



## Erschöpfung und Depression in der TCM

VON QING ZHOU

Wenn Patienten unter Erschöpfungszuständen leiden, treten oft folgende Beschwerden auf: Gedächtnisschwäche, Reizbarkeit, Appetitlosigkeit, schlechter oder gar kein Schlaf, Muskelverspannungen usw.

Alle Symptome signalisieren, dass die körperlichen und geistigen Funktionen dieser Patienten nicht mehr in Ordnung sind. Gemäss der traditionellen chinesischen Medizin liegt die Ursache dieser Symptome in Qi-Störungen oder

Qi-Stagnationen im Körper. Wenn der Zustand der Erkrankung schlimmer wird, treten zusätzlich folgende Symptome auf:

- Schüttelfrost/Zittern
- keine Muskelkraft/Schwächegefühle
- Rückenschmerzen
- häufiges Wasserlassen in der Nacht
- Puls-Schwäche

Nach der Theorie der TCM ist der Mensch eine Einheit. Wenn die depressive Verstimmung auftritt, werden die inneren Organe negativ beeinflusst, das Qi (das heisst die Lebensenergie) wird gestört. Begleitet von vielen körperlichen Problemen wie Herzklopfen, Blähung, Durchfall. Umgekehrt, wenn pathologische Veränderungen in den inneren Organen auftreten, wird auch die geistige Stimmung beeinflusst. Instabiler Blutdruck, schwer kontrollierbare Emotionen, «ungemütliche und depressive» Gefühle entstehen.

*Die Wirkung tritt in der Regel  
sehr schnell ein – mit nicht  
unwesentlichen Nebenwirkungen  
und der Gefahr der Abhängigkeit  
von Medikamenten.*

Gemäss unseren langjährigen Beobachtungen und klinischen Erfahrungen liegen in der Schweiz die Ursachen der Depression bei den meisten Patienten bei emotionalen Verletzungen, das heisst, sie werden durch Traurigkeit, Angst, Müdigkeit und übermässiges Denken verursacht. Die entsprechenden Störungen treten in den Organen Leber, Herz und Milz auf.

Qi, die Lebensenergie, stagniert unter diesen Umständen. Ausdruck dafür sind vermehrte Schleimbildung, innere Feuchte und Immunschwäche. Das Prinzip der Behandlungen ist eine Stärkung der Milz, Entfernung von überschüssigem Schleim, Regulierung des Flusses von Qi, der Lebensenergie. Die Therapie-Formen sind Akupunktur, Moxa, Massage und chinesische Kräutertherapie. Mit dem Ziel, den Qi-Fluss anzuregen, das Immunsystem zu aktivieren. TCM erzielt hier hervorragende Resultate – mit sanfter Behandlungsmethode ohne grössere Nebenwirkungen.

In der konventionellen, westlichen Schulmedizin wird die Depression mittels Medikamenten behandelt. Die Wirkung tritt in der Regel sehr schnell ein – mit nicht unwesentlichen Nebenwirkungen und der Gefahr der Abhängigkeit von Medikamenten. Denn diese Medikamente beeinflussen das Nervensystem im Gehirn. Verglichen mit der westlichen Medizin geht die chinesische Medizin einen anderen Weg. Um einen therapeutischen Effekt zu erreichen, regulieren wir das Qi, die Lebensenergie der Patienten. Dadurch werden die Funktionen der Organe verbessert, die Fähigkeit des Körpers zur Selbstheilung wird aktiviert. Was ist die Fähigkeit des Körpers zur Selbstheilung? Das heisst, durch die eigene Heilkraft des Körpers, die eigene biologische Vitalität, die Defekte des Körpers zu reparieren. Diese Fähigkeiten des Körpers zu erhalten und stärken, das ist die Spezialität der traditionellen chinesischen Medizin, das ist die Stärke Ihrer Sinomed-TCM-Praxen.