

DIPLOMARBEIT

Wichtige Aspekte des Schleims

basiert auf Lehren von Avicenna und TCM

Elahe M. Taheri

INHALTSVERZEICHNIS

04	Vorwort
05	Einführung / Das Leben Avicennas
07	Die fünf Bücher
09	Besondere Merkmale
11	Die vier Elemente
13	Die vier Körper-Säfte
15	Grundlagen der TCM
19	Die Diagnose
20	Verdauungsstufen
22	Definition des Schleims
27	Schlaganfall
33	Gelenkprobleme
39	Das vielfältige Element
41	Kräuter
44	Quellenangabe

Vorwort

Im Rahmen meiner Diplomarbeit, habe ich mich mit dem Thema „Wichtige Aspekte des Schleims, basiert auf Avicenna und TCM beschäftigt.

Der Name Avicenna hat mich mein Leben lang sowohl bewusst als auch unbewusst begleitet. Der Beruf „Arzt“ hat in meiner Heimat (Persien) einen besonders hohen Stellenwert. Avicenna, der auch als **Arzt aller Ärzte** bekannt ist, stammt ebenfalls aus Persien. Seine über 6000 medizinischen Rezepte wurden und werden von Generation zu Generation weitergereicht und nahezu jede persische Familie kennt und praktiziert erfolgreich viele seine Geheim-Rezepte.

Als mir dieses Thema von meinem Dozenten Herrn Udo Lorenzen vorgeschlagen wurde, ahnte ich noch nicht, dass dies mein Leben ändern würde. Ich habe mich zuvor jahrelang mit TCM beschäftigt und nun lernte ich Avicenna und seine Vorgehensweise, Patienten zu heilen, kennen.

Je detaillierter ich in das Thema eintauchte, desto mehr zog es mich in seinen Bann. Seine Ideen und seine Denkweise bezüglich der menschlichen Anatomie, speziell das Zusammenspiel von Geist, Körper und Seele haben mich fasziniert.

Im allgemeinen war die Übersetzung des persischen Originals ins Deutsche aufgrund der unterschiedlichen Strukturen von Ausgangs- und Zielsprache, die verschiedenen Sprachfamilien angehören, aber auch aufgrund der Eigenart des Sprachgebrauchs Avicennas mit nicht unerheblichen Schwierigkeiten verbunden.

Schließlich fielen mir etliche Gemeinsamkeiten und Übereinstimmungen zwischen Avicennas Sicht der Dinge und der TCM auf und ich habe gelernt die Menschen und Ihre Krankheiten von einem anderen Blickwinkel zu betrachten.

Einführung



Das Leben Avicennas

Arzt aller Ärzte, den Vorzüglichsten der Vorzüglichen. Avicenna war ein brillanter Heilkundiger und Denker mit herausragenden Leistungen auf dem Gebiet der Medizin und der Philosophie. Wegen der Vielfalt seines Wissens verkörperte er den universellen Gelehrten wie kaum ein anderer vor und nach ihm.

Am äußersten östlichen Ende der islamischen Welt wurde im Jahre 980 in Efschene bei Buchara der Denker und Arzt Avicenna (Abu Ali al Hussein Ibn Abdillah Ibn Sina latinisiert Avicenna) als Sohn eines hohen Staatsbeamten geboren, der ihm nach der Übersiedlung der Familie in die Metropole eine sorgfältige Erziehung zuteil werden lief. Zunächst wurde er in den religiösen, dann in den weltlichen Wissenschaften unterrichtet.

Avicenna, der im gesamten Orient „Fürst aller Wissenschaften“ genannt wurde, war nicht nur ein bahnbrechender Mediziner, sondern ein ungeheuer vielseitiger Gelehrter, der es verstand das Wissen seiner Zeit zu systematisieren. Danach wandte er sich der Logik und den Rechtswissenschaften zu und nahm schließlich die mathematischen Wissenschaften sowie die Physik und die Metaphysik in Angriff, die er überwiegend im Selbststudium bewältigte.

Mit der praktischen Medizin begann sich Ibn Sina (Avicenna) im Alter von 16 Jahren zu beschäftigen und stellte fest, dass sie keine schwere Wissenschaft sei. Mit 17 Jahren hatte er sich bereits durch eine eigene Arzt-Praxis große Erfahrungen in der praktischen Medizin angeeignet. Er wurde als angesehener Arzt ans Bett des schwer erkrankten Sultans NÛR Ibn Mansur (reg. 366-389/976-997) gerufen und nach erfolgreicher Behandlung erhielt er als Dank die Erlaubnis, die königliche Bibliothek zu benutzen, die sehr seltene und einzigartige Bücher enthielt. Sein Wissensdrang kannte keine Grenzen.

Keine einzige Wissenschaft war ihm fremd

Nach dem Tod seines Vaters übernahm er mit etwa 21 Jahren zunächst selbst ein Staatsamt, verließ aber nach dem Sturz der Samanidendynastie seine Heimat und wirkte nach einer Phase der Zurückgezogenheit an verschiedenen persischen Höfen als Arzt und politischer Berater. In diesen unsicheren Zeiten ist er seinen fürstlichen Herren mehrfach in Ungnade gefallen, durch Flucht und Gefängnis.

Sein Leben in dieser Zeit war äußerst anstrengend: Während des Tages war er mit den Diensten für Amir (Herrscher der Samanidendynastie) beschäftigt, während er einen großen Teil der Nächte mit Vorlesungen und Diktieren von Notizen für seine Bücher verbrachte.

Nach dem Tod Amirs brach er einige Gesetze und saß für einige Zeit im Gefängnis. Schließlich floh Ibn Sina nach Isfahan. Er verbrachte seine letzten Jahre in den Diensten des Herrschers Ala Al-Daula, dem er in wissenschaftlichen und literarischen Problemen beratend zur Seite stand und ihn bei militärischen Projekten unterstützte. Öfter saß er fröhlich mit seinen Studenten nach Einbruch der Dunkelheit am Lagerfeuer bei heiterem Lautenspiel und kreisender Weinamphore. Doch Zeitgenossen kannten Avicenna auch als besessenen Arbeiter. Er schrieb häufig bis tief in die Nacht und war schon im Morgengrauen wieder zum Frühgebet auf den Beinen.

Selbst zu Pferde sah man ihn Notizen kritzeln. Anflüge von Müdigkeit bekämpfte er mit großen Mengen Kaffee. Freunde rieten ihm weniger zu tun und ein gemäßigtes Leben zu führen, aber dies war nicht sein Charakter. „Ich habe lieber ein kurzes Leben in Fülle als ein karges langes Leben“ antwortete er. Erschöpft durch seine harte Arbeit und sein hartes Leben starb Ibn Sina im Juni 1037 n.Chr. im Alter von 57 Jahren in Hamedan. Nach manchen Informationen starb er an Ruhr.

Die Lebensgeschichte Avicennas ist in der islamischen Welt und im christlich-jüdischen Abendland seit dem Mittelalter bekannt. Sie erschienen bereits gemeinsam mit der ersten lateinischen Übersetzung seines Hauptwerkes, dem „Kanon der Medizin“.

In der großen Halle der Medizinischen-Fakultät der Universität von Paris hängt ein Portrait des Avicenna. Im Iranischen Hamedan wurde im Jahre 1952 ein modernes Mausoleum für den großen Gelehrten errichtet, dem auch ein Museum mit Bibliothek angegliedert ist. In Buchara, im heutigen Usbekistan, befindet sich ein ähnliches Museum mit Schriften und Zeitdokumenten des großen Gelehrten.

Seine Grabstätte war jahrhundertlang das Ziel zahlloser Pilger. Eine gemeißelte Inschrift nennt ihn "Arzt aller Ärzte, den Vorzüglichsten der Vorzüglichen".



Die fünf Bücher

Avicenna verfasste zahlreiche Haupt-, und Nebenwerke in Philosophie, Medizin, Theologie, Geometrie und Astronomie.

Al Qunan fit'tibb "der Canon medicinae" ist eines der wichtigsten und bekanntesten Werke von Avicenna, welcher als Bibel der Medizin bekannt wurde. Es handelt sich um das Hauptwerk des Avicenna im Bereich der Medizin und bedeutet „ das Grundgesetz der Medizin“. Gerhard von Cremona hat dieses Werk im 12. Jahrhundert ins Lateinische übersetzt.

Ibn Sina schrieb 1030 sein Hauptwerk „Kanon der Medizin“ (Al-Qanun fi-t-Tibb). Diese umfassende Enzyklopädie der Medizin, die über eine Million Wörter enthält, zählt zu den größten medizinischen Lehrbüchern weltweit. Sein „Kanon der Medizin“ bestand aus fünf Bänden und war über Jahrhunderte hinweg das zentrale medizinische Werk in allen europäischen Universitäten.

Die jahrhundertelange Verwendbarkeit des "Kanons" der Medizin beruht auf seiner Vollständigkeit, seiner Systematik und der Klugheit seiner Ratschläge. Er besteht aus fünf Büchern, die unterteilt worden in „Sachgebiete“ (Funun), „Abhandlungen“ (Magalat), „Doktrinen“ (Taalim) und „Kapitel“ (Fukui).

Das erste Buch

bietet Definition und Aufgabe der Medizin, Anatomie und Physiologie der einzelnen Organe. Die Lehre von den Elementen, "Komplexionen", "Temperamenten" und "Säften", in der versucht wird eine Theorie des Stoffwechsels und der physiologischen Vorgänge aufzustellen.

Das Buch beinhaltet die Ursachen und Symptome der Krankheiten und Pulslehre, deren Bedeutung und erläutert Harnuntersuchungen. Außerdem werden Kinderheilkunde, die Definition der Tumore, Diätlehre, Hygiene, Reisekrankheiten und schließlich allgemeine Therapie, Aderlass, Schröpfen, Darmausspülung und Massagen erklärt.

Das zweite Buch

Das zweite Buch enthält eine allgemeine Darstellung der einzelnen Heilmitteln in alphabetischer Reihenfolge (Materia Medika) mit Kommentaren zu deren Anwendungen, dazugehörige Temperamente und Effektivität. Avicenna war der erste, der Regeln aufstellte wie ein neues Medikament zu prüfen sei, bevor es Patienten verabreicht wurde.

Das dritte Buch

Das dritte Buch enthält spezielle Pathologien und Therapien mit anatomischen und physiologischen Grundlagen. Es beschreibt die Erkrankungen und dessen Behandlung für folgende Körperteile: Gehirn, Auge, Ohr, Nase, Mund, Zunge, Zähne, Lippen, Kehle (dabei beschreibt er die Behandlung des Luftröhrenschnitts und die Kanülen Verwendung), Lunge, Herz, Drüsen, Magen, Leber, Milz, Darm, Harnorgane und Genitalien, Extremitäten-Erkrankungen.

Außerdem befasst er sich mit Zähnen und Ihren Krankheiten, Geburtshilfe, Gynäkologie und chirurgischen Eingriffen. Sein Beitrag zur Sexualität und deren Hygiene genießt heute noch seine Gültigkeit.

Das vierte Buch

Im vierten Buch nimmt er zu verschiedenen fieberhaften Erkrankungen, deren Ursache und Behandlung Stellung. Auch eine Prognostik und Krisenlehre sowie eine Abhandlung über Unfallchirurgie ist ausführlich beschrieben. Zusätzlich geht er auf die Lehre von den Vergiftungen (Schlangenbisse, Tollwut, Insektenstiche), Hautkrankheiten und deren Behandlung ein.

Das fünfte Buch

Das fünfte Buch beinhaltet schließlich die zusammengesetzten Arzneimittel (Antidotarium) und über 6000 Rezepte für verschiedene Krankheiten. Es ist in zwei Hauptteile aufgegliedert, in der einen werden die aufgeführten Rezepte nach Arzneiformen geordnet, in der anderen nach Indikationen.



Besondere Merkmale

Avicenna erkannte und differenzierte eine Vielzahl an Krankheiten und empfahl Therapien, die noch heute ihre Gültigkeit haben. Etliche Jahrhunderte vor der Erfindung des Mikroskops identifizierte der Medicus kleine Organismen, die durch Luft und Wasser wandern und Krankheiten verursachen, wie Tuberkulose.

Er beschreibt ziemlich genau die Differenzialdiagnose der Anämien Gelbsucht, Meningitis cerebrale Apoplexien, Epilepsie, und viele andere Krankheiten und unterschiedliche Formen der Hepatitis. Auch beschrieb er lokale Tumore, die man heute als Krebs bezeichnen würde und stellte fest, dass die Wucherungen im ganzen Organismus auftreten können. Der Tumor ist in dieser Sichtweise nur das letzte Symptom eines langwierigen Krankheitsprozesses. Die Beseitigung der ursächlichen Faktoren muss die Basis in jeder Krebstherapie darstellen. Avicenna rät Chirurgen, Krebs in seinen frühesten Stadien zu behandeln und Sicherstellen, dass alles kranke Gewebe entfernt worden ist.

Große Beachtung verdienen außerdem seine Beiträge zur Chirurgie. Während im Abendland bei vollem Bewusstsein und gefesselten Patienten operiert wurde, die dabei große Qualen erlitten, hat Avicenna die Patienten vor solchen Operationen mit Hanf- und Opium Extrakten betäubt und in Ruhe operiert. Bei kleineren Operationen entwickelte Avicenna eine Form von Lokalanästhesie. Er setzte Blutegel an, diese haben durch ihre Rüssel anästhetische Alkaloide abgesondert und so eine lokale Betäubung herbeigeführt.

Avicenna hat Leberabszesse drainiert, bei Aszites punktiert und Magenspülungen durchgeführt. In ersteren Fällen soll er sogar einen künstlichen Darmausgang gelegt haben. Dem Kranken wurde eine besondere Diät auferlegt. Das griechische Wort "Diaita" bedeutet Lebensweise, hat also nicht allein Bezug auf die Ernährung, sondern auf die gesamte Lebensweise eines Menschen. "Diaita" empfiehlt so die Enthaltung aller schädlichen Einflüsse, also auch in seelischer und geistiger Hinsicht. Die Gesetzmäßigkeiten des Klimas haben Auswirkungen auf den Menschen, ihm waren die Einflüsse des Klimas und der Umwelt auf ihre Gesundheit bewusst. Oft verordnete Avicenna seinen Patienten Reisen und am Meer spazieren gehen, um von ihren bisherigen Situation Abstand nehmen zu können.

Avicennas Lebensphilosophie

*Ibn Sina bemerkte die enge Beziehung zwischen Gefühlen und dem Körper und spürte, dass Musik einen positiven physischen und psychischen Effekt auf Patienten hat. Von den vielen psychischen Störungen, die er im „Kanon“ beschreibt, ist eine von besonderem Interesse: Die Liebeskrankheit.

Wie es heißt, hat Ibn Sina die Krankheit des Prinzen von Gurgan diagnostiziert, der krank da lag und dessen Leiden die örtlichen Ärzte verwirrte. Ibn Sina bemerkte ein Flattern im Puls des Prinzen, als er die Adresse und den Namen seiner Geliebten erwähnte. Der große Arzt hatte ein einfaches Heilmittel: Der Kranke sollte mit seiner Geliebten vereint werden. Avicenna gilt daher auch als Vorbereiter der Psychoanalyse und Psychotherapie im Mittelalter. Zudem wird auch deutlich, dass zu seinen bekannten Diagnosemethoden das feinfühlig Abtasten des Pulses gehörte.

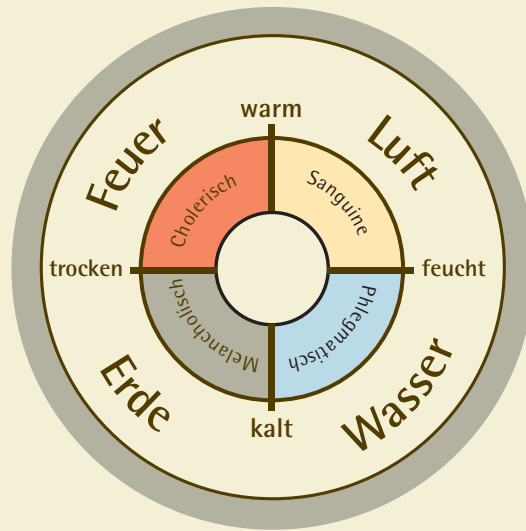
Er sah den Körper des Menschen als eine Erweiterung seiner Seele und als eng verbunden sowohl mit der Seele als auch mit dem Geist.

Er befasste sich mit der Durchdringung und Wechselbeziehung der Kräfte des Universums und ihre Wirkung auf den Menschen. Er war sich der „Sympathie“ zwischen allen Seinsordnungen und der gegenseitigen Aktion und Reaktion eines Geschöpfes auf das andere bewusst.

Für Ibn Sina bezog sich das Studium des menschlichen Körpers auf das der menschlichen Seele, in seinen Worten: „Körper und Seele, ein vollständiges Ganzes in einem einzigen Wesen bilden“.

*Ibn Sina = Avicenna

Die vier Elemente



„Zunächst muss man wissen, dass der Schöpfer vier Grundelemente erschaffen hat. Zwei Elemente sind leicht wie Luft und Feuer, zwei Elemente sind schwer wie Wasser und Erde“. Elemente sind Qualitäten, aus denen alle materiellen Erscheinungsformen entstehen, welche die primären Bestandteile des menschlichen Körpers sind. Der Anteil, in der die Elemente mit dem Körper vereint sind, hat einen Einfluss auf das Handeln des Menschen. Die Eigenschaften der Elemente sind zwar unterschiedlich, jedoch verbinden sie vielen Gemeinsamkeiten. Jedes dieser Elemente wird durch zwei der vier Grundqualitäten feucht, warm, trocken und kalt charakterisiert.

Erde

Die Erde ist ein einfaches Element und ist schwer, liegt im Zentrum und bildet den Mittelpunkt und daher den zentralen Bezugspunkt der anderen Elemente. Wenn dieses Element in einer Materie vorkommt gibt sie Halt, Festigkeit und Form. Das Erdelement übt die Funktion des Tragens aus. Hat den Charakter Kalt und trocken.

Wasser

Das Wasser ist ebenfalls sehr schwer, sein Platz ist unmittelbar in der Nähe der Erde, wird von der Luft umarmt, verändert schnell seine Form und wandelt sein Wesen.

Über das Wesen des Elements Wasser schrieb ein chinesischer Gelehrter im 11. Jahrhundert: "Von allen Elementen sollte der Weise sich das Wasser zum Lehrer wählen. Wasser erobert durch nachgeben, es greift nie an, aber gewinnt immer die letzte Schlacht". Im Wasser liegt die Keimkraft aller Dinge. Es hat die Kraft der Ernährung und des Wachstums, hat den Charakter Kalt und Feucht.

Luft

Die Luft ist leicht, sie liegt über dem Wasser und unter dem Feuer. Da wo sie vorkommt, gibt es Leichtigkeit. Luft ist der Vermittler zwischen Feuer und Wasser. Hat den Charakter warm und feucht.

Feuer

Ist ein einfaches Element und sehr leicht. Das Feuer hat die Kraft der Transformation und Bewegung. Feuer ist das aktive schöpferische Prinzip, die Intuition, die Bewegung, der Potenz, die Kraft und der Wille zur Existenz. Feuerelement bewirkt Reifung. Hat den Charakter warm und trocken.

Durch die Vereinigung der vier Elemente bilden sich im menschlichen Wesen:

Der Körper (Badan)

Der Geist (Ruh)

Die Seele (Nafas)

Kräfte oder Vermögen

Die Seele des Menschen entwickelt aus sich heraus Kräfte, um die Funktionen des Körpers ausführen zu können. Es gibt drei natürliche Kräfte:

Natürliche Lebenskraft (facultas naturalis)

dient dem Hervorbringen, Wachstum und der Ernährung

Vitale Lebenskraft (facultas vitalis)

die Lebenskraft mit Sitz im Herzen ermöglicht Atmung und Puls

Animalische Lebenskraft (facultas animalis)

ermöglicht Sinnesempfindungen und Willkürbewegungen

Atmung oder Pneuma

Das Pneuma wird mit der Luft eingeatmet. Diese wird in der Lunge gereinigt, dabei wird das Pneuma getrennt und zum Herzen geleitet. Es stellt die Quelle des Lebens dar.

Die vier Körper-Säfte

Die Säfte sind die vitalen Essenzen des Körpers und beeinflussen dessen Funktionen. Sie sind selbst durch körperliche Funktionen beeinflussbar. Die grundlegende Erkenntnis ist, dass jeder Mensch seine eigene individuelle, richtige Mischung, sein eigenes Temperament besitzt. Das ausgewogene Mischungsverhältnis im Körper bildet die Grundvoraussetzung für die Gesundheit. Wenn die Körpersäfte durch innere oder äußere Einflüsse in ein starkes Ungleichgewicht geraten, so kann es zur Erkrankung führen.

Nach Avicenna dominiert bei jedem Menschen einer dieser Säfte und verursacht so eines der vier Temperamente. Mit diesem universellen Raster bestand nun die Möglichkeit alle Erscheinungen der Wirklichkeit auf rationale Weise zu beschreiben und miteinander in Verbindung zu setzen. So auch die physiologischen und psychologischen Vorgänge am Menschen. Jedes dieser Elemente war durch zwei der vier Grundqualitäten „feucht“, „warm“, „trocken“ und „kalt“ charakterisiert.

Temperamente	Elemente	Säfte	Qualität	Puls
Sanguine	Luft	Blut	Feucht-Warm	Schnell-Voll
Cholerisch	Feuer	Gelbe Galle	Trocken-Warm	Schnell-Leer
Phlegmatisch	Wasser	Schleim	Feucht-Warm	Langsam-Voll
Melancholisch	Erde	Schwarze Galle	Trocken-Kalt	Langsam-Leer

Aus der individuellen Mischung ergeben sich die Charaktere
Sanguiniker, Choleriker, Melancholiker und Phlegmatiker.

Sanguin (reich an Blut)

Extrovertiert, Aktiv, fröhlich, kennt keine Traurigkeit.

Cholerisch (reich an Galle)

Extrovertiert, Tendenz zur Gewalt, auch gegenüber sich selbst; Ungeduld, Jähzorn, Rücksichtslosigkeit.

Phlegmatisch (reich an Schleim)

Introvertiert, Willensschwäche, Unentschlossenheit, ständige Müdigkeit und Trägheit

Melancholisch (reich an Schwarzgalle)

Launisch, trockener Typ, verträgt keinerlei Reize, Allgemein chronisches, schleichendes und progressives Leiden.

Warm

Wird in der TCM mit Yang Phänomen assoziiert. Im modernen Sinne eine Beschleunigung der Funktion, der Aktivität, der Aktion und Reaktion des Metabolismus und Zunahme der Dynamik auf Zeichen wie ,Rötung, Überwärmung, Entzündung, Fieber, aufsteigende Hitze und Reizbarkeit.

Kalt

Wird mit Yin Phänomen assoziiert, eine Verlangsamung der Aktivitäten und Funktionen des Metabolismus. Zeichen von übermäßigem Schlafbedürfnis, und generelle Langsamkeit, Abkühlung, ,Blässe, Frösteln ,Depressionen bis zur körperlichen und seelischen Erstarrung.

Feucht

Ist ein Fülle-Zustand, beschreibt eine Zunahme an körperlicher Substanz, ist nass, schwer und träge, produziert im Körper reichlich Absonderungen und Ausscheidungen.

Trocken

Beschreibt eine Abnahme an körperlichem Substanz, einen Zustand, der die körperlichen Ressourcen verbraucht und zur körperlichen Auszehrung führt. Trockene Schleimhaut, trockene, rissige Haut und Lippen, trockene Augen und Zunge. Die TCM verwendet hierfür den Begriff der „Leere“. Tatsächlich handelt es sich oft um Unterfüllungs- und Mangelzustände.

Es war die Aufgabe des Arztes, die Abweichung der „harmonischen Mitte“ zu bestimmen und den Patienten mit einer geeigneten Therapie zu seinem natürlichen Temperament zurückzuführen.

Grundlagen der Chenesischen Medizin

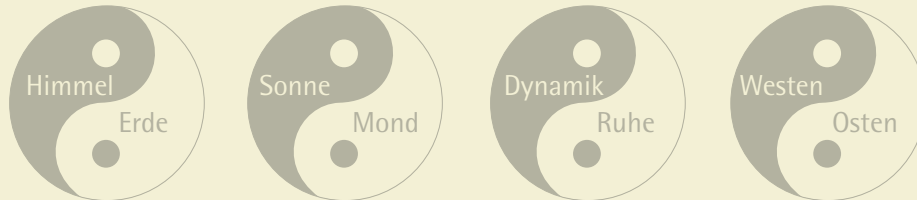
YIN und YANG

Die Lehre von Yin und Yang ist die wichtigste Theorie in der TCM. Sie entspricht der taoistischen Naturphilosophie und besagt, dass sich alle Dinge in zwei Polaritäten teilen lassen, in Yin und Yang.

Alle Erscheinungen und Veränderungen des Lebens und alle Naturphänomene lassen sich aus dem wechselseitigen Zusammenspiel von Yin und Yang ableiten.

Alle Dinge haben sowohl einen Yin-, als auch einen Yang-Aspekt, das heißt nichts ist absolut sondern sie existieren nur in Relation zueinander. Yin und Yang erschaffen sich gegenseitig, das heißt, dass sie nicht voneinander zu trennen sind.

Yin und Yang ergänzen und kontrollieren sich gegenseitig sowie Tag und Nacht. Yin und Yang verwandeln sich ineinander. Dies ist der Prozess der ständigen subtilen Veränderungen:



Gesundheit ist ein Zustand des relativen Gleichgewichts von Yin und Yang. Jede Veränderung, ob physiologisch oder Pathologisch, ob von innen oder von außen, beeinflussen den ganzen Menschen.

Das System der 5 Wandlungsphasen

Die fünf Wandlungsphasen beschreiben die Gesetzmäßigkeiten der Zusammenarbeit der fünf irdischen Grundelemente Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser und deren Beziehungen zu einander.

Jede der fünf Wandlung-sphasen beinhaltet charakteristische Qualitäten und hat spezifische Eigenschaften, welcher Ausdruck ihrer individuellen Natur sind.

Holz

Yang-Phase wächst, entfaltet sich Frei und dehnt sich aus.
Die Farbe ist grün.

Feuer

Yang-Phase, wärmt, lodert aufwärts. Die Begeisterung und Lebensfreude ist die Qualität der Wandlungsphase des Feuers. Die Farbe ist Rot.

Erde

Neutrale-Phase, empfängt, wandelt um, bildet die Mitte des Menschen, stabilisiert und nährt. Die Farbe ist gelb.

Metall

Yin-Phase, klärt und schützt. Die Farbe ist weiß.

Wasser

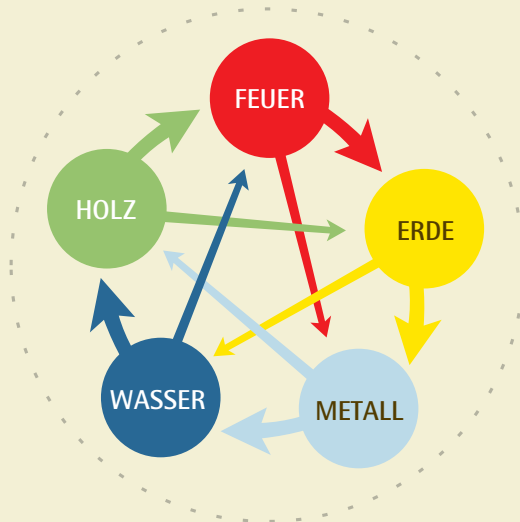
Yin-Phase, sorgt für Wachstum und Fortpflanzung, nährt und fließt, stellt die Wurzel allen Lebens dar. Die Farbe ist schwarz.

So gehört zu jeder Wandlungsphase eine Jahreszeit, eine Emotion, eine Farbe, eine Fähigkeit und einige Organe des menschlichen Körpers. Diese Phasen sind nicht statisch, sondern im immer währenden Wandel miteinander verbunden: Wie auf den Sommer immer der Herbst und danach der Winter folgt, so fließt die Lebensenergie im menschlichen Körpers von einer Wandlungsphase zur andern, wobei jede die nachfolgende ernährt und stärkt, die übernächste aber kontrolliert und in Balance hält.

Die Aspekte der fünf Wandlungsphasen

Elemente	Holz	Feuer	Erde	Metal	Wasser
Jahreszeit	Frühling	Sommer	Spätsommer	Herbst	Winter
Klimafaktor	Wind	Hitze	Feuchtigkeit	Trockenheit	Kälte
Richtung	Osten	Süden	Mitte	Westen	Norden
Farbe	Grün	Rot	Gelb	Weiß	Schwarz
Zangorgane	Leber	Herz	Milz	Lunge	Niere
Fu-Organ	Gallenblase	Dünndarm	Magen	Dickdarm	Harnblase
Sinnesorgan	Auge	Zunge	Mund	Nase	Ohr
Emotionen	Wut	Freude	Grübeln	Traurigkeit	Angst
Entwicklung	Geburt	Wachstum	Umwandlung	Ernte	Speicherung

Die Wandlungsphasen können sich prinzipiell gegenseitig erzeugen und gegenseitig überwinden. Diese Interaktionen sind anhand folgender Graphik dargestellt:



Die Theorie der fünf Wandlungsphasen wird sowohl in der Diagnose als auch in der Therapie von Krankheiten angewendet: Bei der Diagnose: Die körperliche Veränderungen (Gesichtsfarbe, Störung der Sinnesorgan) wie auch Ablehnung oder Bevorzugung von Wetterlagen, Jahreszeiten, Geschmacksrichtungen und Farben können Hinweise auf eine Störung, die auf Leere oder Fülle in einer Phase andeutet.

Das Qi

Alle Lebensformen sind Ausdruck vom Qi in verschiedenen Stufen der Materialisierung. Die Körperstrukturen sind eine sehr feste materielle, und der Geist (shen) eine sehr imaterielle Erscheinungsform.

Qi ist zugleich Maße und Energie

Qi ist eine Energie, die sich gleichzeitig auf der physischen und der spirituellen Ebene zeigt und bewegt sich in allen Teilen des Körpers. Wenn der Qi-Mechanismus gut funktioniert, können Geburt und Transformation stattfinden.

Qi ist die Grundlage aller Substanzen wie:
Blut (Xue), Körperflüssigkeit (Jin-Ye), Essenz (Jing).

Das gesamte Qi des Körpers (wahres Qi, zhen-qi) weist drei Ursprünge auf:

Der vorgeburtliche Ursprungs-Qi (yuan-qi)

wird bei der Empfängnis von den Eltern auf das Kind übertragen, ist für die generelle Konstitution des Körpers verantwortlich und wird in der Niere gespeichert.

Natürliches Luft-Qi (zong-qi)

Befindet sich im Thorax, wird in der Lunge aus Qing-Qi(Atem luft) und Nahrungs-Gu-Qi aus der Milz gebildet.

Nahrungs-Qi (gu-qi)

Entsteht in der Milz, wird aus der verdauten Nahrung entzogen.
Zhen Qi = YuanQi + ZongQi + (Gu Qi-DaQi)

Das Qi bewegt sich auf bestimmten Leitbahnen, die auch unter dem Namen Meridiane bekannt sind, durch den menschlichen Körper. Diese unsichtbaren Leitbahnen bilden ein Netz von Kanälen, die auch die Grundlage der Akupunktur darstellen.

Das Nei Jing sagt dazu: „Die Leitbahnen transportieren Blut und Qi, regulieren Yin und Yang, halten Sehnen und Knochen elastisch und fördern die Gelenke“.

Die klassischen Akupunkturpunkte befinden sich auf den 14 Leitbahnen (Shi Si Jing), die aus den zwölf Hauptmeridianen (Jing Mai) zusammen mit Konzeptionsgefäß (Ren Mai) und Lenkergefäß (Du Mai) bestehen .

Die Diagnose

Die genaue Diagnose war eine der wichtigsten Voraussetzungen für die Behandlungsstrategie und den Behandlungserfolg. Nach Ansicht Avicennas und der TCM war ein ausführliches Diagnoseverfahren, notwendig, um Disharmonie-Muster festzustellen und eine Analyse der individuellen Situation zu ermöglichen.

Wichtige Hinweise ergaben sich aus:

Der erste Eindruck

Gesicht, Statur, Haut, Haare, Augen, Nägel.

Das Verhalten

Bewegungen, Stimme, Sprache, Atmung und emotionale Verfassung

Befragung

Befragung nach körperlichen und seelischen Beschwerden. Die Modalitäten (Einflüsse, die die Beschwerden verschlechtern bzw. verbessern) geben wichtige Hinweise, welche wir aus der Homöopathie kennen. Zusammenhänge zwischen den Organen, Stoffwechselprozessen und ihren Störungen waren Teil der Diagnose.

Die körperliche Untersuchung

Um eine Diagnose erstellen zu können, machte man dies anhand des Pulses, der Zunge und des Harns. Bei der Analyse des Harns konnte die Farbe, der Geruch, die Dichte, und auch die Menge Aufschluss über die Art der Krankheit geben.

Die gewonnenen Informationen boten eine hervorragende Basis, um daraus ein Therapiekonzept zu entwickeln, das an den Wurzeln ansetzt und den Menschen in den Punkten unterstützt und stabilisiert, auf denen ihre Krankheitsgeschichte basiert.

Die durchgeführte Diagnostik war gleichzeitig Ausgangspunkt für weitere konstitutionelle Verfahren wie Diätetik, Phytotherapie, ausleitende Therapie, Bewegungstherapie, Massagen oder Bäder.

Verdaunstufen

Die erste Verdaunstufe im Magen

Die Verdaung der Nahrung fängt im Mund an. Die Enzyme des Speichels bereiten die Nahrung vor, um in einer weiteren Stufe im Magen verdaut zu werden. Die Wärme der umliegenden Organe wie Milz (linke Seite), Leber (rechte Seite) und dem Herzen, helfen den Verdaungsprozessen im Körper.

Die zweite Verdaunstufe im Dünndarm und Leber

Vom Magen gelangt die Nahrung in den Dünndarm. Der Nahrungsbrei (Chylus) löst von Flüssigeren Stoffen und wandert über die Mesentrialvene in die Leber.

Dritte Verdaunstufe in der Leber

In der Leber wird schwarze Galle und Sanguis gebildet und der verdünnte Nahrungssaft wird hier in Blut und körpereigenes Gewebe umgewandelt.

Vierte Verdaunstufe in den Organen

Die Säfte werden durch den Blutkreislauf in die Organe transportiert und werden letztlich in Körpergewebe umgewandelt.

Die Entstehung der Säfte

In der zweiten Stufe der Verdaung wird durch Aktivität und schnelle Verdaung in der Leber Schaum und Sediment gebildet. Der Schaum wird Cholera (Gelbe Galle) und das Sediment wird Melancholia (Schwarzegalle) genannt.

Im normalen Verdaungsverlauf werden später beide (sowohl Cholera als auch Melancholia) Substanzen in den Organen als Nahrung verwendet. Wenn die Nahrung durch zu viel Hitze im Verdaungsverlauf verbrannt oder bei geringer Hitze unreif bleibt, werden sie zu schädlichen Substanzen umgewandelt, welche Ursache für Gicht und andere Krankheiten werden.

Aus den schleimigen Bestandteilen der Nahrung bei angemessener Wärme im Verdaungsvorgang in der Leber wird der Lebenswichtige Saft, Sanguie (Blut) gebildet. Bleibt der schleimige Bestandteil der Nahrung bei diesem Verdaungsprozess unreif oder nicht gut bearbeitet, entsteht daraus Plegma (Schleim), dies kann Ursache für viele Krankheiten wie Asthma,

Epilepsie und Schlaganfall werden. Unser Körper braucht die oben genannten vier Säfte, um die Organe zu versorgen.

Es gibt zwei Sorten von Körper-Säften

Gesunde und gute Säfte

die entweder allein oder durch Mischung mit anderen Säften unseren Körper versorgen.

Ungesunde und schädliche Säfte

müssen aus dem Körper ausgeschieden werden.

Definition des Schleims

Schleim ist eine Form der inneren Feuchtigkeit, welche als Folge von Resorptionsstörung entsteht. Sowohl in den antiken Werken als auch in der TCM ist geschrieben, dass „Hunderte von Krankheiten ihren Ursprung im Schleim haben“. Dies ist gleichbedeutend mit modernen Werken, die behaupten "der Ursprung von Krankheiten liegt im Darm".

Keine pathologische Struktur ist so schwierig zu behandeln wie der Schleim.

Dieses Abfallprodukt des Verdauungstraktes verlangsamt die Zirkulation vom Qi und dem Blut, ist außerdem eine häufige Ursache für unterschiedliche Krankheitsbilder.

Der Schleim reist im Körper und lagert sich auf der Stelle des kleinsten Widerstands, verstopft und beengt die Gefäße (Tromben, Embolie, Angina Pectoris, Infarkt, Apoplex), sammelt sich im Knoten (vergrößerte Halsknoten nach Anginen, vergrößerte Rachenmandel) und blockiert die Bahnen (Zysten in der Brust oder in Eierstöcken, Myome) oder begleitet akute oder chronische Krankheiten (Asthma, rheumatische Gelenkentzündungen) und begünstigt sogar die Entstehung von Geisteskrankheiten und Krebs.

Schleim aus Sicht des Avicenna

Phlegma - Schleim

Element - Wasser

Temperament - Kalt und Feucht

Schleim ist einer der vier Säfte, welcher für unseren Körper gewissermaßen notwendig ist, um die Organe zu befeuchten. Der normale und gut nährnde Schleim befeuchtet und verhindert die Austrocknung des Körpers und ist in der Lage jederzeit durch bestimmte Hitze gereift und in Blut transformiert zu werden.

Entsteht dieser Saft im Übermaß durch häufigen Verzehr von z.B. energetisch kaltem Essen (Milchprodukte) oder durch Hitze (Stagnationen Oder Emotionen), kann er zu verschiedenen Krankheiten führen. Schädliche Arten von Schleim.

Den schädlichen Schleim gibt es in vier Geschmacksrichtungen

Geschmacklos, Salzig, Sauer, Bitter

Geschmacklos

farblos oder weiß, dünnflüssiger Schleim, entsteht wenn sich Sanguies mit normalem süßen Schleim vermischt.

Gelber-Gallen-Schleim

wenn die trockene gelbe Galle mit flüssigem Schleim vermischt wird, entsteht salziger Schleim, welcher warm und trocken ist (Heißer Schleim).

Schwarzer-Gallen-Schleim

Wenn die saure schwarze Galle mit dem schleim vermischt wird, entsteht saurer Schleim. Wenn die bittere schwarze Galle mit kaltem schleim vermischt wird, entsteht bitterer Schleim.

Kalk-Schleim

(unsichtbarer Schleim) aufgrund seiner weißen Farbe wird er Kalk-Schleim genannt. Wegen seiner Ablagerung in den Gelenken und deren Passagen verliert der Schleim seine Flüssigkeit, deshalb ist er sehr zähflüssig.

Ursachen für die Entstehung von Schleim

(ähnlich wie bei der TCM)

Die Schwäche der Milz, Magen und Leber

(Fehlfunktion der Verdauungsumwandlung)

Falsche Ernährungsgewohnheiten

Emotionen

Durch Emotionen wie Wut oder Traurigkeit wird die Verdauungsfunktion vernachlässigt und dadurch wird die Schleim-Produktion begünstigt

Klimatische Faktoren

Nass und feuchte Jahreszeiten

Wohn und Beruf Verhältnisse

Die mehr mit Feuchtigkeit und nässe zutun haben.

Bewegungsmangel

Therapie

01 Erst muss der zähe (unreife) Schleim, der schwer abzu husten ist, reif werden (lockern). Dies geschieht mit Hilfe von bestimmten Mitteln wie Gersten-Sud und Pfeffer. Anschließend muss er raus befördert werden.

02 Stuhlgangfördernde Mittel (Abführmittel) um den Schleim durch den Darm los zu werden.

03 Brechen

04 Niesen

05 Massage um den schleim zu bewegen und zu lockern

06 Bewegung

07 schwimmen in Termen –Bädern um den schleim zu bewegen

Nicht zu empfehlen: Unbeweglichkeit und sehr viel Ruhe.

Schleim aus Sicht der TCM

Die Auffassung von schleim ist auch in der Chinesischen Medizin sehr weitreichend und wichtig. Er kommt in der Klinischen Praxis sehr häufig vor, wenn er nicht vorzeitig behandelt wird verursacht er viele Krankheiten. Der wichtigste Grund von Schleimbildung liegt in einer Milzschwäche (Umwandlung und Transportieren) der Lunge (Körperflüssigkeiten verteilen und absenken) und der Niere (Körperflüssigkeiten transformieren und ausscheiden) sind ebenfalls an der Schleimbildung beteiligt.

Die Manifestation von Schleim wird festgestellt durch

Zunge

Geschwollener Zungenkörper mit kleberigem Zungenbelag

Puls

Schlüpfrig oder seitenförmiger Puls

Weitere Symptome wie zum Beispiel Übelkeit, Schwindel, schwere Gefühle und Trägheit

Arten von Schleim

Substanzhafter Schleim (mit Form)

wie Sputum, die bei einer Lungenkrankheit abgehustet werden.

Substanzloser Schleim (ohne Form)

Unter der Haut wie Nervenganglien oder Lymphknoten oder in den leitbahnen die Taubheitsgefühle verursachen oder in den Gelenken die Knochendeformationen verursachen.

Schleim gemäß seinem Charakter

Feuchtigkeits-Schleim

Reichlich von weißem, Klebrigen und relativ leicht abzuhustenden Schleim.

Kälte-Schleim

Weißer wässriger Schleim

Hitze-Schleim

Klebrig und gelber Schleim

Wind-Schleim

Diese Form von Schleim liegt bei einem Wind-Schlaganfall vor.

Qi Schleim

Ist ein substanzloser Schleim mit Schwellungsgefühl in der Kehle oder Pflaumenkernsyndrom.

Äußere Ursachen

Feuchte Kälte oder feuchte Hitze-Klima

Wohnverhältnisse oder Beruf, die mit Feuchtigkeit oder Wasser zu tun haben

Jahreszeit: Der Spätsommer oder nasser Herbst begünstigt Schleim-Erkrankungen bei Menschen, die auch innerlich zu Schleimbildung neigen.

Innere Ursachen

Emotionen, viele Gedanken, Sorgen und grübeln überfordern die Milz, dies führt zu Flüssigkeitstransformationsstörung und zu Schleim.

Andere Ursachen wie falsche Ernährungsgewohnheiten, die zur Schleimbildung führen.

Therapien

Akupunktur

Arzneimittel, Heilkräuter u Diätetik

Massage wie Tuina

Ernährung

Qigong

Schlaganfall

Beim Schlaganfall schreibt Avicenna „werden die Gefäße im Gehirn, welche sowohl für die sensorische als auch für die motorische Bewegung verantwortlich sind blockiert. Das Atmen und die Bewegungsapparate werden kraftlos und können nicht mehr arbeiten“.

Die Blockade kann durch zusammenziehen oder Schwellungen der Blutgefäße im Gehirn verursacht werden, welche oft von Fieber begleitet werden, oder durch Fülle (Blut) oder schleim zustände kommen.

Schlaganfall (zerebraler insult, apoplektischer insult, geirnschlag) ist eine akute Durchblutungsstörung des Gehirns mit neurologischen Ausfällen wie Bewusstseinstörung, Lähmung, Sensibilitätsstörung.

Die vier uns bekannten Schlaganfall-Ursachen aus heutiger Sicht stimmen mit Avicennas Ansicht und der chinesischen Medizin überein. Gehirnblutung, Embolie, Thrombose im Gehirn, Spasmus eines Blutgefäßes im Gehirn. Sowohl in TCM als auch nach Ansicht des Avicenna ist der schleim oft die Hauptursache für einen Schlaganfall.

Das Gehirn

Das Gehirn hat das kalte und feuchte Temperament und ist das Gehäuse für verschiedene Nerven. Es ist feucht, aufgrund seiner schweren Aufgabe, darf es nicht zu trocken werden, durch die Feuchte ist es besser aufnahmefähig. Das Gehirn ist weich und etwas fettig, damit es effizient die Nerven versorgt.

Die fünf Sinnesorgane (sehen, riechen, fühlen) erhalten ihre Befehle aus dem Gehirn. Das Gedächtnis hat eine direkte Verbindung zum Gehirn, welches aufgrund seiner Vielfalt und der individuellen Aufgaben der Hauptintegrationsort für alle komplexen Informationen ist, die der Organismus zu verarbeiten hat.

Avicenna hat in seinem Buch „der Kanon“ schon vor hunderten von Jahren eine genaue Vorstellung der Anatomie des Menschen, sowohl der Nerven als auch Krankheiten des Gehirns gehabt. Seine damaligen Auffassungen stimmen mit der heutigen Schulmedizin fast überein.

Aufgaben des Gehirns

Der vordere Bereich des Gehirns ist weicher als der hintere Bereich, weil im vorderen Bereich die meisten empfindlichen Nerven sind, welche für die Gefühle verantwortlich sind. Die Sinnesorgane wie Hören, Riechen und Sehen verarbeiten die Information von dort aus.

Der Mittlere Bereich

Verbindet den vorderen und hinteren Bereich miteinander und ist zugleich der Ort, wo das Denken passiert.

Der Hintere Bereich

Das Knochenmark entspringt (entspringt) von dort. Ist für das Gedächtnis, motorische Informationen, Bewegung und Koordination verantwortlich.

Ätiologie

„Du musst wissen, dass der Schlaganfall bei den Menschen verbreitet ist, welche das feuchte Temperament in sich haben. Dies kann auch durch äußere Einflüsse wie die Wohnumgebung und der Arbeitsplatz beeinflusst werden. Oftmals sind ältere Menschen davon betroffen.“ Hauptursache der Blockade ist entweder Blut (Fülle und Hitze) oder Schleim, in den meisten Fällen ist der Schleim die Hauptauslöser.

Schwerer Verlauf

Blut (Fülle) (Ähnlich wie bei der TCM Yin Kollaps)

Die Augen und das Gesicht sind rot (Anzeichen von Blut und Hitze). Plötzliches Kollabieren, Bewusstlosigkeit, zusammen gepresste Zähne, Rasselnde Geräusche in der Kehle und raue Atmung.

Therapie: Bewusstsein wiederherstellen (Aderlass), Hitze klären,

Schleim (Yang Kollaps)

Plötzliches Kollabieren, Bewusstlosigkeit, blasses Gesicht und geschlossene Augen, reichliche Sputum, Hände und der Mund sind geöffnet, Kalte Extremitäten.

Therapie: Das Bewusstsein wiederherstellen (Aderlass), Schleim beseitigen.

Milde Form

Avicenna: „Das Gehirn versucht das störende Material (Schleim) los zu werden und schiebt es auf Körperteile,„ (ähnlich wie bei der TCM Angriff auf Leitbahnen).

Folgeerscheinung

Fazialisparese (Deviation von Augen und Mund)

Sprach-, und Gefühlsstörung, undeutliche Artikulation, Seh-, und Schluckstörung, halbseitige Lähmung, Gleichgewichtsstörung

Taubheitsgefühle an den Extremitäten

Therapie Blutdruck senken, Schleim beseitigen, Blockade aus dem Körper (Leitbahnen) beseitigen.

Therapie

„wie du gelernt hast, musst du als erstes das Gift aus dem Körper entfernen, sodass der Körper gereinigt wird. Du musst deinen Patienten immer unter Beobachtung haben und seine körperliche Kondition berücksichtigen und dementsprechend handeln.“

Das Behandlungskonzept besteht aus

Das Bewusstsein wieder herzu stellen

Den störenden Faktor (Material) aus dem Körper zu entfernen

Organismus reinigen

Dem Körper helfen sich durch passende Medikamente, Diäten und Ernährung zu regulieren und zu stabilisieren.

Bewusstsein wieder herstellen

Ein Blutaderlass muss vorgenommen werden

Sowohl bei der Blut-Fülle (Yin Kollaps) als auch beim Schleim (Yang Kollaps) wird ein Blutaderlass verordnet

Das Räuchern und einatmen vom Weihrauch (Kondor) hilft das Bewusstsein wieder herzustellen

Abführmittel (Purgieren)

Ableiten über den Darm.

Dabei werden Medikamente (z.B. spezielle Tees wie...

Aleo Vera *Saber*

Mastixstrauch *Mastalkie*

Haritaki *Halieleh* (König aller Heilpflanzen)

verabreicht, welche die Tätigkeit des gesamten Verdauungstraktes anregen und eine schmerzlose Darmentleerung erzeugen. Ziel ist es den Körper von angesammelten Schadstoffen zu befreien und ihm hiermit die Möglichkeit zur Regeneration zu geben.

Einatmen (zum Niesen fördernde Mittel)

Durch das Niesen werden überschüssiger und schädlicher Schleim aus dem Körper ausgeschieden. Um das Niesen anzuregen werden Samenpulver von Heleborus niger Gartenkresse, Senf, Zwiebel u Knoblauch eingeatmet.

Erbrechen

Eine Mixtur aus Olivenöl und der Schwertlilie (Iris Florentina= Susan) hilft dem übersättigten Patienten zum Erbrechen, damit sein schwerer Magen leichter wird. (sofern es keine Probleme mit der Lunge gibt)

Gurgeln mit Mitteln wie

Bohnenkraut (Marseh) mit einer Mixtur von etwas Essig und Honig vermischen, hilft beim Gurgeln

Der Gerber-Sumach (Somagh)

Der Majoran (Marsangusch)

Wasser-Minze. (Mentha aquatica) = Puneh

Bohnenkraut (Satureja hortensis)= Marseh

Waschen von Kopf und Körper mit Tee

Der Majoran (Marsangusch)

Der Gelbe Steinklee (Schahafsar)

Oregano (Avischane kuhie)

Beifuß (Afsantin ,Darmaneh)

Massieren

Den Körper mit Olivenöl und leicht energetisch wärmenden Kräutern (Die Kräuter geben ihre Wirkstoffe ab und sie dringen über das Öl in die Haut ein) einmassieren wie:

Die Weinraute (Figan), Süßgereser (Guregiah), Kamilenöl

Die Füße mit lauwarmem Salzwasser massieren

Darauf achten

Leichte und verdauliche Kost und abends sollte man darauf achten, vor dem Essen leicht körperliche Bewegungen zu machen. Nach dem Essen nicht sofort hinlegen und für ausreichend Ruhe sorgen.

Bewegung

beim Sport darf der Kopf sich nicht bewegen, nur die Extremitäten dürfen bewegt werden, die Kopfhaut darf leicht massiert werden oder Haare kämmen (wird als leichte Kopf Massage betrachtet)

Bemerkung

Schwindel ist der Vorbote eines Schlaganfalles und ältere Menschen sind sehr häufig davon betroffen.

Schlaganfall aus Sicht der TCM

Nach Anschauung der TCM ist der Schlaganfall sehr komplex, obwohl er plötzlich auftritt, ist er durch jahrelange Faktoren wie emotionaler Stress, körperliche Überarbeitung und unzureichende Ruhe zustande gekommen.

Die Ursache

Wind-Schleim

Feuchtigkeitsschleim

Stagnation von Qi und Blut

Yin mangel

Folgeerscheinungen eines Angriffs auf die inneren Organe sind entweder Yin, Yang Kollaps (Oben erwähnt) oder Angriff auf die Leitbahnen. Dies ist mit Schwindel, Faszialisparese, Hypertonie, Aphasie verbunden.

Therapie

Mit Hilfe von Arzneimittel und Akupunktur:

Bewusstsein wiederherstellen

Punkte wie Du26, Di4

Blutdruck senken

Di11, Ma36, Le3, Ma9

Schleim beseitigen

Ma40, Lu7, Re9, Mi6

Qi stärken, Blut beleben, Blockaden aus dem Leitbahnen beseitigen

Re17, Bl17

Das Yin nähren

Ni6, Ni3, Re4

Rezeptur

Beide Rezepturen zusammen stärken das Qi und Yin und gewinnen das Yang zurück:

Banxia baizhu tianma tang:

Dekokt mit Pinellia, Atractylodes und Gastrodia

Diese Rezeptur beseitigt Schleim u. Wind:

Shenfu tang und shengmai san (Dekokt mit Ginseng und Aconitum und Pulver, das den Puls erzeugt).

Diese Rezeptur unterdrückt das Leber-Yang, beseitigt Wind und stärkt die Niere: Tianma gouteng yin: Trank mit Gastrodia und Uncaria

Gelenkprobleme

Die Gelenkprobleme gehören zu den ältesten Beschwerden der Menschen weltweit. Jeder Mensch wird im Verlauf seines Lebens irgendwann mit Gelenkproblemen konfrontiert. Die Gründe hierfür sind folgende:

Gelenkprobleme nach Ansicht des Avicenna

Avicenna schreibt in seinem Buch „Kanon“ über Gelenkprobleme, deren Ursachen und Therapien. Oftmals erwähnte er Schleim als die Ursache der Gelenkprobleme, welche mit den Anschauungen der TCM übereinstimmen.

Die Probleme können verursacht werden durch

Äußere pathogene Faktoren

Wind, Kälte, Feuchtigkeit, Trauma, (Unfälle)

Übermäßige sexuelle Aktivitäten

Übermäßige körperliche Aktivitäten (Exzessiver Sport oder übermäßige Arbeitsaktivitäten)

Bewegungsmangel

Regelmäßig Wein (Alkohol) trinken, besonders morgens vor dem Frühstück

Die inneren Ursachen

bei Schwäche der Milz, des Magens und der Leber durch langfristige falsche Ernährungsgewohnheiten und schlechter Verdauung entsteht eine Fehlfunktion der Verdauungsumwandlung und des Transportes.

Es entsteht Schleim, welcher nicht auf natürlichem Wege ausgeschieden werden kann, aufgrund dessen setzt sich der Schleim in den Gelenken fest und kann (Blockade verursachen) zu Stagnationen führen (verursachen Schwellungen und Knochendeformation wie z.B. Rheumatoide Arthritis).

Emotionaler Stress

Avicenna schreibt im Kanon „Durch Wut oder Traurigkeit wirkt sich die ganze Aufmerksamkeit des Menschen auf den emotionalen Stress aus, dadurch wird die Verdauungsfunktion vernachlässigt und somit wird die Entstehung von Schleim beschleunigt. Besonders beim chronisch erkrankten oder bei älteren Menschen spielen innere Faktoren eine wichtige Rolle bei der Entstehung der Krankheit.

Die Feststellung

Das betroffene Gelenk muss genau beobachtet und untersucht werden, um die Dyskrasie der Säfte festzustellen.

Der Schmerzcharakter, (pochend, ziehend oder dumpf) gibt uns hilfreiche Informationen.

Modalitäten (Wodurch wird es besser oder schlechter?)

Avicenna sagt: "Temperatur, Hautfarbe, Schwellung des Gelenks, dessen Schmerz-Charakter und Hautfarbe in betroffenem Gebiet (wie: weiß schleimartig oder rot blutartig , gelb-gallig oder es zu dunkel und schwarzgallig) bieten uns hilfreiche Informationen."

Durch gelbe Galle

Die Schmerzen sind versteckt, ziehen sich nicht und bleiben an einer Stelle. Die betroffene Stelle ist hart und trocken, und trägt eine gelblich dunkle Farbe.

Schwarze Galle

die betroffene Stelle ist rot, berührungsempfindlich und sehr schmerzhaft. Schmerzlinderung durch kalte Anwendung.

Gelenkprobleme durch Blut Dyskrasie

Das Gelenk ist geschwollen und rot, fühlt sich warm an und ist durch Schmerzen u. Hitze charakterisiert (Wärmeabneigung). Schmerzen werden durch Wärme schlechter u durch Kälte besser.

Durch Schleim

01 Schleimbildung aufgrund von Umwandlung der Körperflüssigkeiten in den Gelenken in Form von Schwellung.

02 Die Haut der betroffenen Stelle ist unverändert oder etwas weiß-grau.

03 Die Schmerzen sind mäßig aber kontinuierlich da.

Schleim, sowohl durch Kälte als auch Wärme

In manchen Fällen ist sowohl der warme als auch der kalte Schleim die Ursache für Schmerzen und wird manchmal durch die Kälte besser oder durch die Wärme besser. In solchen Fällen kann eine sanfte Massage mit bestimmten Öle sehr hilfreich sein.

Durch Wind

Die Schmerzen entwickeln und verteilen sich sehr schnell und wandern von Gelenk zu Gelenk.

Das Behandlungsprinzip

„Wenn die Gelenkprobleme durch Dyskrasie der Säfte verursacht worden sind, sollst du die Säfte harmonisieren. Wenn sie durch Schleim verursacht worden sind, muss der Schleim beseitigt und die Gelenke unterstützt werden. Du weißt wie du den schleim beseitigen kannst, du musst eine Weile den Sud der Gerste morgens trinken, damit der Schleim gelockert wird und nach außen getrieben wird.“

Blutaderlass

Durch Überschüssiges Blut oder Schleim wird ein Ungleichgewicht verursacht, dies kann durch einen Blutaderlass wieder ins Gleichgewicht gebracht werden.

Abführmittel

Um den gelockerten Schleim nach außen zu treiben:

Colcicum *Surenchan*

öffnet die Poren und ist bekömmlicher wenn er mit Kümmel oder Kardamom vermischt wird.

Wegwarte *Kasny*

„Wenn die Gelenke in den Extremitäten betroffen sind, ist ein Brechverfahren besser als ein Abführmittel (um das störende Material aus dem Gebiet fernzuhalten)“

„Bei der Wahl der Salben und Ölen musst du sehr vorsichtig sein.

(warmes) Gelenk tust, kannst du mehr störendes Material produzieren.

Schmerz-Salben, welche Opium-haltig sind können im betroffenen Gelenk Blockaden verursachen

Durch die kühlende Salbe kann das störende Material zäh werden und dadurch verzögert sich der Heilungsprozess (z.B. durch kalten Schleim verursachte Gelenkschmerzen)

Massage mit Öl

Mittel: Bitter Gurkenöl, Walnussöl, Senföl, Kamillenöl, Salz gemischt mit Öl.

Schmerzlindernde Mitteln

Die Schwarze Tollkirsche mit Butter vermischen und auf das betroffene Gelenk einwirken lassen.

Reiben

Isländisches Moos (*Cetraria islandica*) auf dem betroffene Gelenk reiben.

Sprühen

Bohnenkraut (Marseh) und Grünsalat mit Essig kochen und das Wasser auf die Stelle sprühen, dies hilft bei Gelenkschmerzen.

Schropfen

wurde eingesetzt, um das störende material von innen nach außen zu holen, die Abwehrmechanismen des Körpers werden dadurch angeregt.

Mittel gegen Schwellungen durch Schleim

Gewöhnliche Osterluzei (*Sarawande ghaltan*) Im Frühling und Winter ein paar mal einnehmen, so wird die Schwellung geheilt (Die 2 Derham Osterluzei)

Einige Rezepte

Den Bockshornklee mit Essig in einen Topf (aus Ton) langsam köcheln lassen und mit Honig vermischen, noch einmal auf kochen lassen und auf das betroffene Gelenk 3 Tage einwirken lassen. Gelegentlich mit Blumenöl befeuchten, um eine Austrocknung zu verhindern.

Die Deutsche Schwertlilie und Bockhorstkellen-Mehl und Erbsenmehl mit etwas Honig, Wein und Hennaöl vermischen und auf das schmerzende Gelenk einwirken lassen.

„Essig darf sowohl bei den kühlenden als auch bei den wärmenden Arzneimitteln beigemischt werden.

Kühlenden deshalb, weil er mit seiner Substanz kühlt und weil er durchdringt, und Wärmenden , weil er durchdringt und durch Zerteilung die Auflösung fördert“

Wenn warmer Schleim die Ursache ist

Wasser- Minze u. Oregano in Essig kochen und auf das Gelenk sprühen

Massieren mit Kamillenöl

Linsensuppe mit Essig verzehren

Als Prophylaxe

Die Menschen, die zu Gelenkproblemen neigen, sollen immer im Frühling einen Blutaderlass durchführen und ihren Körper von innen zu reinigen (mit Ausleitungsmethoden, die oben genannt worden sind). Gut verdauliche, wärmende Lebensmittel zu sich nehmen und leichte Körperbewegung verhindern, dass der Schleim in ihrem Körper Oberhand bekommt.

Die günstigste Jahreszeit für die Gelenke ist der Frühling, da sich die Körpersäfte bewegen und dadurch bewegt sich auch der vorhandene Schleim und kann somit leichter ausgeschieden werden.

Die schlechtere Jahreszeit ist der Herbst, die Verdauung ist nicht so gut und die Säfte bewegen sich langsam.

Empfehlenswert

baden im Termen

in der Sauna den Körper mit Salz massieren.

sich mit warmen Sand bedecken und schwitzen

nach dem Essen sich nicht sofort hinlegen

Gelenkprobleme nach Ansicht der TCM

Schmerzhafte Blockade-Syndrom(Bi-Syndrom)

In der TCM gilt Schleim als wichtige und häufige Ursache unterschiedlicher Krankheitsbilder der Gelenke.

Die Entstehung von Bi-Syndrom

Durch allgemeinen Mangel von Qi und Blut wird der Körper fürs Eindringen äußerer Pathogene- Faktoren (Kälte, Feuchtigkeit, Wind, Hitze) anfällig.

Durch unzureichende Zirkulation von Qi (Qistagnation) und Blut (Blutstase)

Bildung von Schleim in den Gelenken (aufgrund der unzureichenden Umwandlung von Körperflüssigkeiten) in Form von Schwellung und Deformationen.

Leber-, und Nierenschwäche kann zu einem Blut und Essenz-Mangel führen, aufgrund dessen können die Knochen und Sehnen nicht ernährt werden, dies führt letztendlich zur Festsetzung von Schleim in den Gelenken.

Therapie Prinzip

Akupunktur

Feuchtigkeit und Kälte aus der Leitbahnen zu vertreiben

Di11, Ma36, Mi9, Mi6, Bl22

Leber und Niere stärken die Punkte wie

Le3, Le8, Ni3, Mi6, Ma36, Bl23, Bl18

Qi und Blut stärken Bl17, Ma36, Mi6, Le8, 3E5

Schleim vertreiben Ma40, Mi9, Re12, Re9

Arzneimittel

Yiyiren (Coix-Dekokt)

Diese Rezeptur beseitigt Feuchtigkeit, vertreibt wind, wärmt die leitbahnen, zerstreut kälte und belebt das blut.

Fuling wan (poria-pille)

Diese Rezeptur beseitigt schleim, weicht verhärtungen auf, bewegt das Qi und beseitigt Blockaden aus den Leitbahnen.

Durch Qigung

Qi Gong ist eine sehr hilfreiche Methode um Störungen des Organismus des Bewegungsapparates und reflektorisch die inneren Organe, positiv zu beeinflussen

Ernährung

Empfehlung: Gute und vollwertige Nahrungsmittel, welche die Milz stärken, um weitere Feuchtigkeit und Schleimproduktion zu verhindern.

Vermeiden: Stark befeuchtend und kühlende Nahrungsmittel, besonderes Milchprodukte.

Das lebenswichtige und vielfältige Element

Avicenna schreibt im Kanon „Wasser ist ein wichtiges Element für unser Leben. Das Wasser hilft die Nahrungsmittel zu schlucken und zu zerlegen. Anschließend deren Bestandteile zu verstoffwechseln.

Das Wasser an sich, hat keine besonderen Eigenschaften, wenn es jedoch mit anderen Nahrungsmitteln vermischt wird, wird es in Körpersäfte umgewandelt. Alle Lebensprozesse sind unmittelbar oder mittelbar mit dem Wasser verbunden“.

Wasser ist der Träger aller geistigen und körperlichen Informationen. Heutzutage wissen wir, dass das Wasser jede unserer Körperzellen durchdringt und ermöglicht erst die Kommunikation der unterschiedlichen Zellverbände. Mit Hilfe von Wasser werden alle Funktionen des Organismus geregelt; Körperaufbau, Stoffwechsel, Verdauung, Herz-Kreislauf-Funktion und vieles mehr.

Avicennas Beschreibung verschiedener Arten des Wassers:

Wasserfall

Wasserfallwasser ist das gesündeste Wasser und ist im Geschmack süßlich. Heute wissen wir, dass in einem Wasserfall das Wasser mit Luftsauerstoff angereicht wird, deswegen ist es das gesündeste Wasser.

Das Regenwasser

Ist leicht und feines Wasser, es muss schnell verbraucht werden, da es schnell verdirbt, hilft bei Depressionen.

Eisenhaltiges Wasser

unterstützt Milz und steigert das Libido.

Alaun-Wasser

hilft gegen Bluthusten und Blutabgang aus der Gebärmutter.

Aquae-Salze

als Abführmittel

Salzwasser

trocknet den Körper aus

Warmes Wasser

hilft bei Magen-Problemen, Kopfschmerzen und bringt die Mensis in Fluss. Wenn morgens warmes Wasser getrunken wird, wird der Magen gereinigt, da gekochtes Wasser weniger Luft enthält, ist es flüssiger und verursacht weniger Blähungen.

Abgesehen davon, dass das Wasser ein überlebenswichtiges Grundnahrungsmittel ist, dient es zur Hygiene. Das Baden war nicht nur zur Erhaltung der Hygiene des Menschen wichtig, sondern man assoziierte mit der äußeren Reinigung auch eine innere Reinigung. Gesunden Menschen wurde das Baden unterschiedlich oft empfohlen.

Auch als therapeutische Maßnahme konnte das Baden verschrieben werden.

Es wurden dabei hauptsächlich warme Bäder empfohlen, doch auch **kalte Bäder** kamen zur Anwendung, **um Lähmungen zu heilen**.

Schwefelbäder

bei Nervenleiden, Hautausschlägen und Lähmungen

Thermen

wurden bei Gelenkschmerzen empfohlen

Bäder konnten auch eine Therapie für geistig angeschlagene Menschen, die zum Beispiel an Liebeskummer litten oder die Menschen, die sich depressiv zeigten, angewandt werden.

So war ein Bad eine gute Methode seinen Geist wieder zu erheben, denn es wirkte sich positiv auf das Gemüt aus.

Warum sich das Baden für die Gesundheit des Menschen so positiv auswirkte, wird mit folgender Theorie erläutert...

Durch das Wasser und die Wärme öffnen sich die Poren und die überflüssigen und schädlichen Säfte fließen automatisch ab.

Kräuter

Aloe Vera (Saber): *trocken und warm*

Stärkt das Gedächtnis

Hilft bei Geisteskrankheit (Wahnidee)

Vermischt mit Honig, ist es ein gutes Abführmittel

Wenn Aloe Vera mit Wein vermischt wird, hilft dies gegen Haarausfall

Der Fieberklee/Bitterklee (Schabdar) *Energetisch warm und trocken*

Beseitigt schwarze Flecken im Gesicht

Das Öl hilft bei Gelenkproblemen

Der Saft bringt zum Niesen und ist gut geeignet für Epilepsie-Patienten

Hilft bei Übelkeit

Sowohl die Samen als auch die Pflanzen steigern das Libido

Bockshorn Kelle (Schanbelile) *warm und trocken*

Die Samen vermischt mit Blumenöl helfen bei trockener Haut

Gegen Schuppen (mit Tee den Kopf waschen)

Ist gut für die Stimme und Stimmbänder.

Hilft gegen Bronchitis

Gegen Magenkrämpfe

Vorbeugung gegen Ödeme

Boswellia Weihrauch (Kondor) *warm und trocken*

fördert das Gedächtnis

Auf nüchternen Magen trinken

Geräuchert hilft es bei Schwellungen im Bereich der Augen

Stoppt Nasenbluten

Die Schale ist wohltuend für den Magen und beseitigt Übelkeit

Hilft gegen Appetitlosigkeit

Heilt Narben

Nicht viel verzehren, weil es sonst giftig wirkt

Beifuß (Afsantin) *ist warm und trocken*

Öffnet Poren und Adern

Wenn Beifuß mit Honig regelmäßig eingenommen wird, verhindert dies einen Schlaganfall.

Wenn Beifuß mit Reis oder Linsen zusammen gekocht eingenommen wird, werden Würmer im Magen beseitigt

Beseitigt Gelben Gallen-Schleim (Die Galleproduktion wird angekurbelt).

Mit Essig vermischt, hilft bei Pilzentgiftung und tötet Mücken

Colchikum (Surenjan)

Das Hauptmittel gegen Gicht und Abführmittel

Die Salbe hilft gegen Gelenkschmerzen,

Die Mixtur aus Wassermintze, Kümmel und Kardamon vermischt mit

Colchikum steigert das Libido

Haritaki (Halieh) *kalt und trocken*

Fördert das Gedächtnis und -ist gegen Kopfschmerzen

Hilft gegen Angst-, und Panikattacken

Unterstützt den Magen, reinigt den Verdauungstrakt gründlich

Hilft den Schleim zu beseitigen

Oregano (Awischam) *warm und trocken*

Verdünnst das Blut und verhindert Thrombose

Hilft bei Verdauung und ist appetitanregend

mit Essig vermischt hilft es bei Schwellungen, die durch Schleim verursacht worden sind.

Schwarze Tollkirsche (Mohregiah)

Mit Essig vermischt hilft es gegen Pickel und ist ein Schlafmittel
(sogar beim riechen)

Wurde damals als Betäubungsmittel verwendet, z.B. bei Amputationen.

Wenn man zu viel davon isst, kann es zum Schlaganfall führen

Wegwarte (Kasny) *kalt und trocken*

Stimuliert und heilt die Milz (hebt die innere Blockade auf), öffnet die Poren.

Wegwarte enthält Bitterstoffe, welche die Galle anregen und die Tätigkeit der Leber erhöhen.

Heleborus niger (charbageh siyah) *warm und trocken*

Mit Essig kochen und ins Ohr tropfen hilft bei Ohrensausen

Lindert Zahnschmerzen, reinigt den Körper von schädlichen Säften

Hilft bei Zwangskrankheit und geistiger Verwirrtheit

Beseitigt Schwellungen des Darms und der Blase

Weinraute, Ruta (Figan) *feucht und warm*

Macht die Ader frei (durchgängig)

Mit Honig vermischt, hilft es bei Lähmungen

Mit Essig vermischt stoppt es Nasenbluten

Vermischt mit Wegwarter-Saft, Fenchelsaft und Honig, verstärkt es das Sehvermögen (trinken)

Quellenverzeichnis

The Canon of Medicine

Übersetzung von A. Sharafkandi (Arabisch auf Persisch übersetzt)

The Canon of Medicine

Zusammenfassung von Latifa Roshedi

The Secret and Mystery of herbal Medicine

von A. H. Sharifi

Westliche Heilpflanzen in der TCM

von Karin Bedrik

Chinesische Medizin

von Ted J. Kaptchuk

Grundlagen der Chinesischen Medizin

von Giovanni Maciocia

Elemente, Temperamente und Säfte

von Jens Oskamp/ Michael Kanders

Praxis der Chinesischen Medizin

von Giovanni Maciocia

Udo Lorenzen

Dipl. Sozialpädagoge, Heilpraktiker, Medizinhistoriker

Der Medicus

Noah Gordon

Stand *Februar 2014*
Diplomarbeit *Elahe M. Taheri*
Thema *Wichtige Aspekte des Schleims*
Betreuer *Udo Lorenzen*

