



Behandlung psychosomatischer Erkrankungen in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

Psychosomatische Erkrankungen sind körperliche Beschwerden oder Funktionsstörungen, die durch Stress, Angst oder emotionale Belastungen ausgelöst werden können. Menschen können sich in der Folge unwohl fühlen, obwohl keine erkennbare körperliche Ursache vorliegt.

Psychische Faktoren spielen eine wichtige Rolle bei der Entstehung und Entwicklung von Krankheiten. Gerade in der modernen Gesellschaft führen die Schnelllebigkeit, der hohe Arbeitsdruck, Zukunftsängste usw. häufig zu einer erhöhten psychischen Belastung oder einer Verschlimmerung bereits bestehender Symptome.

Die Hauptmerkmale sind neurologische Symptome, gefolgt von Symptomen des Herz-Kreislauf-Systems sowie des Verdauungssystems. Die Symptome sind tendenziell eher chronisch.

Symptome des Nervensystems

Emotionale Störungen wie Angstzustände, Phobien und Depressionen sowie **Schlafstörungen** (Schlaflosigkeit, Schlafirrigkeit, Ein- und Durschlafstörungen, intensive Träume) können die körperlichen wie auch die emotionalen Beschwerden verstärken resp. verschlimmern.

Veränderungen der kognitiven Funktionen wie Konzentrationsschwäche, Gedächtnisverlust, eingeschränktes Denkvermögen mit Einfluss z.B. auf die Arbeitsqualität- und Quantität.

Symptome des Herz-Kreislauf-Systems

Engegefühl in der Brust, Herzklopfen, Herzrasen oder Herzrhythmusstörungen.

Symptome des Verdauungssystems

Appetitlosigkeit, Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall & Verstopfung, in schweren Fällen auch Erkrankungen wie Anorexia nervosa (Essstörung/Magersucht) oder Bulimia nervosa (Ess-Brech-Sucht). Störungen des Verdauungssystems verstärken oft emotionale Störungen oder andere körperliche Symptome der Patienten und begünstigen weitere körperliche Beschwerden wie Schwindel, Kopfschmerzen, Schulter- und Nackenverspannungen, Muskelverspannungen, erhöhte Müdigkeit sowie sexuelle Dysfunktionen (Impotenz, Verlust des sexuellen Verlangens usw.).

Um das Auftreten psychosomatischer Erkrankungen zu verhindern, ist ein gesunder Lebensstil sehr wichtig. Dieser umfasst u.a. eine gesunde Ernährung, regelmässige Bewegung und ausreichende Ruhezeiten. Dazu gehört auch der Aufbau einer gesunden Stress-Resilienz, d.h. Strategien zu entwickeln, um Belastungen besser bewältigen zu können, allenfalls unter Einbezug von entsprechenden Fachkräften.

Aus Sicht der TCM kontrolliert das Herz die geistigen Aktivitäten und ist «Herr der inneren Organe».

Die traditionelle chinesische Medizin (TCM) geht davon aus, dass verletzte Emotionen & Gefühle direkt die inneren Organe belasten, wobei Funktionsstörungen der entsprechenden Organe auftreten können.

Akupunktur sowie weitere Behandlungsformen der TCM (z.B. Kräutertherapie, Moxibustion) stellen eine wirksame Methode zur Behandlung psychosomatischer Erkrankungen dar. Sie nutzen hauptsächlich die wirksame Stimulation von ausgewählten Akupunkturpunkten, um den Geist des Patienten zu entspannen, die Schlafqualität zu verbessern, die Organ-Energien zu steigern und die Stressresistenz des Körpers zu verbessern.

Mit dem Ziel, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren, kann die geistige Unruhe schrittweise verringert und der Körper in einen ausgeglichenen Zustand zurückversetzt werden. Unter anderem erfolgt die Behandlung von Patienten mit psychosomatischen Beschwerden durch die Stimulierung der «13-Geist-Akupunkturpunkte», chinesisch auch «Gui Xue» genannt. Diese umfassen u.a. Akupunkturpunkte auf dem Lungen-, Milz-, Herzbeutel-, Blase-, Magen- und Dickdarm-Meridian, auf zwei Meridianen (Ren und Du), die mit allen Yin- und Yang-Meridianen in Verbindung stehen und der Aktivierung des «Extra-Akupunkturpunktes Hai Quan». Im Geiste der Lehre der TCM unterstützt die Behandlung dieser 13 Punkte die Patienten sehr effektiv bei der Findung des wahren Selbst sowie bei der Auflösung von emotionalen und psychischen Dysbalancen.

Vereinbaren Sie Ihr kostenloses Beratungsgespräch via unsere Gratis-Hotline 0800 753 753.