

TCM trägt zur Gesundheit bei



Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) gehört zu den ältesten, erfolgreich angewendeten Heilmethoden in der Medizin. Sie kann viel zum Erhalt der Gesundheit beitragen, wie die Leitende Ärztin Dr. Cristina Mitrache vom Felix Platter-Spital an einem Anlass im Rahmen der FPS-Veranstaltungsreihe «Wissenswert» aufzeigte. In ihrem Vortrag machte sie die Zuhörenden mit wichtigen Begriffen wie Qi, Yin und Yang vertraut.

Dr. Cristina Mitrache, Leitende Ärztin im Felix Platter-Spital

Dass der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) im Felix Platter-Spital eine wichtige Rolle zukommt, ist nicht zuletzt das Verdienst von Dr. Cristina Mitrache. Die Leitende Ärztin beschäftigt sich in ihren Sprechstunden schon seit vielen Jahren intensiv mit diesem Thema, das eine jahrtausendalte Tradition hat, wie sie in ihrem Vortrag aufzeigte.

Eine zentrale Rolle in der TCM spielt der Begriff Qi, wie aus den Ausführungen von Cristina Mitrache hervorgeht. «Qi ist die Kraft, die innerhalb und ausserhalb des Körpers alles steuert. Qi verbindet alle inneren Organe miteinander und Qi zirkuliert entlang den Meridianen». Qi wird in der TCM als Lebensenergie des Spirituellen angesehen. Das Grundprinzip jeder traditionellen chinesischen Therapieform besteht letztlich darin, das Qi im Körper wieder in seinen natürlichen, ausgeglichenen Zustand zu bringen.

In diesem Zusammenhang kommt die FPS-Ärztin auf zwei weitere zentrale Begriffe in der TCM zu sprechen, Yin und Yang. Yin bedeute u.a. das Dunkle, das Kühle, wobei Kühle der Ruhe entspreche. Yang sei gleichzusetzen mit das Warme und Helle, die Bewegung.

Diese beiden Kräfte Yin und Yang bilden ein dynamisches gegensätzliches Paar, das allem Leben zugrunde liegt, wie Tag und Nacht, Aktivität und Ruhe, Ein- und Ausatmen. Gesundheit bedeutet, dass diese

beiden Kräfte immer wieder ein Gleichgewicht finden. «Das eine kann ohne das andere nicht sein». Krankheit dagegen wird als Störung im Fluss der körpereigenen Energie, also des Qi verstanden, und von Therapeuten angegangen.

Durch 14 Meridiane (Kanäle) fliesst die Lebensenergie Qi. Auf diesen Meridianen liegen die Akupunkturpunkte, wovon es in der klassischen TCM insgesamt 365 gibt. Pro Sitzung werden zwischen fünf und 20 Nadeln eingeführt. Gleiche Beschwerden bedeuteten aber nicht unbedingt gleiche Therapien, betont die Ärztin. Diese sind vielmehr häufig verschieden. Die Diagnose beruht auf der Anamnese. Zudem wird der Körper der Patienten betastet und abgehört.

Angesichts des relativ hohen Durchschnittsalters der Zuhörenden widmete die FPS-Ärztin ein spezielles Kapitel den Therapiemöglichkeiten im Alter. Aus dem Reigen der Tipps wird hier nur kurz auf das Thema Phytotherapie eingegangen. In diesem Therapieverfahren werden Beschwerden mit Hilfe von Pflanzenwirkstoffen behandelt. Unter dem Stichwort «Anti-Aging auf Chinesisch») empfiehlt Dr. Mitrache, winzige Teilchen von Wurzeln (z.B. Ginseng-, Süssholz-, Hasenohrwurzel) zu einem Tee zu kochen; ein sehr gutes Mittel, das allenfalls zu einem leicht erhöhten Blutdruck führen kann. Gute Erfahrungen hat man auch mit Maulbeerfrüchten, Zimt, Rinde sowie Bocksdornfrüchte gemacht.

Als milde Therapeutika bezeichnet Dr. Cristina Mitrache Nahrungsmittel. Nahrungsmittel weisen verschiedene Merkmale (Temperaturverhalten, Geschmacksrichtung, energetische Wirktenz) auf. «Man bedient sich der Qi-Kraft eines Nahrungsmittels, um auf das Qi im menschlichen Organismus korrigierend einzuwirken», betont die Rednerin.

Was heisst Traditionelle Chinesische Medizin nun aber konkret auf das Felix Platter-Spital bezogen? Im Gebäude D (Tagesklinik) finden ambulante Sprechstunden statt, wofür man sich direkt anmelden kann (Tel: 061 326 42 91 oder tagesklinik@fps-basel.ch). In der Spezialsprechstunde werden alle Krankheiten behandelt, und es wird versucht, die eigenen Körperenergien im Gleichgewicht wieder herzustellen. Zu diesem Zweck werden Akupunktur, Ohrakupunktur, Moxibustion (Erwärmung von speziellen Punkten des Körpers), Schröpfen, Arzneimitteltherapie sowie Ernährungstherapie angewandt. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen. Wer Hintergründiges zur TCM erfahren möchte, dem sei ein Besuch des chinesischen Schaugartens (siehe Bild mit Dr. Mitrache) auf dem Areal des FPS empfohlen: Auf 150 Quadratmeter sind an die 70 chinesische Arzneipflanzen mit Beschilderung ausgestellt.