40 Jahren hatte ich keine Zweifel mehr.

Mit 50 Jahren kannte ich mein himmlisches Schicksal.

Mit 60 Jahren waren meine Ohren offen.

Mit 70 Jahren konnte ich den Wünschen meines Herzen folgen, ohne die Regeln zu übertreten!

Ling Shu, Kap. 54 (Tian Nian - Die himmlischen Jahre)

Mit 10 Jahren ist die Entwicklung der 5 Zang-Organen vollständig, Blut und Qi zirkulieren gleichmäßig durch den Körper. Da in dieser Zeit sich das Qi besonders im unteren Teil des Körpers bewegt, möchte der Mensch am liebsten rennen!

Mit 20 Jahren sind Qi und Blut im Übermass vorhanden, alle Muskeln sind nun voll entwickelt. Deshalb möchte der Mensch sich behände und geschmeidig bewegen.

Mit 30 Jahren sind die 5 Zang-Organen voll entwickelt. Die Muskeln sind stark und fest und die Blutgefäße sind voll und kräftig. Deshalb möchte der Mensch sich mit festem Schritt vorwärts bewegen.

Mit 40 Jahren sind die 5 Zang- und die 6 Fu-Organen perfekt entwickelt und stabil, die Zwischenräume der Haut und der Muskeln beginnen schlaffer zu werden und der Glanz im Gesicht geht zurück, das Haar fängt an grau zu werden.

Mit 50 Jahren beginnt das Leber-Qi abzunehmen, die Leberblätter schrumpfen, die Gallenflüssigkeit wird weniger und die Sicht wird verschwommener.

Mit 60 Jahren beginnt das Herz-Qi abzunehmen, Emotionen wie Ängstlichkeit, Sorgen und Traurigkeit nehmen zu. Blut und Qi werden schwächer.

Mit 70 Jahren wird das Milz-Qi schwächer und die Haut vertrocknet.

Mit 80 Jahren nimmt das Lungen-Qi ab und die Körperseele Po kann nicht mehr beherbergt werden. Nun passieren häufiger Fehler beim Sprechen.

Mit 90 Jahren ist das Nieren-Qi erschöpft und die Leitbahnen und die Zang-Organen sind nun extrem schwach.

Mit 100 Jahren ist das Qi und Blut aller Zang-Organen völlig erschöpft und die Geisteskraft (Shen Qi) zerstreut sich. Obgleich die körperliche Form noch existiert, ist das Leben nun zu Ende.

Su Wen, Kapitel 1 – Über die himmlischen Echten der Vorzeit (die himmlische Bestimmung vermittelt des Nieren-Qi)

... „Wenn ein Mädchen **1 x 7 Jahre** alt ist, vollendet sich ihr Nieren-Qi, ihr Zahnwechsel beginnt und ihre Haare werden länger. Mit **2 x 7 Jahren** erreicht sie die Geschlechtsreife. Ihr Ren Mai-Gefäß ist nun durchgängig und ihr Chong Mai-Gefäß vollendet (in Fülle). Die Blutungen erscheinen jetzt regelmäßig und das Mädchen kann Kinder bekommen. Mit **3 x 7 Jahren** ist das Nieren-Qi der Frau ausgeglichen. Die letzten Zähne treten hervor, und der Körper ist nun voll ausgewachsen. Mit **4 x 7 Jahren** sind die Knochen und Muskeln der Frau fest, ihre Haare sind in voller Pracht, ihr Körper ist kräftig und robust. Mit **5 x 7 Jahren** beginnen ihre Yang Ming-Leitbahnen schwächer zu werden. Das Gesicht der Frau bekommt Falten, und ihre Haare beginnen auszufallen. Mit **6 x 7 Jahren** erschöpfen sich die Energien aller Yang-Leitbahnen im oberen Bereich. Ihr Gesicht wird immer faltiger, und ihre Haare werden grau. Mit **7 x 7 Jahren** ist das Ren Mai-Gefäß der Frau erschöpft und ihr Chong Mai verringert seine Aktivität. Die Geschlechtsreife ist nun beendet und die Leitbahnen der unteren Region verschließen sich. Ihr Körper wird nun alt und sie kann keine Kinder mehr bekommen.

Wenn ein Junge das Alter von **1 x 8 Jahren** erreicht, ist sein Nieren-Qi angefüllt. Seine Haare werden länger, und der Zahnwechsel setzt ein. Mit **2 x 8 Jahren** ist sein Nieren-Qi vollendet und er erreicht die Geschlechtsreife. Er hat Samen im Überfluss, den er ausfließen lassen möchte. Wenn er sich nun mit einer Frau vereinigt, kann er schon Kinder zeugen. Mit **3 x 8 Jahren** ist sein Nieren-Qi voll ausgerichtet. Der Mann hat feste Muskeln und starke Knochen, seine letzten Zähne kommen heraus, und er ist voll ausgewachsen. Mit **4 x 8 Jahren** ist er im Vollbesitz seiner Kräfte. Alle Sehnen, Muskeln und Knochen sind robust und stark. Im Alter von **5 x 8 Jahren** wird sein Nieren-Qi schwächer. Der Mann beginnt, Haare zu verlieren, und seine Zähne werden schlecht. Mit **6 x 8 Jahren** erschöpft sich seine Yang-Energie in den oberen Regionen, sein Gesicht beginnt, Falten zu bekommen und sein Schläfenhaar wird grau. Mit **7 x 8 Jahren** schwächt sich das Leber-Qi des Mannes ab; seine Muskeln werden schlaffer, seine Geschlechtskraft (Potenz) wird schwächer, und seine Essenz verringert sich. Sein Nieren-Qi ist jetzt in einem erbärmlichen Zustand, der Mann ist an seinem Wendepunkt angelangt.¹ Mit **8 x 8 Jahren** verliert er sein Kopfhaar und seine Zähne.

¹ Die Wechseljahre des Mannes beginnen also aus chinesischer Sicht im Alter von 56 Jahren.

Die Nieren kontrollieren den Wasserhaushalt und speichern die Essenzen aller Zang Fu-Organe. Wenn die fünf Zang übervoll sind, kann der Überfluss in den Nieren gespeichert werden. Im Alter jedoch trocknen alle fünf Zang-Organe aus: Die Muskeln und Knochen werden schwächer, und natürlicherweise lässt auch die sexuelle Energie nach. Kopfhaar und Schläfenhaare des Mannes ergrauen, sein Körper wird schwerfällig, seine Haltung beim Gehen krumm, er kann nun keine Kinder mehr zeugen.”

Prostatahyperplasie

Einleitung:

Eine Vergrößerung der Prostata betrifft mehr als die Hälfte der älteren Männer über 50 Jahre. Sie ist die häufigste Ursache für Blasenentleerungsstörungen bei Männern. Die westliche Medizin hat dafür den Begriff *Benigne Prostatahyperplasie* (im Folgenden mit BPH abgekürzt) geprägt. Die Ätiologie ist weitgehend unbekannt, die Krankheit beginnt zumeist zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr und führt oft zu beträchtlichen Einschränkungen der Lebensqualität des Mannes. Sie markiert einen neuen Lebensabschnitt des Mannes, der zum Alter quasi dazu zu gehören scheint (im Volksmund „*Altersprostata*“).

Die Prostata in der westlichen Medizin:

Eine gesunde Prostata ist etwa kastaniengroß, sie befindet sich hinter dem Schambein unterhalb der Blase und wird von den Beckenmuskeln umschlossen. Die Hauptaufgabe der Prostata ist die Bildung von Sekreten. Sie beginnt erst mit der Pubertät, wenn die Prostata unter dem Einfluss von Testosteron, dem männlichen Geschlechtshormon, zu einem funktionstüchtigen Organ heranwächst. Das Sekret der Prostata Drüsen ist milchig-trübe, dünnflüssig und leicht sauer. Neben zahlreichen Stoffen wie Zink, Fruktose und Cholesterin enthält es auch Enzyme. Das sind Eiweiße mit wichtigen Aufgaben wie z.B. die Bildung des **PSA** (prostata-spezifisches Antigen).

Das PSA ist ein Protein und Teil des Samens, der dafür sorgt, dass die Samenflüssigkeit sich verflüssigt. Eine geringe Menge des prostataspezifischen Antigens ist im Blut nachweisbar und spielt in der Prostatakarzinomdiagnose eine wichtige Rolle. Normalerweise ist der PSA-Wert im Blut sehr niedrig, eine deutliche Erhöhung der PSA-Konzentration dient als Hinweis auf eine mögliche Krebsentwicklung.

Ein weiterer Bestandteil des Prostatasekrets ist Spermin; es schützt die DNA der Spermien und verleiht dem Sperma seinen charakteristischen Geruch. Das Prostatasekret macht einen Großteil der Spermamenge aus. Wie oben beschrieben, ist es wichtig für die Funktionstüchtigkeit und Beweglichkeit der Spermien und damit für die Zeugungsfähigkeit des Mannes. Auch am Hormonstoffwechsel ist die Prostata beteiligt: Sie wandelt das männliche Geschlechtshormon Testosteron in seine biologisch aktivste Form um, das Dihydrotestosteron (DHT).

Die Prostata unterstützt auf Grund ihrer Lage den Blasenhalshals und damit den Verschluss der Harnblase. Beim Wasserlassen verschließt die Muskulatur von Blase und Prostata die Spritzkanälchen und die Ausführungsgänge der Prostatadrüsen, damit kein Urin eindringen kann. Beim Geschlechtsverkehr aktivieren Nervenimpulse des Sympathikus unwillkürlich verschiedene Muskeln: Durch die Spritzkanälchen pressen die Samenleiter die Spermien und die Samenbläschen ihr Sekret in den von der Prostata umschlossenen Teil der Harnröhre. Dorthin wird auch das Prostatasekret gedrückt. Zugleich sorgt die Muskulatur von Prostata und Blasenhalshals dafür, dass das Sperma, das aus den jetzt miteinander vermischten Flüssigkeiten besteht, nicht in die Harnblase gelangt. Dann wird die Ejakulation ausgelöst: die Beckenbodenmuskeln und die Muskulatur um die inneren Teile der Schwellkörper ziehen sich rhythmisch zusammen und befördern so das Sperma durch die Harnröhre nach außen. Das Prostataorgan spielt also eine nicht unerhebliche Rolle beim Geschlechtsakt.

Die Prostatahyperplasie in der westlichen Medizin:

Alleine in Deutschland leiden über 4 Millionen Männer an einer Stenosierung, d.h. einer Verengung der Harnröhre. In den meisten Fällen ist dafür die benigne Prostatahyperplasie verantwortlich. Es handelt sich dabei um eine hormonell bedingte Vergrößerung der Prostata, die zur Folge hat, daß die durch die Prostata führende Harnröhre zusammengedrückt wird. Dann kann die Blase nicht mehr vollständig entleert werden.

Die klinischen Symptome sind:

Häufiger Harndrang: dieses Symptom erscheint schon in einer frühen Phase der BPH; der Patient wird davon besonders nachts aus dem Bett getrieben, in schweren Fällen zehnmal und mehr; auch der Tagesablauf wird zunehmend von dem Gedanken bestimmt, eine Toilette zu finden;

Erschwertes Wasserlassen: der Patient muss eine Weile warten, bis der Urin läuft, der Harnstrahl ist kümmerlich, später geht der Urin nur noch tröpfchenweise ab;

akute Harnverhaltung: unter besonderen Umständen (Alkohol, Obstipation, Kälte, Steinbildung) kann der Harnfluss völlig blockieren und eine akute Harnverhaltung entsteht;

Inkontinenz: wenn die Blase nicht ausreichend entleert werden kann, entsteht ein überhöhter Druck in der Blase, so dass der Schließmuskel der Blase nicht mehr ausreichend arbeitet. Urin tröpfelt dann unter bestimmten Umständen (Laufen, Husten, Niesen, körperliche Anstrengung) unfreiwillig heraus;

Blut im Urin: durch den ständig überhöhten Druck auf die Blase entsteht Hitze und kleine Gefäße werden zerstört, sodass manchmal Blut im Urin erscheint;

Komplikationen: bei Stauung des Urins bis zu den Nieren kann eine lebensgefährliche Niereninsuffizienz auftreten, außerdem können Appetitlosigkeit, Erschöpfung, Übelkeit, Erbrechen und Hypertonie entstehen.

Die Diagnose erfolgt in der Regel durch einen Tastbefund vom Enddarm aus und durch eine Ultraschalluntersuchung; hier wird durch das Rektum eine Sonde eingeführt, die Volumen, Form und Struktur der Prostata erfassen kann. Für die Differentialdiagnose sind Krankheiten wie chronische Prostatitis, Prostatakarzinom, Blasensteine, Blasentumore, Blasenlähmung und eine Harnröhrenverengung in Erwägung zu ziehen.

Die Therapie der BPH ergibt sich aus der Analyse der individuellen Symptomatik, dem Grad der Harnverhaltung und der dadurch verursachten Beschwerden. Im ersten Stadium der BPH ist eine medikamentöse Therapie erfolgversprechend. Nach ihrem Wirkungsmechanismus werden die Medikamente zur Behandlung der BPH in Phytotherapeutika, Antiandrogene und Alpha-Rezeptoren-Blocker unterteilt, letztere haben häufig erhebliche Nebenwirkungen, welche die Lebensqualität des Mannes einschränken.

Bei Restharmengen > 100 ml und ausgeprägter Symptomatik wie Harnverhalt, Überlaufinkontinenz, Blasensteinbildung und rezidivierenden Harnwegsinfekten (klinische Stadien II und III) kommt die operative Behandlung in Frage. Die Operation der Prostata erfolgt durch eine transurethrale Resektion oder durch eine offene Prostatektomie (mit Bauchschnitt). Besonders die operative Behandlung hat für den Mann schwerwiegende Folgen, seine sexuellen Möglichkeiten nach einer Operation sind deutlich eingeschränkt, in vielen Fällen entsteht eine Impotenz und Inkontinenz.

Die Prostata in der chinesischen Medizin:

Verglichen mit der großen Bedeutung, die die Prostata in der westlichen Medizin für den Mann hat, wundert es, dass dieses Organ in den klassischen chinesischen Medizintexten überhaupt nicht erwähnt wird. Dabei werden z.B. in Texten der inneren Alchemie *Nèi Dān* 內丹 bestimmte Rückführungstechniken des Samens detailliert beschrieben, bei welchen die Prostata involviert gewesen sein muss. Möglicherweise ist der Grund dafür eine völlig andere Bedeutung und Bewertung der Sexualität des Mannes im alten China².

Betrachten wir die Pathologie der benignen Prostatahypertrophie (BPH), erkennen wir als allgemeinstes Problem Störungen beim Wasserlassen. Dieser Symptomkomplex wird in der chinesischen Medizin seit alters als Lin-Syndrom bezeichnet, er umfasst im weitesten Sinne die Symptomatik der BPH.

Lín – Syndrom (*lín zhèng* 淋症) = „tröpfelnde Krankheit“ (engl. *strangury*) integriert in der chinesischen Medizin alle Störungen beim Wasserlassen, angefangen von einer banalen Blasenentzündung bis hin zur Gonorrhoe. Das auch die **Gonorrhoe** im Konzept der Lin-Erkrankungen ihren Platz hat, ergibt sich aus ihrer ähnlichen Symptomatik: Drang zum Wasserlassen, brennende Schmerzen bei der Miktion, tröpfelnder Urin, krampfartige Schmerzen im Unterbauch, Erschöpfung und Müdigkeit. Auch den trüben Ausfluss aus der Harnröhre beim Tripper finden wir als Symptom einer Lin-Erkrankung wieder.

Im *Zhū Bìng Yuán Hòu Lùn* 諸病源候論, dem ersten klassischen Werk über Ätiologie und Pathogenese verschiedener Krankheiten (610 n. Chr.) aus der Sui-Dynastie finden wir als allgemeinste Ursachen der Lin-Krankheiten eine Nierenschwäche und Hitze in der Blase.

² Vielleicht war die Prostata als männliches Organ im alten China so unauffällig, weil sie wie selbstverständlich in die Sexualorgane und -funktion des chinesischen Mannes integriert war? Die chinesische Medizin mit ihren Ideen zur Gesundheitserhaltung und Lebensverlängerung war a) eine Gelehrten-Medizin, die sich an die Männer der höheren Gesellschaftsschichten richtete und b) eine im wesentlichen von Männern dominierte Medizin, die Frauen nur unter dem Aspekt ihrer Fortpflanzungsfähigkeit betrachtete. Darum spielt auch der Uterus *zi gōng* 子宮 als Organ in der traditionellen Frauenheilkunde eine so große Rolle.

Ein wichtiges Statussymbol des Mannes im alten China war u.a. seine Potenz. Die Nebenfrauen, die sich ein wohlhabender Chinese „leisten“ konnte, garantierten ihm ein sexuell erfülltes Leben auch im Alter. In der Männerheilkunde *nán kē* 男科 standen deshalb Schwäche und Potenzstörungen im Vordergrund der Pathologie.

„Blase und Niere bilden Außen und Innen, beide beherrschen das Wasser. Das Wasser tritt in den Dünndarm ein und wandert nach unten zur Blase, geht zu den Genitalien und bildet dort den Urin. Wenn das Nieren-Qi bis zu den Genitalien hindurchgeht, können diese die Körperflüssigkeiten über die Wasserwege nach unten führen.

Wenn jedoch Essen und Trinken unregelmäßig sind, Freude und Zorn übermäßig und Leere und Fülle nicht ausgewogen sind, dann sind die Zang Fu-Organen nicht harmonisch, es entsteht eine Nierenschwäche und Hitze in der Blase. Die Blase hat die Verwaltung der Körperflüssigkeiten inne; bei Hitze fließen die Flüssigkeiten im Inneren über und wandern in die Hoden; die Wasserwege sind blockiert, das Wasser kann weder nach oben noch nach unten gehen, es stagniert und sammelt sich in der Blase an. Aus der Nierenschwäche entwickelt sich häufiges Wasserlassen, aus der Blasen-Hitze folgt, dass das Wasser nicht glatt und ungehindert nach unten austreten kann. So entsteht ständig tröpfelnder Urin, deshalb nennt man dies Lin-Erkrankung! Die daraus entstehenden Beschwerden sind häufiges Wasserlassen mit spärlichem Urin, Unwohlsein und Kneifen im Unterbauch sowie krampfartige, zusammenziehende Schmerzen“ (Kap. 14)

Es werden dann im weiteren Text fünf Arten der Lin-Erkrankungen unterschieden, in Resonanz mit dem naturalistischen Weltbild der fünf Wandlungsphasen *wǔ xíng* 五行, das die medizinischen Ideen auch der Sui-Dynastie (581-618 n. Chr.) beherrschte.

- *Shí Lín* 石淋 = Stein-Lin
- *Láo Lín* 勞淋 = Strapazen-Lin
- *Xuè Lín* 血淋 = Blut-Lin
- *Qì Lín* 氣淋 = Qi-Lin
- *Gāo Lín* 膏淋 = Fett-Lin

1. *Shí Lín* 石淋 = Stein-Lin

Das Wasserlassen ist behindert durch die Bildung von Sand und Steinen. Die Ursache ist eine Hitzeansammlung im unteren Erwärmer, welche den Urin verdampft und eindickt. *„Nierenschwäche lässt Hitze zerstörerisch werden, Hitze ist der Grund, dass sich Steine bilden.“*

Die Symptome sind: das Wasserlassen ist erschwert oder sogar unterbrochen mit unerträglichen Schmerzen im Unterbauch; wenn Sand oder Steine abgehen, sind die Schmerzen gemildert mit dunklem oder blutigem Urin. Einseitige Rückenschmerzen, die zum Abdomen ausstrahlen, sind nicht ungewöhnlich. Das therapeutische Prinzip ist, die Hitze zu klären, Nässe abzuleiten und die Steine aufzulösen.

2. *Láo Lín* 勞淋 = Strapazen-Lin

Das Wasserlassen ist behindert auf Grund einer chronischen Erkrankung oder Überanstrengung, die zu einer Schwäche von Niere und Milz führt und daraus resultieren Nässe- und Hitzeansammlungen. *„Überanstrengung schädigt das Nieren-Qi, wieder entsteht Hitze und vollendet die Lin-Erkrankung!“*

Die Symptome sind: tröpfelnder Urin, anfallsartige Erschöpfung, Schwäche in der Lendengegend und Knien, Überdruß, die Zunge ist blass, wenn Hitze überwiegt, auch gerötet, der Puls ist kraftlos, wenn Hitze überwiegt, auch schnell. Erschwertes Wasserlassen durch Überanstrengung wird in 2 Typen unterschieden, den Nieren-Typ und Milz-Typ. Bei Milzschwäche ist das Milz-Qi aufzufüllen, bei Nierenschwäche ist das Nieren-Qi aufzubauen und zu nähren. Wenn Hitze im Spiel ist, muss diese geklärt werden.

3. *Xuè Lín* 血淋 = Blut-Lin

Das Wasserlassen stagniert durch zuviel Hitze im unteren Jiao, welche das Qi-Zirkulation blockiert und zu Blut im Urin führt. *„Das Herz beherrscht das Blut und seine Bewegungen im Körper. Sind alle Leitbahnen und Nebengefäße durchgängig, zirkuliert es in allen Zang-Fu-Organen. Wenn aber Hitze übermäßig wird, dann zerstreut sich das Blut zu sehr (nach außen) in die Leitbahnen und schädigt diese. Dann fließt das Blut über und tritt in die Blase ein. Daraus entwickelt sich dann die Blut-Lin- Erkrankung.“*

Die Symptome sind: starke Hitzeempfindungen, evt. Fieber, schwieriges Wasserlassen mit stechenden Schmerzen, dunkler, rötlicher Urin, manchmal mit Blutklumpen, die Zunge ist rot mit einem gelben Belag, der Puls ist schnell oder auch überflutend, wegen der Schmerzen saitenförmig. Überwiegt eine Leere-Hitze, dann sind die Schmerzen geringer und der Urin etwas heller, es herrscht Schwäche in der Lendengegend und in den Beinen, allgemeine Müdigkeit und Kraftlosigkeit. Der Puls ist oberflächlich, evt. fadenförmig und schnell, die Zunge weniger rot und der Belag ist dünn und gelb. Das Behandlungsprinzip bei Fülle-Hitze ist: klären der Hitze und schützen der Säfte, bei einer Leere-Hitze ist das Yin und das Blut zu nähren.

4. *Qì Lín* 氣淋 = Qi-Lin

Das Wasserlassen ist erschwert durch Qi-Stagnation im unteren Jiao. Qi-Lin entsteht durch Schwäche der Milz und der Niere und Hitzeansammlungen in der Blase. *„Qi-Lin entsteht durch eine*

Nierenschwäche und Hitze in der Blase, wobei sich das Qi aufbläht. Blase und Niere bilden Außen und Innen. Wenn die Niere schwach ist, entsteht Hitze in der Blase. Tritt das heiße Qi in die Blase ein, entsteht eine Fülle-Situation. Dadurch schwillt der Unterbauch an und die Nierenschwäche kann das Wasserlassen nicht mehr kontrollieren. So bildet sich eine Lin-Erkrankung.“

Die Symptome sind: schmerzhaftes Wasserlassen mit aufgeblähtem Unterbauch und ziehenden Schmerzen, es herrscht ein schwacher Harnstrahl mit ständigem Tröpfeln vor. Zur Behandlung ist das Qi von Milz und Niere zu stärken. Bei einer dominierenden Qi-Stagnation ist die Region unterhalb des Bauchnabels sehr aufgebläht und das Wasserlassen sehr schmerzhaft. Das Behandlungsprinzip besteht in der Verbesserung der Qi-Zirkulation und in der Förderung der Diurese.

5. Gāo Lín 膏淋 = Fett-Lin

Das Wasserlassen ist erschwert durch fettige Absonderungen aus der Harnröhre. *„Beim Gao-Lin entsteht die Harnverhaltung durch Fettbildungen. Diese sehen wie eine fettige Paste aus, deshalb nennt man sie gāo 膏. Man nennt (diese Krankheit) auch ròu lín 肉淋 = fleischiges-Lin. Durch eine Nierenschwäche können die fettigen Ye-Säfte 液 nicht verteilt werden, deshalb kommen sie beim Wasserlassen alle heraus.“*

Die Symptome sind: trüber bis öliger Urin, reiswasserähnlicher Urin, der schwer abgeht. Auch hier gibt es einen Fülle und einen Leere-Typus: der Leere-Typus hat Kälteempfindungen im Unterbauch, leichte Schmerzen beim Wasserlassen und Schwäche in der Lumbalregion und in den Knien; der Fülle-Typus zeigt ein Nässe-Hitze-Übel im unteren Erwärmer mit Hitze-Gefühl beim Wasserlassen und stärkeren Schmerzen, Lumbago, Kopfschmerzen, evt. Fieber. Das Behandlungsprinzip ist wie immer bei Leere das Stärken von Milz und Niere, um die Stoffwechselfunktionen dieser Organe zu fördern und die Fettansammlungen aufzulösen; bei Fülle ist wieder die Hitze zu klären und die Nässe auszuleiten.

Akupunkturpunkte bei Lin-Erkrankungen:

Mi 9, Ren 4, Gbl 39, Le 1, Bl 32, Ni 6, Ni 5, Ren 2, Bl 27, Ni 8, Ni 2, Bl 33

Qi-Lin : Ni 8, Mi 9, Le 1, Ren 5, Ren 4, Ni 1, Le 14

Blut-Lin : Ni 2, Ni 7, Ren 5 (Moxa), Bl 32

Stein-Lin : Ren 4, Ren 5

Lao-Lin: Ni 8, Mi 3 (Moxa), P 8, Qi Men (Extrapunkt)

Gao-Lin: Ni 3, Mi 3, Mi 9

alle 5 Lin: Le 1, Ren 2, Ren 3, Ren 5, Le 4, GBL 39, Ni 7, Ni 4, Qi Men.

Benigne Prostatahyperplasie (BPH) in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM)

In der modernen Variante der chinesischen Medizin, der TCM³, bekommt die Prostata einen Namen, sie erscheint als organische Struktur *qián liè xiàn* 前列腺 („Vorsteherdrüse“) und wenn sie vergrößert ist, entsteht das Krankheitsbild *qián liè xiàn zēng shēng zhèng* 前列腺增生症 = „Hyperplasie der Prostata“. Die TCM differenziert dafür vier Krankheitsmuster:

1. *shī rè xià zhù* 濕熱下注: Nässe-Hitze konzentriert sich im unteren Bereich:

Ätiologie und Pathogenese: Nieren- und Milzschwäche und/oder Hitze in der Blase, Ernährungsfehler (zuviel Fett, Alkohol oder Süßes) führen zur Bildung und Ansammlung von Nässe und Hitze

Symptome: Schwellung der Prostata, tröpfelndes, erschwertes Wasserlassen, Harnverhalten, der Urin ist rötlich und trübe, weiter: erschwerter Stuhlgang, trockener Mund und klebriger Mundgeschmack

Diagnose: die Zunge ist gerötet, der Belag ist gelb und schmierig, der Puls ist schlüpfrig (*Hua Mai*) und schnell (*Shuo Mai*), evt. auch fadenförmig (*Xi Mai*) und schnell;

³Die TCM ist ein relativ modernes Produkt der Volksrepublik China, die Anfang der 50-er Jahre die Vereinheitlichung und Vereinfachung der vielen traditionellen Schulen anstrebte, um die Gesundheitsfürsorge für ein riesiges Volk zu gewährleisten. Auch musste die TCM sich auf einem westlichen Gesundheitsmarkt behaupten, der eher misstrauisch dem „orientalischen Exotikum“ gegenüberstand und klare naturwissenschaftliche Aussagen verlangte. Die Führungsspitze Chinas traf eine selektive Auswahl hinsichtlich der klassischen Texte sowie der führenden Autoritäten und Praktiker der Medizin. Im Vordergrund der Auswahlkriterien standen sowohl pragmatische als auch ideologische Erwägungen. Alle Richtungen, Schulen und Familientraditionen, die von diesem standardisierten Modell zu sehr abwichen, wurden nicht erfasst. Im Vordergrund der TCM steht die Unterscheidung von Pattern („*Mustern*“), die sich aus der Summe von vergleichbaren Symptomen zusammensetzen; man spricht auch von Syndromdiagnostik und -therapie.

Der chinesische Terminus dafür heißt *biàn zhèng lùn zhì* 辨證論治 und bedeutet soviel wie Unterscheidung der Krankheitszeichen und Diskussion ihrer Behandlung. Man differenziert verschiedene Verfahren zur Einordnung und Katalogisierung von Krankheitsbildern und deren Therapie. Die Krankheit wird analysiert (das allgemeinste Raster sind die acht Leitkriterien *bā gāng* 八綱), der kranke Mensch erscheint standardisiert und in ein Schema gepresst.

Behandlungsprinzip: Hitze klären, Nässe ausleiten, die Diurese fördern
Therapie:

a. Patentrezept: *Ba Zheng San* (Acht Arzneien-Pulver)

Caulis Akebiae (*Mu Tong*)

Herba Dianthi (*Qu Mai*)

Semen Plantaginis (*Che Qian Zi*)

Herba Polygoni Avicularis (*Bian Xu*)

Talcum (*Hua Shi*)

Radix Glycyrrhizae (*Gan Cao*)

Radix et Rhizoma Rhei (*Da Huang*)

Fructus Gardeniae (*Zhi Zi*)

b. Akupunktur: Ren 3, Ma 28, Mi 6, Mi 9, BI 66, BI 63, BI 39, u.a.

c. Sonstiges: Ernährungsumstellung: Alkohol, Süßes und Fettiges meiden!

2. gān qì yù zhì 肝氣鬱滯: Leber-Qi-Stagnation

Ätiologie und Pathogenese: langanhaltende Frustration (unterdrückte Sexualität, zurückgehaltener Ärger, berufliche Anspannung, „Mobbing“, Arbeitslosigkeit) führen zu einer Stagnation des Qi und der Säfte

Symptome: Schwellung der Prostata, das Wasserlassen ist blockiert oder unzureichend, Völlegefühl und Blähungen im Abdomen, dazu eine depressive Verstimmung, Unruhe in der Brust, Neigung zu Wutausbrüchen, bitterer Mundgeschmack und Trockenheit in der Kehle

Diagnose: die Zunge ist gerötet, der Belag leicht gelblich, der Puls ist saitenförmig (*Xian Mai*) oder saitenförmig und schnell

Behandlungsprinzip: den Qi-Mechanismus öffnen, den Qi-Fluß befreien, die Diurese fördern

Therapie:

Patentrezept: *Shu Gan San Jie Fang* (Leber-Entspannungspulver)

Radix Bupleuri (*Chai Hu*)

Radix Salviae Miltiorrhizae (*Dan Shen*)

Radix Rubrus Paeoniae Lactiflorae (*Chi Shao*)

Radix Angelicae Sinensis (*Dang Gui*)

Radix Achyranthis Bidentatae (*Niu Xi*)

Concha Ostreae (*Sheng Mu Li*)
Radix Scrophulariae Ningpoensis (*Yuan Shen*)
Bulbus Fritillariae Cirrhosae (*Chuan Bei Mu*)
Spica Prunellae Vulgaris (*Xia Gu Cao*)
Herba Sargassi (*Hai Zao*)
Thallus Algae (*Kun Bu*)
Pumice (*Hai Fu Shi*)

Akupunktur: Le 3, Di 4, Le 1, Le 8, Ren 3, Le 6, Le 5, Ren 5, u.a.

Sonstiges: Klärung der frustrierenden Lebensumstände des Mannes, Sport, Taiji Quan oder bewegtes Qi Gong, um die Qi-Stagnation zu lösen; evt. eine Partnertherapie bei sexuellen Problemen und Frustration anregen. Die Tatsache, dass eine BPH ab dem 50. Lebensjahr beim Mann erheblich zunimmt, geht oft einher mit einem veränderten Sexualleben, auch bedingt durch die hormonellen Veränderungen der Partnerin, deren sexuelle Lust sich in den Wechseljahren verändert. Gibt es zwischen den Partnern keine Möglichkeit des Austausches oder einer erneuten Annäherung, kann leicht eine tiefe Frustration entstehen, die zu einem chronischen Leber-Qi-Stau führt. Beim Mann entsteht dann evt. eine Prostatahyperplasie, bei der Frau ein Uterusmyom oder andere Veränderungen der Gebärmutter.

Im *Sù Nǚ Jīng* 素女經 dem berühmten Klassiker des einfachen Mädchens finden wir ein geregeltes Sexualleben für den Mann, dem Alter entsprechend, beschrieben:

„Männer sind hinsichtlich ihrer Essenz und Lebenskraft unterschiedlich in der Jugend und im Alter. Niemals sollte ein Orgasmus erzwungen werden. Ein zwanghafter Samenerguss bringt immer eine Schädigung nach sich! So kann ein gesunder Mann von 20 Jahren 2x täglich einen Samenerguss haben, ein schwächerer nur einmal am Tag. Ein gesunder Mann von 40 Jahren kann alle drei Tage einen Orgasmus haben, ein schwächerer nur alle 4 Tage. Ein gesunder Mann von 50 Jahren kann alle 5 Tage, ein schwächerer alle 10 Tage einen Samenerguss haben. Ein gesunder Mann von 60 Jahren kann alle 10 Tage ejakulieren, ein schwächerer alle 20 Tage. Ein gesunder Mann von 70 Jahren kann einmal im Monat einen Orgasmus haben, ein schwächerer solle sich von nun an beim Samenerguss zurückhalten und nicht mehr ejakulieren.“

3. *xià jiāo yū zǔ* 下焦瘀阻: Blut-Stagnation im unteren Erwärmer

Ätiologie und Pathogenese: die modernen TCM-Therapeuten betrachten die BPH oft als ein Blutstase-Syndrom; wenn nicht durch ein Trauma (Vasektomie-OP, Schlag, Sturz oder ständige Druck-Belastung), dann ist meist eine chronische Qi-Schwäche der Grund für die Blutstagnation im unteren Erwärmer.

Symptome: Schwellung der Prostata, verminderter Urinfluss bis hin zur vollständigen Blockade, schwacher Harnstrahl, der häufig abbricht, nächtlicher Harndrang, Schmerzen in der Perinealregion, besonders nach langem Sitzen, der Unterbauch ist geschwollen, Schmerzen beim Samenerguss, der Samen ist dick und klumpig

Diagnose: die Zunge ist purpurfarben oder hat violette Flecke, die Unterzungenvenen sind dick geschwollen, der Puls ist tief (*Chen Mai*), fadenförmig und rau (*Se Mai*)

Behandlungsprinzip: aktivieren des Blutes, die Stase umwandeln, das Harte erweichen und die Nässe befreien

Therapie:

Patentrezept: *Tao Hong Si Wu Tang* (Dekokt zum Bewegen des Blutes)

Radix Coquitus Rehmannaiae (*Shu Di Huang*)

Radix Albus Paeoniae Lactiflorae (*Bai Shao*)

Radix Angelicae Sinensis (*Dang Gui*)

Semen Pruni Persicae (*Tao Ren*)

Flos Carthamie Tinctorii (*Hong Hua*)

Radix Achyrantis Bidentatae (*Niu Xi*)

Radix Salviae Miltiorrhizae (*Dan Shen*)

Squama Manitis (*Chuan Shan Jia*)

Cortex Cinamomi (*Rou Gui*)

Succinum (*Hu Po*)

Semen Vaccariae Segetalis (*Wang Bu Liu Xing*)

Akupunktur: Bl 17, Mi 10, Mi 3, Le 3, Le 8, Ren 3, Ren 5, P 6, P 4

Sonstiges: In vielen Fällen ist eine frühere Vasektomie (Sterilisation des Mannes) die Ursache für die Blutstagnation im unteren Erwärmer und so für eine Prostatahyperplasie. Der Zusammenhang zwischen dem Risiko einer Prostataerkrankung und einer zurückliegenden Vasektomie wird kontrovers diskutiert. Während einige Arbeitsgruppen dieses

Forschungsbereiches ein erhöhtes Risiko aufzeigen, sehen andere keinen direkten Zusammenhang.⁴

Die Praxis zeigt, dass sich durch eine Vasektomie die energetische Versorgung und Durchblutung der Prostata häufig verschlechtert. Um einen freien Qi- und Blutfluss im Genitalbereich des Mannes auch nach der Durchtrennung des Samenleiters zu gewährleisten, sollten bei den betroffenen Männern periodisch (alle 3-6 Monate) die Xi-Spalt-Punkte der 3 zuführenden Yin-Leitbahnen⁵ genadelt werden. So kann einem energetischen Stau in den Genitalen vorgebeugt werden, der durch die Operation und die Narbe entstehen kann. Eine regelmäßige Nadelung der Spalt-Punkte Le 6, Mi 8 und Ni 5 kann beim Mann möglicherweise Folgeschäden verhindern!

4. pí shèn liǎng xū 脾腎兩虛: Milz und Niere sind beide leer

Ätiologie und Pathogenese: Dieses Syndrom bezieht sich im wesentlichen auf eine Schwäche des Yang-Qi von Milz und Niere. Zunehmendes Alter, Überanstrengungen, zuviel geistige Arbeit, Ernährungsfehler ect. können das Yang der Niere und der Milz schädigen und dazu führen, dass die Nahrung nicht genügend umgewandelt und die Flüssigkeiten nicht transportiert werden können.

Symptome: Schwellung der Prostata, häufiger Harndrang, spärlicher Harnfluss mit Nachtröpfeln, Inkontinenz bei Verzögerungen, Husten, Niesen und körperlicher Anstrengung, Impotenz; kalte Füße, kalter Bauch und kalte Knie, Schwäche und Schmerzen im unteren Rücken, weiche Stühle, Verdauungsstörungen; im emotionalen Bereich kommen Ängstlichkeit, Schreckhaftigkeit und eine Neigung zum Grübeln hinzu

Diagnose: blasse, geschwollene Zunge mit einem dünnen weißen Belag, der Puls ist kraftlos, tief (*Chen Mai*), auch fadenförmig (*Xi Mai*) und sogar zerbrechlich (*Ruo Mai*).

Behandlungsprinzip: Erwärmen und beleben des Milz- und Nieren-Yang

⁴ **Healy, B.** Does vasectomy cause prostate cancer? From the National Institutes of Health. Journal of the American Medical Association 269(20): 2620. May 26, 1993.

⁵ Leber- Milz- und Nieren-Leitbahn versorgen den Genitalbereich mit Qi und Blut

Therapie:

Patentrezept: *Jin Gui Shen Qi Wan* (Pillen aus dem goldenen Schrein zur Stärkung des Nieren-Qi) (ein anderer Name dafür ist: *Ba Wei Di Huang Wan*)

Radix Rehmanniae Praeparata (*Shu Di Huang*)

Rhizoma Dioscoreae Oppositae (*Shan Yao*)

Fructus Corni (*Shan Zhu Yu*)

Rhizoma Alismatis (*Ze Xie*)

Sclerotium Poriae Albae (*Fu Ling*)

Cortex Moutan Radicis (*Mu Dan Pi*)

Cortex Cinnamomi (*Rou Gui*)

Radix Aconiti Lateralis Praeparata (*Fu Zi*)

Akupunktur: vorwiegend mit Moxa zu behandeln sind Punkte wie: BI 20
BI 23, Mi 2, Mi 3, Ni 2, Ni 3, Ren 3, Ren 4, Ren 5, Du 4, u.a.

Sonstiges: Wärmenanwendungen, warme Kleidung, erwärmende Speisen und Getränke; die Kräfte schonen, Überanstrengungen meiden!

Zusammenfassung:

Die Prostatahyperplasie (BPH) ist eine Erkrankung des älteren Mannes, die ihm scheinbar natürlicherweise im Alter wiederfährt. Die Beschwerden sind lästig und verschlechtern die Lebensqualität des Mannes zum Teil erheblich. In der westlichen Medizin werden keine klaren Ursachen dafür genannt, ein Zusammenhang mit den jeweiligen Lebensumständen des Mannes wird nicht in Betracht gezogen. Die Behandlung der BPH im Westen hat störende Nebenwirkungen und führt im schlimmsten Fall, nach einer Resektion der Prostata, zu einem Verlust der sexuellen Identität.

Anders kann die chinesische Medizin die vielfältigen Beschwerden der Prostathyperplasie rechtzeitig erkennen, die Krankheit z.T. aus den Lebensumständen des Mannes ableiten und Hilfe leisten, die frei von Nebenwirkungen ist. Auch hier gilt: je früher der betroffene Mann sich mit seinem Problem an einen CM-Therapeuten wendet, umso größer sind die Erfolgsaussichten. Eine geschwollene Prostata, die zu einem völligen Harnverhalten führt, ist kaum noch eine Indikation für die chinesische Medizin.

Der Zusammenhang zwischen einer veränderten Sexualität und der Zunahme von BPH-Erkrankungen beim Mann oder auch Veränderungen des Uterus der Frau erscheint mir besonders bedeutsam: bei fast allen meinen männlichen Patienten mit Prostataproblemen wurde das

Sexualleben als unbefriedigend oder sogar als nicht mehr vorhanden beschrieben. Bei einigen älteren Männern führte aber auch eine exzessiv ausgelebte Sexualität (die Geliebte in der Midlife Crisis) zu dieser Problematik. Auch der Anteil der sterilisierten Männer bei der Ausbildung einer Prostatahyperplasie zeigt einen nicht unbedeutenden Zusammenhang auf.

Wenn es bei jüngeren Männer unter 40 Jahren nach einer Vasektomie zu Blasenentleerungsstörungen kommt, entsteht der Verdacht, dass hier schon frühzeitig eine BPH angelegt wird. Zum Beweis dieser These sollten in der Zukunft zuverlässige Studien mit einer größeren Anzahl von Männern durchgeführt werden. Auf jeden Fall sind diese Zusammenhänge ernst zu nehmen und in die therapeutische Beratung des männlichen Patienten mit einzubeziehen.

Literaturverzeichnis:

Zhu Bing Yuan Hou Lun 諸病源候論校注 (Diskussion und vergleichende Betrachtung aller Krankheitsursachen); Chao Yuan Fang, 610 n. Chr.

Zhen Jiu Zi Sheng Jing 鍼灸資生經 (Der lebensbewahrende Klassiker der Nadel- und Moxa-Therapie), Wang Zhi Zhong, 1220, Song-Dynastie
Lorenzen, Udo: Terminologische Grundlagen der traditionellen chinesischen Medizin, München, 1998

Wiseman/Feng Ye: A Practical Dictionary of Chinese Medicine, Paradigm Publications, 1998

Autorenkollektiv: Chinese-English Dictionary of Traditional Chinese Medicine, Beijing, 1996

Autorenkollektiv: Chinese-English Chinese Traditional Medical Word Ocean Dictionary, Shanxi, 1994

Lin, Anna: A Handbook of TCM Urology & Male Sexual Dysfunction, Blue Poppy Press, 1992

Wile, Douglas: Art of the Bedchamber – The Chinese Sexual Yoga Classics including Womens Solo Meditation Texts, New York, 1992

Praxis der Urologie, Thieme 1994, Checkliste Urologie, Thieme 2000

http://www.netdokter.de/krankheiten/fakta/vergrosserung_vorsteherdruse.htm

Udo Lorenzen

Projensdorfer Str. 14

24106 Kiel

0431 – 330303

Email: u.lorenzen@ki.comcity.de

Web: www.zhenjiu.de