

Kälte als Phänomen



Kälte erhält seine bildhafte Erklärung gemäß den Erscheinungen in der Natur, die durch Kälte verursacht werden:

- Kühle Temperatur,
- Verringerung von Aktivität,
- Zusammenziehen, Einfrieren, Erstarren.

Das chinesische Schriftzeichen zeigt einen Menschen, der sich unter einem Dach in Stroh eingewickelt hat. Er schützt sich vor Kälte.

Nach einer anderen Interpretation ist ein Haus zu sehen, in dem ein Brunnen ist. Ist es bei Frost nicht schön einen eigenen Brunnen unter dem Dach zu haben?

Das Schriftzeichen bedeutet:

- Frostig kalt,
- arm, armselig, bedürftig,
- erzittern, furchtsam,
- bescheiden.

Symptome von *Han* Kälte sind:

- Abneigung gegen Kälte:
 - Frieren
 - frösteln
 - Gänsehaut
 - kalte Extremitäten.
- Bedürfnis nach Wärme:
 - Warme Getränke,
 - warme Kleidung,
 - warme Umgebung.
- Kälte führt zu Schmerz:
 - schneidender Charakter.
- Kälte führt zu wässrigen Flüssigkeiten:
 - Kalte, dünne, klare Sekrete,
 - wässriges Nasensekret,
 - klarer Schleim,
 - wässrig Erbrochenes,
 - reichlich wässriger Urin,
 - wässriger Durchfall.
- Kälte zieht zusammen und verursacht:
 - Schmerzen
 - Kontraktionen.

Kälte und wässrige Flüssigkeiten



Im Huang Di Nei Jing Su Wen steht:

„Alle Krankheiten, die mit klaren, reinen, wässrigen Flüssigkeiten verbunden sind, werden dem äußeren pathogenen Faktor *Han* Kälte zugeschrieben.“

Kennt man nicht alle diese Bilder:

Eine Mutter geht mit ihren zwei Kindern im Sommer durch die Kaufhäuser und ist auf Schnäppchenjagd. Die Kinder quengeln und wollen etwas zu trinken. Die Mutter hat jedoch keine Zeit, hetzt von Kaufhaus zu Kaufhaus, bis das Jammern der Kinder zu laut wird. Dann wird das Kaufhaus verlassen, ein Eisstand gesichtet und die Kinder bekommen als Belohnung ein Eis. Schon kurze Zeit später haben sie Durchfall, leicht wässrig.

Man ist jung, dynamisch und steht voll im Leben. Den Sommer will man auch noch etwas genießen. Deswegen eilt man nach der Arbeit

Heim, schaut in den Kühlschrank und isst etwas Gurkensalat, leicht unterkühlt mit Essig und Öl, um anschließend noch ins Schwimmbad oder an den See zu gehen. Doch leider kommt es nicht mehr dazu: Durchfall setzt ein.

Überträgt man nun die chinesische Redewendung auf den Menschen, so führt Kälte zu wässrigen Flüssigkeiten. Einige Beispiele dafür:

- Kälte attackiert den Kopf
 - Rhinitis
 - Sinusitis
 - Konjunktivitis.
- Kälte attackiert den Uterus
 - Ausfluss.
- Kälte attackiert den Darm
 - Durchfall.
- Kälte attackiert die Blase
 - Dysurie.

Kälte und Schmerz



In der Natur kann die Kälte alles zum Erstarren bringen. Der Fluss- oder Bachlauf erstarren, das Wasser kann nicht mehr fließen. Auf den Körper übertragen werden die Energiewege gerne mit Wasserläufen aus der Natur verglichen. Und wenn nun diese Energie in Form von

- Qi
- Blut

nicht mehr fließen kann, stagniert die Energie.

Kälte zieht zusammen und lässt erstarren. Dadurch wird das freie Fließen von Qi und Blut gestört.

Es kommt zu Schmerzen. Dieser Schmerz hat einen akuten, schneidenden Charakter, ist von kurzer Dauer und kann alle Körperregionen befallen. Einige Beispiele hierfür:

- Kälte attackiert den Kopf
 - Kopfschmerzen
 - Migräne.
- Kälte attackiert den Nacken
 - Rigide Muskulatur,
 - steifer Nacken.
- Kälte attackiert die Muskulatur
 - Muskelschmerzen.
- Kälte attackiert das Herz
 - Angina pectoris.
- Kälte attackiert den Uterus
 - Dysmenorrhö.
- Kälte attackiert den Magen
 - Magenschmerzen.
- Kälte attackiert den Darm
 - Spastisches Colon.

Kälte ist *Yin*



Kälte ist ein *Yin*-Faktor und wird eher das *Yang* des Körpers beeinträchtigen.

Im Besonderen die *Yang*-Funktionen wie

- erwärmen
- bewegen
- umwandeln
- zurückhalten
- beschützen.

Sowohl in der Natur als auch im Körper verlangsamt Kälte die Aktivitäten und Bewegungen. Im Körper kontrahiert Kälte die Energie in den Meridianen, sodass der Fluss von *Qi* und *Xue* verlangsamt und behindert wird und folglich stagniert. Der zugehörige Schmerz von schneidendem Charakter bessert sich durch Wärme und verschlimmert sich durch Kälte.

Tab. 15: Symptome der Unterdrückung der *Yang*-Funktionen durch Kälte.

Yang-Funktion	Auswirkung durch Kälte
erwärmen	<ul style="list-style-type: none"> • Abneigung gegen Kälte • Patient friert • Patient fröstelt • Patient hat Gänsehaut
bewegen	<ul style="list-style-type: none"> • Stagnation der Bewegung des <i>Qi</i> führt zu ziehenden Schmerzen • Stagnation der Bewegung von <i>Xue</i> führt zu punktuellen Schmerzen
umwandeln	<ul style="list-style-type: none"> • Körperflüssigkeiten werden nicht mehr umgewandelt • unvollständige Verdauung • wässriger Durchfall • reichlich unkonzentrierter Urin • wässriges Nasensekret • Körperflüssigkeiten reichern sich an, dies führt zu Gedunsenheit und Ödemen
zurückhalten	<ul style="list-style-type: none"> • Verlust von Flüssigkeit • vermehrte Kotausscheidung • vermehrte Urinausscheidung • vermehrte Nasensekretion

Kälte und Moxa



Der pathogene Faktor Kälte wird in der chinesischen Medizin mit Wärmebehandlungen therapiert. Hierfür hat sich ein eigenes Behandlungskonzept entwickelt.

Dabei werden Kräuter abgebrannt und entsprechende Akupunkturpunkte erwärmt. Es wird hauptsächlich Beifuß eingesetzt:

- Lateinisch: *Artemisia vulgaris*
- Chinesisch: *Ai*

Moxibustion

Materialien

- Moxawolle
- Moxazigaretten
- Moxazigarre
- Moxakohle.

Hilfsmittel/Instrumente

- Moxahalter
- Moxabox.

Methoden

- Direktes Moxen
- Reiskornmoxa
- Moxakegel
- indirektes Moxen
- heiße Nadel
- Narben verursachendes Moxen.

Die Moxatherapie steht der Behandlung mit Nadeln ebenbürtig gegenüber.