



## TCM hilft bei Kinderwunsch

VON WEI WANG

Mit ein Grund, warum die Zahl an unfruchtbaren Menschen in den letzten Jahren massiv gestiegen ist, ist die heutige Gesellschaft, die von Schnelligkeit, Leistungsdruck und Stress geprägt ist. Die moderne Medizinaltechnik bietet bei ungewollter Unfruchtbarkeit alternative Lösungen wie z.B. IVF (In-vitro-Fertilisation). Die traditionelle chinesische Medizin (TCM), welche auf einer über 3'000-jährigen Erfahrung beruht, überzeugt im Westen zunehmend durch ihre speziellen Betrachtungsweisen und Behandlungskonzepte.

Bei Kinderwunsch bietet die TCM sinnvolle, sanfte und nebenwirkungsarme Unterstützung.

Gemäss der TCM hängt die Fruchtbarkeit mit der Funktion von Niere, Leber und Milz eng zusammen. Die Niere speichert Essenz und beherrscht die Zeugungsfähigkeit. Das heisst, die nötige Essenz zur angeborenen Fortpflanzungsfähigkeit wird in der Niere gespeichert. Die Leber speichert Blut (in TCM beinhaltet Blut «Xue» alle Körpersäfte),

kontrolliert die Blutmenge des Körpers und reguliert zudem die Stimmung. Daher spielt die Leber eine zentrale Rolle im Menstruationszyklus. In der Milz wiederum wird Blut erzeugt, deshalb besteht ein Zusammenhang zwischen der Milz und der Blutungsmenge der Menstruation. Niere, Leber und Milz arbeiten eng zusammen und tragen gemeinsam zur Fruchtbarkeit bei. Die Niere speichert, die Leber reguliert und die Milz zeugt. Erst wenn genügend Qi (Lebensenergie), Xue (Blut) und Jing (Essenz) vorhanden sind, ist der Mensch zur Fortpflanzung fähig.

## Unfruchtbarkeit bedeutet für viele Patientinnen eine psychische Belastung.

Die Ursachen der Unfruchtbarkeit sind vielfältig. Aus Sicht der TCM sind folgende Disharmonie-Muster verantwortlich dafür:

**1) Nieren-Schwäche:** Die TCM unterscheidet bei der Nieren-Schwäche zwischen Yin-Schwäche, Yang-Schwäche und Essenz-Schwäche. Erst wenn diese drei Defizite eliminiert sind, können Nieren ihre Zeugungsfähigkeit voll entfalten.

**2) Leber-Qi-Stagnation:** Das aufgestaute Qi wandelt sich mit der Zeit um in innere Hitze. Dies kann einerseits die Stimmung beeinträchtigen. Andererseits kommt es zu Ovulationsstörungen (unregelmäßige oder fehlende Regel).

**3) Milz-Schwäche:** Die Milz ist die Quelle des Qi und des Blutes. Eine Milz-Schwäche führt direkt zu schwacher Menstruation, in einzelnen Fällen sogar zu einem Ausbleiben der Menstruation. Andererseits verliert die Milz ihre Transportfähigkeit der Flüssigkeit aufgrund der Funktionschwäche. Die Flüssigkeit kann nicht gut verteilt und transportiert werden, infolgedessen sammelt sich die Flüssigkeit im Körper an und wandelt sich in Schleim und Nässe um, was zu einer Blockade in den Meridianen führt. Dies ist häufig ein wesentlicher Grund für Übergewicht, welcher auch die Fruchtbarkeit beeinträchtigt.

**4) Kälte-Blockade:** Durch z.B. baden in kalten Gewässern oder Verzehr von übermässigen, kalten Speisen kann pathogene Kälte in den Körper eindringen und führt zu einer Kälte-Blockade in den Meridianen. Dies kann Menstruationsbeschwerden oder Unfruchtbarkeit verursachen.

### **Behandlungsmethoden & Behandlungsprinzipien der TCM**

Die TCM hilft bei Kinderwunsch häufig mit einer Kombination von Akupunktur, Moxibustion, Phytotherapie, Schröpfen, Ernährungstherapie, Ohr-Akupunktur sowie mentale Unterstützung.

#### **Akupunktur**

Nachdem die Krankheitsursache individuell festgestellt wurde, wird je nach Disharmonie-Muster eine tonisierende oder ableitende Akupunktur-Methode eingesetzt, um das Nieren-Yang zu stärken oder um die Kälte-Blockade zu lösen. Die häufig angewandten Akupunktur-Punkte sind Shen-Jue, Ming-Men, Tai-Chong etc.

#### **Phytotherapie**

Behandlung mit Kräuterarzneimitteln ist ein wichtiger Bestandteil der TCM, geeignet für viele gynäkologische Krankheiten wie z.B. Zyklusstörungen, Menstruationsbeschwerden, Eileiterentzündungen usw.

#### **Ohr-Akupunktur**

wird angewandt bei Stimmungsschwankungen, Hormonhaushaltsstörung und Schlafstörung.

#### **Ernährungstherapie**

Je nach Person, Region und Jahreszeit werden verschiedene Lebensmittel empfohlen, welche die Körperkonstitution stärken können. Somit bereitet sich der Körper optimal auf eine Befruchtung vor.

#### **Mentale Unterstützung**

Unfruchtbarkeit bedeutet für viele Patientinnen eine psychische Belastung. Offene Gespräche sind wichtig, um auf die Anliegen der Betroffenen einzugehen und nach Lösungen zu suchen. Vertrauen zwischen Patientin und Arzt ist von zentraler Bedeutung.

