

Was ist da los zwischen Leber und Milz? – Gedanken zum Diabetes Mellitus aus der Sicht der Chinesischen Medizin¹

Prolog:

In der aktuellen Ausgabe des IDF-Atlas (International Diabetes Federation) von 2015 wird Deutschland mit einer Anzahl von 7,6 Mio. Erkrankten weltweit zu den zehn Ländern mit der höchsten Anzahl an Menschen mit Diabetes mellitus gezählt. Mit einem Anteil von über 95 % dürften die meisten Menschen davon an einem Typ-2-Diabetes erkrankt sein, der zumeist im höheren Lebensalter auftritt und mit Übergewicht und mangelnder Bewegung assoziiert ist. Im Zusammenhang mit regionalen Unterschieden der Diabeteshäufigkeit werden neben der Verteilung von traditionellen Risikofaktoren wie Übergewicht, Rauchen und unzureichende körperliche Bewegung zunehmend neue Risikofaktoren diskutiert wie strukturelle Deprivation, Luftschadstoffe, Elektrosmog u.a.

Im Laufe der letzten zehn Jahre ist die Anzahl der Betroffenen mit Typ-2-Diabetes um 1,3 Mio. gestiegen. Das ist ein Anstieg von über 38 %. Vor allem Männer bekommen immer häufiger Diabetes. Ein Teil der relativen Zunahme ist dabei sicher auf die demographische Alterung der Bevölkerung zurückzuführen. Der größere Teil des relativen Anstiegs ist jedoch über die demographische Alterung nicht zu erklären und muss daher mit anderen Faktoren in Verbindung stehen. Dazu gehören Veränderungen des Lebensstils (Ernährung, körperliche Aktivität), des Wohn- und Arbeitsumfelds (z. B. Freizeit- und Erholungsmöglichkeiten), Verfügbarkeit gesunder Lebensmittel, Arbeitslosigkeit oder anderen Veränderungen der Lebensbedingungen.²

Der Diabetes ist also nicht nur ein medizinisches Problem – Er ist eine typische multifaktorielle Erkrankung, bei der bis heute Vieles ungeklärt ist. Diskutiert werden neben autoimmunologischen Prozessen auch eine virale Genese und natürlich die Disposition des Patienten. Denn wenn in der Familiengeschichte Diabetes gehäuft vorkommt, ist es wahrscheinlich, dass die Krankheit auch genetisch bedingt ist.

¹ In diesem Artikel geht es vor allem und insbesondere um den **Diabetes Mellitus Typ 2**, also um den Erwachsenen-Diabetes der noch nicht insulinpflichtig ist. Auch der insulinbedürftige Diabetes Typ 1 ist mit chinesischer Medizin positiv beeinflussbar, aber in deutlich geringerem Maße.

² Siehe **Deutscher Gesundheitsbericht Diabetes 2015**, Die Bestandaufnahme, von der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG), S. 8 ff.

Entdeckt wurde das erste Diabetes-Gen im Jahr 2000. Es enthält den Bauplan für einen Rezeptor mit dem komplizierten Namen Peroxysome Proliferator Activated Receptor Gamma, kurz PPARgamma. Dieser Rezeptor ist beteiligt, wenn Fettzellen sich teilen. Eine Mutation in diesem Erbgutabschnitt könnte das Erkrankungsrisiko für die Betroffenen erhöhen. Bis heute konnten Wissenschaftler eine ganze Reihe weiterer möglicher Diabetes-Gene identifizieren. Welchen Einfluss diese tatsächlich auf die Entstehung von Diabetes Typ 2 haben, ist noch nicht gänzlich erforscht. Das einzelne veränderte Gen bewirkt nur wenig. Erst wenn viele Gene gleichzeitig mutiert sind, erhöht sich das Erkrankungsrisiko deutlich.³

Einführung:

Die Zuckerkrankheit ist beinahe so alt wie es medizinische Aufzeichnungen gibt. *Diabetes* (gr. diabētēs) bedeutet eigentlich das Hindurchgehen der Flüssigkeiten durch den Kranken, *mellis* = honigsüß beschreibt den süßlichen Geschmack des Urins vom Patienten. **Diabetes Mellitus** = „der honigsüße Durchfluss“ beschreibt die beiden Hauptbeschwerden eines Erkrankten: ständiger Harnfluss und einen unstillbaren Durst.

In alten Griechenland war es der Arzt **Aretaios** (ca. 80-138 n. Chr.), der erstmals ausführlich über diese Krankheit berichtete. Aus seiner Feder kommt die Bezeichnung "Diabetes" für die uns heute bekannte Krankheit. Sehr genau beschreibt er die Symptome des starken Durstes und des hohen Harndrangs.

Sein jüngerer Zeitgenosse **Galenos von Pergamon** (ca. 130-200 n. Chr.) bezeichnete den Diabetes Mellitus (D.M.) als eher selten und nannte sie auch „Harndurchfall“ oder „Durstkrankheit.“ Als Erklärung der Krankheit wurde von ihm eine Schwäche der Niere angenommen.

Paracelsus (1493-1541 n. Chr.) lenkte den Blick auf die Zusammensetzung des Blutes als eine Ursache des Diabetes. Er behandelte die Krankheit u. a. mit Hungerkursen, eine Maßnahme, die oft das Leiden lindern konnte.

³ <http://www.stern.de/gesundheit/diabetes/grundlagen/diabetes-gene-leidiges-erbgut-3427504.html>

Erst im 17. Jahrhundert fügte der englische Arzt **Thomas Willis** (1621-1675) dem griechischen Wort Diabetes das lateinische Mellitus = „honigsüß“ hinzu. Seitdem gibt es den vollständigen Krankheitsnamen *Diabetes Mellitus*. Eine wirklich wirksame Behandlung des D. M. hatten die westlichen Ärzte ihrer Zeit nicht.

Der Schotte **John Rollo** (?-1809) wendete eine Diät an, bei der Fette und Eiweiße im Vordergrund standen. Dagegen sollten Kohlenhydrate als "Erzeuger" von Zucker nur in kleinen Mengen gegessen werden.⁴

Aber erst die Isolierung eines antidiabetischen Wirkstoffes, das „Insulin“, führte zu der Erkenntnis, dass sein Fehlen den *Diabetes Mellitus* hervorbringt. Die Wissenschaftler **John MacLeod** und **James Collip** wurden dafür 1923 mit dem Nobelpreis ausgezeichnet. Die Entdeckung des Insulins war der Anfang einer wirksameren Diabetes-Therapie.

Der Forscher **Frederick Sanger** schließlich konnte die chemische Struktur des Insulins darstellen und wurde dafür ebenfalls mit einem Nobelpreis belohnt (1955). Aber erst 1982 gelang es Forschern in den USA, ein von Bakterien erzeugtes menschliches Insulin herzustellen.⁵

Mit diesen Forschungsergebnissen waren nun Tür und Tor geöffnet für eine wirksame, am Zielort ansetzende, verträgliche Therapie des *Diabetes Mellitus*.

Aber die Frage, warum der menschliche Organismus auf einmal eine notwendige Insulinproduktion nicht mehr aufrechterhalten kann, wurde nicht gestellt. Was ist da los zwischen Leber und Milz? Oder wie *Huang Di*, der Gelbe Kaiser seinen Leibarzt *Qi Bo* fragt:

„Die 5 Zang-Organen speichern Blut (*Xue* 血), Nährendes (*Ying* 營), Lebenskraft (*Qi* 氣), Essenz (*Jing* 精) und Geist (*Shen* 神). Wenn es nun dazu kommt, dass diese bei Ausschweifungen und Zügellosigkeit ihre Speicher verlassen, dann gehen die Essenzen verloren. Geist- und Körperseele (*Hun Po* 魂魄) fliegen davon und zerstreuen sich, der Wille (*Zhi* 志) und das logische Denken (*Yi* 意) geraten plötzlich in Unordnung,

⁴ Diese „Low Carb Diät“, die uns seit 1990 von **Robert Atkins** wieder serviert wird, hat seinen Ursprung bei *John Rollo*. Sein Diätplan umfasste 1-2 Liter Milch und einem ¼ Liter Zitronenwasser zum Frühstück und vor dem Schlafengehen, zum Mittag ein Pudding aus Schweineblut und zum Abendessen altes, abgehangenes und fettes Fleisch. Wer konnte da noch Nein sagen?

⁵ Siehe **Werner Gerabek** u.a. Herausgeber: *Enzyklopädie Medizingeschichte*, Berlin 2005, S. 298 ff zum Begriff Diabetes.

Weisheit (Zhi 智) und planvolles Handeln (Lü 慮) verlassen uns. Wie kommt das? Ist es eine Strafe des Himmels? Oder hat der Mensch seine Grenzen überschritten?“ (Ling Shu, Kap. 8)

Diese Frage ist bis heute grundlegend, denn sie berührt die Eigenverantwortlichkeit des Menschen für seine Gesundheit. Welche Rolle für das Entstehen von Erkrankungen (hier Diabetes Mellitus) spielt das eigene menschliche Verhalten, welche Rolle spielt das Schicksal (Fatum, Karma, Omen, Anlage, der Himmel)?

Diabetes Mellitus in der chinesischen Medizin:

In der chinesischen Medizin gibt es historisch eine Vielzahl von Bezeichnungen für den Diabetes Mellitus: *Xiao Ke* 消渴, *Xiao Dan* 消瘴, *Xiao Zhong* 消中, *Xiao Xin* 消心, *Xiao Ji* 消肌, *Xiao Gu* 消谷, *Xiao Shen* 消腎, *Xiao Pi* 消脾, u. a. Alle Bezeichnungen haben als klinische Zeichen übermäßiger Durst, Heißhunger, häufiges Wasserlassen, süßlicher Urin und als Spätfolge Abmagerung und Auszehrung. Dabei kommt der Begriff *Xiao Ke* 消渴 = „Durstkrankheit“ am häufigsten vor. Die anderen Namen geben bereits eine Zuordnung zum gestörten Organ wieder, wie Milz, Magen, Herz und Niere. Und in der Pathogenese finden wir immer eine Hitze-Problematik, die das Yin erschöpft. Auch eine Aufteilung durch den *San Jiao* ist bekannt: *Shang Xiao* 上消 mit heftigem Durst, *Zhong Xiao* 中消 mit Heißhunger und *Xia Xiao* 下消 mit ständigem Harndrang. In der Praxis vermischen sich diese drei Formen häufig.

Bereits im inneren Klassiker der Medizin, dem *Nei Jing* (ca. 200 v. Chr.), finden wir Beschreibungen über die Zuckerkrankheit.

Huang Di fragt: „Wie ist der Name und die Ursache der Krankheit, die einen süßen Geschmack im Mund hinterlässt?

Qi Bo antwortet: Diese Erkrankung entsteht, wenn die Essenz der 5 Geschmäcker im Überfluss nach oben schießt. Sie heißt *Pi Dan* 脾瘴 = Milz-Erschöpfung.⁶ Nach dem Eintreten durch den Mund wird die Nahrung im Magen gespeichert. Die Milz hilft dem Magen, die Nahrungssensenzen (*Jing Qi* 精氣) im ganzen Körper zu verteilen. Wenn die Flüssigkeiten in der Milz bleiben, entsteht ein süßer Mundgeschmack. In Folge führt dies zu einer Gewichtszunahme und einem selbstzufriedenen Äußeren.

⁶ *Pi Dan* wird an anderer Stelle auch mit **Milz-Hitze** umschrieben.

Das Problem ist, das die Menschen zuviel nach süßem und fettem Essen gieren. Fettessens macht innere Hitze und süßes Essen macht eine innere Fülle (*Zhong Man* 中滿). Diese Fülle steigt dann nach oben und verursacht die Durstkrankheit (*Xiao Ke*). Sie kann behandelt werden mit Orchideen.“⁷ (*Su Wen*, Kap. 47).

„Wenn bei älteren Menschen alle 5 Zang-Organen schwach werden, können sie an *Xiao Ke* erkranken. Besonders eine empfindliche Milz ist davon betroffen.“ (*Ling Shu*, Kap. 47)

Der berühmte chinesische Arzt *Zhang Zhong Jing* (ca. 200 n. Chr.) nennt im *Jin Gui Yao Lue* (Aufzeichnungen aus der goldenen Kammer) als pathologische Mechanismen eine Erschöpfung der Niere durch übermäßige sexuelle Aktivität, und Hitze im Magen durch einseitige Ernährung. In beiden Fällen werden die Körperflüssigkeiten durch zuviel Hitze und Feuer verbraucht.⁸

Im *Zhu Bing Yuan Hou Lun* (Diskussion und vergleichende Betrachtung aller Krankheitsursachen, 610 n. Chr.) finden wir über den Diabetes:

„Bei *Xiao Ke* 消渴 ist man ständig durstig und man muss häufig Wasser lassen. Eine Ursache sind das frühzeitige Einnehmen kleiner Dosen *Wu Shi Wan* 五石丸⁹ oder ein Pulver davon über längere Zeit. Im Alter reguliert es die Verdauung, aber die Steine verknoten die Genitalien und führen zu einem Leiden in der Niere. Ihre langfristige Anwendung führt im Menschen zu Leere-Hitze im unteren Erwärmer. Im Alter nehmen Blut und Qi ab, aber man sollte dann nicht versuchen, die doppelte Kraft aus den Steinen zu empfangen. Denn wenn der Einfluss der Steine im Überfluss vorhanden ist, bildet sich Trockenheit in der Niere. Dann sollte man die Flüssigkeiten (im Körper) halten und nicht als Urin ausscheiden.

Diese Krankheit verändert sich häufig und bildet auch Geschwüre (*Yong Ju* 癰疽) aus. Wenn diese sich niederlassen und Hitze ausdampfen, dann verbleiben sie in den Leitbahnen und Nebengefäßen ohne sich

⁷ *Pei Lan* 佩蘭 = Herba Eupatorii ist die chinesische Orchidee; Ihre Blätter werden seit alters als Heilkraut verwendet. Ihr Geschmack ist scharf und etwas bitter, mit ihrer Heilkraft kann die Orchidee Nässe-Stagnation auflösen und üble Gifte ausleiten, sie kann Flüssigkeiten aufbauen und den Durst löschen. *Pei Lan* ist gut zur Behandlung von *Xiao Ke* mit bitterem Mundgeschmack und Hitze in Leber und Gallenblase (**Li Shi Zhen**: *Ben Cao Gang Mu*, S. 1573, f.).

⁸ **Zhang Zhong Jing**: *Jin Gui Yao Lue*, Beijing 1995, S. 313 ff.

⁹ *Wu Shi Wan* ist eine Rezeptur, die seit der Han-Dynastie (um die Zeitenwende) bekannt ist. Nach **Ge Hong**, ein Alchimist aus dem 4. Jahrhundert n. Chr. besteht sie aus den 5 Steinen, nämlich Rote Arsenblende, Zinnober, Alaun, Azurit und Magnetstein.

auszudehnen. Blut und Qi stoppen und gerinnen dann, wenn das passiert, werden sie zu Eiterbeulen (*Yong Nong* 癰膿). Wenn der Puls schnell und groß ist, bleibt man am Leben, ist er sehr dünn (*Xi Xiao* 細小) und dabei oberflächlich (*Fu* 浮) stirbt man. Auch ein tiefer und kleiner Puls bedeutet Leben, ein voller und harter Puls der groß ist, bedeutet den Tod. Eine Erkrankung, bei der das Yin völlig erschöpft ist (*Jue* 厥), kann ebenfalls *Xiao Ke* hervorrufen. Im Herzen sind Schmerzen, man ist sehr hungrig und mag doch nicht essen. Um so mehr erbricht man Rundwürmer (*Hui* 蛔).

Die 5 Zang und die 6 Fu-Organen haben alle Flüssigkeiten. Wenn die *Zang Fu* in Leere oder Fülle sind und Hitze hervorbringen, dann verdampft das heiße Qi im Inneren und die Körperflüssigkeiten werden verbraucht und erschöpft. Deshalb ist man durstig. Hat man Durst, dann trinkt man häufig und ist dabei benommen, hat einen kalten Rücken und Brechreiz. Dies passiert bei einer Leere. Der Herzpuls ist schlüpfrig und der Kranke möchte nur trinken. Wenn seine Krankheit chronisch wird, kann er auch Geschwüre ausbilden oder eine Wasserkrankheit (*Shui Ji* 水疾) hervorbringen.“¹⁰

Sun Si Miao beschreibt als Hauptursachen für alle Formen des Diabetes zuviel Alkohol, sexuelle Überaktivität, einseitige Ernährung und die Einnahme von zuviel weißem Quarz und anderen Erzen. Er sagt aber auch, wenn der Körper erst ausgezehrt ist, kann man *Xiao Ke* nicht mehr heilen. (*Qian Jin Fang*, 650 n. Chr.).

Im *Wai Tai Mi Yao* (Medizinische Geheimnisse eines Beamten) weist *Wang Tao* (752 n. Chr.) darauf hin, dass nicht nur die Menge, sondern auch die Qualität des Urins ein Unterscheidungsmerkmal sein kann, hier vor allem der süße Geruch des Urins und sein spezifisches Gewicht. Jedem Diabetes liegt eine Schwäche des Nieren-Qi zu Grunde. Um eine *Xiao Ke*-Erkrankung zu vermeiden, bedarf es eines starken Nieren-Qi im unteren Erwärmer. (Kap. 11).

Zhang Jie Bin (1624 n. Chr.) bringt schließlich noch exogene klimatische Faktoren als Ursache ins Spiel:

„Bei Sommerhitze (*Shu Re* 暑熱) kommt Freude auf, sie gehört zum Herzen. Befindet sie sich (aber als Fülle) im Herzen, macht sie im Menschen Schluckbeschwerden und Beklemmungen (*Ye Men* 噎悶). Man ist verwirrt und weiß nicht warum. Tritt sie (die Sommerhitze) in die

¹⁰ *Shui Ji* sind Krankheiten mit Flüssigkeitsansammlungen oder Austrocknungen.

Leber ein, entstehen Schwindel und hartnäckige Parästhesien. Tritt sie in die Milz ein, entsteht ein lethargischer Schlaf ohne Bewusstsein. Tritt sie in die Lunge ein, entstehen Kurzatmigkeit, Völlegefühl und eine lähmungsartige Schwäche (*Wei Bi* 痿痺). Tritt sie in die Niere ein, entsteht Diabetes (*Xiao Ke* 消渴). (Aus dem *Jing Yue Yuan Shu* = Vollständige Werke des Jing Yue).

Und *Chen Shi Duo* sagt im *Shi Shi Mi Lu* (1742 n. Chr.): „Den *Xiao Ke*-Erkrankungen, selbst wenn sie in Oben, in der Mitte und Unten unterteilt werden, liegen doch alle eine Nierenschwäche zugrunde mit dem Ergebnis, dass (übermäßiger) Durst auftritt. Dies ist ohne Ausnahme immer so! Deshalb ist die Behandlungsmethode bei *Xiao Ke*, dass man an erster Stelle die Niere behandelt. Man braucht gar nicht erst zu fragen, ob die Erkrankung sich oben, in der Mitte oder unten befindet. ... Es muss das Wasser in der Niere aufgefüllt werden. Wenn das Wasser genug ist, wird das Feuer wie von selbst verschwinden! ... Ich habe ein Rezept entwickelt, das wunderbar wirkt, sein Name ist *He Zhi Tang* 合治湯.“

In dieser historischen Aufstellung sind die wichtigsten Pathomechanismen des Diabetes (*Xiao Ke* 消渴) aus chinesischer Sicht zusammengefasst. Ein schwaches Nieren-Wasser, Sommerhitze, allgemeine Yin-Schwäche, das Alter, Hitze in Milz und Magen und ein brennendes Herz-Feuer – Fast alles entsteht durch übermäßige Lust auf Genuss.

Eine günstige Prognose hängt vom Verhalten des Patienten ab. Bereits *Zhang Jie Bin* erkannte dies, als er schrieb: „Über *Xiao Ke*: Obgleich es eine Vielzahl unterschiedlicher Verläufe gibt, am Anfang ihrer Entwicklung steht immer der Wohlstand (*Gao Liang* 膏粱) und die Umwandlung von (zuviel) fetten und süßen Speisen, Alkohol und Frauen, sowie übermäßige Anstrengungen und Strapazen. Dies alles sind Krankheiten der Wohlhabenden und Reichen. Die Armen und Niedrigen erkranken selten daran. Jeder (dieser Patienten) empfindet zu Beginn Trockenheit und Durst.“

Es ist angenehm, wenn man das Herz mit nur wenig Begierden rein hält, wenn man die Geschmäcker einschränkt und die ängstlichen Gedanken (*Si Lü* 思慮) unterbricht. Dies kann die Heilung bereits einleiten. Wenn man nur mit einem davon sorglos umgeht, können selbst berühmte Ärzte, die gute Verschreibungen geben, das Leben (ihres Patienten) sicher nicht retten!“ (*Jing Yue Yuan Shu*, s.o.)

Struktur und Ordnungsprinzip – Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM):¹¹

Die moderne TCM gibt dem klinischen Bild des Zuckers im Urin den Vorzug. Hier heißt der Diabetes *Tang Niao Bing* 糖尿病 = Zucker – (im) Urin – Krankheit. Ganz allgemein ist das Diabetes-Syndrom hier die Folge einer Yin-Leere mit trockener Hitze. Es werden fünf Muster unterschieden:

1. Große emotionale Belastung (z. B. übermäßige Trauer) und mentale Überforderung führen zu einer Qi-Stagnation, die sich über längere Zeit in Feuer umwandelt. Das Feuer verbrennt das Lungen-Yin, daraus entsteht exzessiver Durst. Der Patient hat einen trockenen Mund und möchte immer trinken. Dieses Syndrom wird als *Shang Xiao* 上消 bezeichnet. Die Zunge ist gerötet und trocken und hat einen dünnen gelben Belag, das Lungen-Areal ist gerötet und hat Risse. Der Puls ist schnell und oberflächlich, insbesondere an der rechten Cun-Position. Behandlungsprinzip: Die Hitze aus der Lunge vertreiben und die Lunge befeuchten. Punkte u.a.: Lu 10 (sed.), Lu 5 und Lu 9 (ton.)¹²

2. Schwelgen in üppigem Essen mit viel Fett, Kohlehydraten (Kuchen, Schokolade, Pasta) und Alkohol führt dazu, dass sich Hitze in Milz und Magen ansammelt. Diese innere Hitze konsumiert die Körperflüssigkeiten und führt allmählich zu einem ständigen Heißhunger trotz ausreichender Nahrungszufuhr. Der Patient fühlt sich unwohl im Magen, ihm ist ständig zu heiß und er schwitzt, um die Körperhitze zu regulieren. Auch hier ist ein starkes Durstgefühl vorhanden mit dem Bedürfnis auf kalte Getränke. Dieses Syndrom wird mit *Zhong Xiao* 中消 bezeichnet.

¹¹ Es kann nicht oft genug betont werden, dass die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) ein relativ neues Produkt der Volksrepublik China ist. Um 1950 wurde so die Vereinheitlichung und Vereinfachung der vielen traditionellen Schulen angestrebt, um eine stabile Gesundheitsfürsorge für die Bevölkerung zu gewährleisten. Die Führungsspitze Chinas traf eine selektive Auswahl hinsichtlich der klassischen Texte sowie der führenden Koryphäen und Praktiker der alten Medizin. Alle Richtungen, Schulen und Familientraditionen, die von diesem standardisierten Modell zu sehr abwichen, wurden nicht erfasst, ihre Verfechter wurden in der Kulturrevolution sogar verfolgt und eingesperrt. Eine solche Medizin, weil analytisch angehaucht, ließ sich auch besser kommerzialisieren, und seitdem strömen hunderttausende Therapeuten nach China, um dort Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) zu lernen. Siehe auch bei **Unschuld, Paul:** *Medicine in China – A History of Ideas*, Berkeley 1985, S. 229-230.

¹² Die hier aufgelisteten Akupunkturpunkte sind dem Syndrom angemessen und dienen im Grunde nur dazu, jedes Muster zu vervollständigen. Eine detailliertere Behandlung wird im 2. Teil des Artikels beschrieben.

Die Zunge ist rot und hat einen gelben Belag, es gibt einen tiefen Riss im Magen-Areal und Risse an den Zungenrändern. Der Puls ist überflutend, besonders an der Guan-Position. Behandlungsprinzip: Die trockene Hitze aus Milz und Magen klären, die Körperflüssigkeiten stabilisieren. Punkte u.a.: Ma 44 (sed.), Mi 6, Mi 9, Ma 36, Ren 12 (ton.)

3. Schwelgen in exzessiver sexueller Lust über längere Zeit konsumiert das Nieren-Jing, was dazu führt, dass die Niere die Kontrolle über die Körperflüssigkeiten verliert. Die Folge ist übermäßiges Wasserlassen großer Mengen Urins. Der Urin ist dick, trübe und übelriechend. Der Patient hat ebenfalls eine trockene Zunge, er möchte gerne viel kaltes Wasser trinken, ist wie benebelt, drumselig und steht geistig neben sich. Dabei fühlt er sich äußerst kraftlos und müde. Die kleinste Anstrengung ist ihm zuviel. Bei Männern treten häufig Potenzprobleme auf bis hin zu Impotenz. Frauen bekommen Probleme mit ihrer Menstruation bis hin zu Amenorrhoe.

Im weiteren Verlauf entsteht eine schwache Yin-Niere, die dann auch das Nieren-Yang schwächen kann. Dies ist überhaupt die schwerste Form des Diabetes, denn wenn Essenz, Yin und Yang der Niere abnehmen, verkümmern die Wurzeln und verkürzen drastisch das Leben! Dieses Syndrom wird mit *Xia Xiao* 下消 bezeichnet. Die Zunge ist gerötet oder blass und hat Eindellungen im Nieren-Areal. Bei Yang-Schwäche gibt es einen weißen Zungenbelag. Der Puls ist oberflächlich oder tief, fadenförmig und kraftlos, besonders an der Chi-Position. Behandlungsprinzip: Die Nieren-Essenz stabilisieren, das Nieren-Yin nähren und das Nieren-Yang erwärmen (je nach Zustand). Punkte u.a.: Ni 3, Ni 9, Ni 10, Bl 23, Bl 52, Du Mai 4, Du Mai 6, Ren Mai 4 (ton.).

4. Zuviel Freude und exzessive Lust und Liebe (besonders bei älteren Patienten) führt zu einem üppigen Herz-Feuer, welches das Herz-Yin über alle Maßen konsumiert. Der Shen verliert seine Verankerung und zwischen dem 7. Himmel und der nächtlichen Bettruhe gibt es keinen harmonischen Ausgleich mehr. Der Patient kann nicht einschlafen, er sehnt sich nach seiner Geliebten, er schwitzt übermäßig in der Nacht und verliert seine mentale Stabilität. Die Liebe macht blind und der klare Geist schwindet dahin. Ein rastloser, verwirrter *Shen* entsteht, der nicht weiß, wohin er gehört, weil sein Zuhause leer und ausgebrannt ist.

Die Klarheit des Geistes (*Shen Ming* 神明) ist schließlich so getrübt, dass die eigentlichen Werte des Lebens nicht mehr erkannt werden. An dieser Stelle macht sich das Perikard, eigentlich nur der Ratgeber und Beschützer unseres Herz-Kaisers bereit, diesen von seinem Thron zu

stoßen und die Herrschaft der Lust vollends anzutreten.¹³ Wenn also der klare Geist, unser geistiger Führer, eingetrübt ist – Wie können wir da noch unser Leben in Ordnung halten? Das bedürftige Herz regiert und lässt den Patienten in der Liebesfalle versinken! Die Zunge ist im Herz-Areal rot, der Puls ist überflutend besonders an der linken Cun-Position. Behandlungsprinzip: Das Herz-Yin nähren, den *Shen* stabilisieren, seine Lebensumstände ordnen. Punkte u.a.: He 7, He 3, P 5, P 6, Ni 23-25, Ren 17 (ton.)

5. Lang anhaltener Frust, Stress und Ärger, der unterdrückt wird, führt zu einer Leber-Qi-Stagnation. Diese wandelt sich nach längerer Zeit in Leber-Feuer bzw. in eine Holz-Fülle um. Holz-Fülle überwindet Milz-Erde und konsumiert das Milz-Yin, sodass Milz-Hitze entsteht. Der Patient ist unruhig, verspannt, neigt zu Kopfschmerzen, er ist ständig gereizt und hat einen Heißhunger auf Süß. Zuviel Süßes schädigt jedoch die Milz und wir haben hier ein Schwächung der Mitte von zwei Seiten.

Zuviel Süßes bildet Nässe, Nässe-Hitze entsteht und ein Diabetes-Syndrom entwickelt sich, das den Patienten sogar mit Gallensteinen, Geschwürbildungen und Unterleibsproblemen plagen kann. Die Zunge hat rote Ränder im Leber-Areal, der Zungenbelag ist schmierig-gelb und der Puls ist schlüpfrig und schnell besonders an der Guan-Position. Behandlungsprinzip: Das Leber-Feuer klären, das Leber-Qi glätten und die zerstörerische Beziehung zwischen Holz und Erde beenden. Punkte u.a.: Le 2, Bl 18, Le 6 (sed.), Le 3, Le 8, Le 14, Ma 36, Mi 3 (ton.).

Wie man sieht, kann Diabetes aus chinesischer Sicht aus einer Dysfunktion aller 5 Zang-Organen entstehen. In der Praxis ist eine klare Trennung mitunter nicht leicht. Denn das Leben bahnt sich seinen Weg oft ohne uns zu fragen, und zwischen Chaos und der Sehnsucht nach Ordnung versuchen wir, ihm hinterher zu rennen.

Im zweiten Teil meines Artikels möchte ich auf weitere konkrete Therapieansätze eingehen, die sich auch auf Folgeerkrankungen des *Diabetes Mellitus* beziehen. Unsere Rolle als ganzheitlich denkender Heilpraktiker ist hier auch die eines Lebensberaters, der den Patienten auf Veränderungen seiner Lebensweise hinweist, die für jede Behandlung und Heilung des Diabetes unabdingbar sind.

¹³ Siehe **Udo Lorenzen**: Mikrokosmische Landschaften Band 2, München 2007, S. 168 ff.

Zum Schluss noch ein Fallbeispiel:

Ein männlicher Patient, Angestellter, 55 Jahre; Er lebt seit über 28 Jahren in einer Ehe, der er überdrüssig ist und ihn frustriert. Im Bett spielt sich auch nicht mehr viel ab. Die Ehe hat 2 Kinder hervorgebracht, die nun erwachsen und selbstständig sind. War das schon alles? Das Leben ist kurz und vergänglich! Die Wechseljahre des Mannes beginnen aus chinesischer Sicht mit 55 Jahren und seine biologische Potenz, Kinder zu zeugen, endet mit 64 Jahren! Nach der *midlife crisis* in den Vierzigern folgt 10 Jahre später die *Torschlusspanik*, die dem Mann eindrücklich vermittelt, dass das Leben endlich ist!¹⁴

Im Zuge seiner Frustration begegnet ihm eine Frau, die ebenfalls in einer Ehe lebt und dort auch unzufrieden ist. Sie berührt den Patienten auf eine Weise, die er bislang nicht erlebt hat – Sein Herzfeuer brennt lichterloh. Es ist seine „große Liebe“. Er kann es auch nicht für sich behalten, sondern spürt den Drang, es seiner Gattin mitzuteilen. Diese entschließt sich, um ihren Mann zu kämpfen und ihn nicht aufzugeben. Dem Mann schmeichelt das natürlich und er versucht nun, es beiden Frauen Rechtzumachen, auch im sexuellen Bereich. So ruiniert er schließlich seine Nierenessenz. Aber wie schon gesagt, die Liebe macht blind, und jeder ist seine Glückes Schmied. Aber nicht jeder Schmied hat Glück! Man soll das Eisen schmieden, solange es heiß ist, aber woher kommt der Brennstoff für das Feuer?

So ging es nun über 3 Jahre und letztendlich wurde die große Liebe kleiner und die Sehnsucht des Mannes nach Ruhe und Ordnung immer größer. Seine Geliebte wollte ihre Lebensumstände nicht aufgeben und seine Ehefrau wollte ihn nicht aufgeben. Schließlich kam es zu einem Bruch der Affäre und eine Rückkehr in das vertraute Versorgungssystem der Ehe. Enttäuscht von der großen Liebe und mit großer Erschöpfung und Müdigkeit versucht unser Patient seitdem, sein Leben wieder in den Griff zu bekommen. Die Affäre hinterlässt einen Scherbenhaufen mit vier unglücklichen Menschen.

Und die Moral von der Geschichte: Versuche nie zu ändern, was doch nicht zu ändern ist!

Aber die körperliche und geistige Schwäche wollen nicht weichen, er hat ständig Durst und trinkt 4-5 Liter Flüssigkeit täglich. Im Sommer schwitzt er übermäßig und sein Schlaf ist unterbrochen von häufigem Harndrang

¹⁴ Vergl. auch bei **Udo Lorenzen**: Wenn das Yang verwelkt – Sexuelle Probleme des Mannes und ihre Behandlung mit chinesischer Medizin, in: **Der Heilpraktiker**. Nr. 5, 2014

und Hitzewellen. Seine sexuelle Lust und Kraft ist verschwunden. In seiner Familie gibt es mehrere Diabetes Typ 2-Patienten, er selbst ist übergewichtig und dem üppigen Ess- und Trinkgenuss zugewandt. Trotz Klärung seiner sozialen Verhältnisse geht es ihm nicht besser. Ein Besuch beim Hausarzt erbringt einen Glukosewert von über 300 mg und einen Hba1c - Wert von 10,5 %. Diagnose: Diabetes Mellitus Typ 2.

Fortsetzung folgt!

Vita Udo Lorenzen (Heilpraktiker, Medizinhistoriker M.A., Dipl. Sozialpädagoge), 24106 Kiel, Projensdorfer Str. 14.

Geb. 1954 in Kiel, seit 1988 Heilpraktiker mit eigener Praxis in Kiel; 1983 Ausbildung an der Academy of Chinese Acupuncture in Colombo/Sri Lanka; seit 20 Jahren Leiter des Ausbildungszentrums Nord für Klassische Akupunktur und TCM (siehe unter www.abz-nord.de); seit 1994 Studienreisen nach China mit Fortbildungen an der University of TCM in Chengdu; Studium in Geschichte der Medizin, Pädagogik und Sinologie an der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel (CAU), 2006 Abschluss zum Medizinhistoriker M.A. (Magister Artium). Seit 2007 Promotion an der CAU. Seit 2011 Mitglied der *World Federation of Chinese Medicine Societies* (Weltverband der internationalen Gesellschaften für Chinesische Medizin,) im *Committee of Examination and Evaluation*.

Publikationen: *Mikrokosmische Landschaften – übergeordnete Konzepte in der chinesischen Medizin, Band 1* (2006) und *Band 2* (2007); *Terminologische Grundlagen der traditionellen chinesischen Medizin*“ (1998); *Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin*, 5 Bände (Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser) 1992-2012 (im Autorenteam mit Andreas Noll). Autor vieler Fachartikel über traditionelle Akupunktur und TCM in deutschen und ausländischen Fachzeitschriften; seit 1990 Dozent zu vielen Themen der chinesischen Medizin im In- und Ausland.

Udo Lorenzen

Tel. 0431-330303

u.lorenzen@ki.comcity.de

www.abz-nord.de