

9 Indikationen des Bewegungsapparates

9.1

Arthrose

Als Arthrose werden chronisch degenerative Gelenkveränderungen bezeichnet, bei denen sichtbare strukturelle Veränderungen im Gelenk erkennbar sind. Diese Veränderungen können Auflösungserscheinungen der Gelenkstruktur sowie knöcherne Zubildungen beinhalten. Dadurch wird die Beweglichkeit des betroffenen Gelenks eingeschränkt, Belastung wird schmerzhaft. Als ursächlich gelten mechanische Über- und Fehlbelastungen. Die Gelenkveränderungen können am besten durch Röntgen oder CT sichtbar gemacht werden.

Schulmedizinische Leitsymptome

- chronische Lahmheit
- Gelenksteifigkeit, Bewegungseinschränkung
- positiver Beugeprobenetest
- evtl. vermehrte Gelenkfüllung

9.1.1 TCVM-Interpretation

Grundsätzlich ist die Arthrose als Bi-Syndrom zu betrachten. Bi-Syndrom (Obstruktions-Syndrom) ist die Bezeichnung für chronische Gelenkschmerzen bzw. Bewegungseinschränkungen. Per Definition betrifft das Bi-Syndrom immer nur das Äußere, nie die inneren Organe!

Schmerz in der TCM bedeutet Qi- und/oder Blut-Stagnation. Man kann ihn auch als Schrei des Gewebes nach freiem Energiefluss bezeichnen.

Definition

„Bi wird gebildet aus einer Zusammenwirkung von Wind, Kälte und Nässe.“ (Neijing)

Die pathogenen Faktoren, von denen wir im Zusammenhang mit den Bi-Syndromen sprechen, sind klimatische Faktoren, die in den Körper eindringen und sich dort festsetzen können.

Wind, Kälte und Nässe können leicht in einen Körper eindringen, wenn er eine Schwäche des Yin-nährenden Systems und des Wei-abwehrenden Systems aufweist. Im Körper führen sie durch ihre Energie zu einer Verlangsamung des Qi-Flusses und

zu einer Stagnation von Blut. Durch die Festsetzung des pathogenen Faktors im Gewebe entsteht später ein Bi-Syndrom. Demzufolge kann sich ein Bi-Syndrom nur durch eine Leere an Qi und Blut entwickeln, durch den Wind und andere pathogene Faktoren eindringen und sich festsetzen. Die Voraussetzung für die Entstehung eines Bi-Syndroms ist somit eine schwache körperliche Kondition. Dies muss nicht unbedingt eine allgemeine Abwehrschwäche sein, auch die momentane Überlastung einer Gliedmaße bzw. eines Organismus durch körperliche Anstrengung oder ein Trauma kann Ausdruck der Schwäche sein. Wind dringt in den geschwächten Körper ein und bringt oft Nässe und/oder Kälte mit sich. Diese verlegen dann die betroffenen Meridiane und behindern deren Energiefluss. Der Ort, an dem die äußeren pathogenen Faktoren eindringen, ist der Raum zwischen äußerer Haut und Muskulatur. Zwischen der Haut und der entsprechenden Hauptleitbahn liegt das zugehörige Luo-Areal. Dieses Netzwerk kleiner Gefäße ist besonders beteiligt, wenn es darum geht, pathogene Faktoren einzufangen. Luo-Gefäße sind streng fixiert auf bestimmte anatomische Bereiche und verlaufen nicht durch Gelenke. Daher neigt das Qi hier besonders zur Blockaden. Der Schmerz entsteht und sitzt also v. a. in den Luo-Gefäßen, aber auch in den Muskelleitbahnen. Allerdings kann er auch die Hauptleitbahnen erreichen. Wenn Muskelleitbahnen betroffen sind, treten meist Muskelschmerzen und Schweregefühl auf. Sind die Luo-Gefäße betroffen, liegen meist Gelenkschmerzen vor. Wichtig ist in diesem Moment, in welcher Verfassung der Körper ist und ob er in der Lage ist, den „Angreifer“ erfolgreich zu bekämpfen, oder ob sich der pathogene Faktor einnisten kann und zum „Restfaktor“ wird. Ein Bi-Syndrom entsteht folglich nicht sofort mit Eindringen eines Pathogens. Noch nach Jahren kann es als Folge eines nicht gelösten Problems entstehen.

Eine in diesem Falle immer vorherrschende zugrunde liegende Leere kann eine generelle Leere an Qi und Blut sein. Ebenso kann sich das Krankheitsbild durch eine definierte Leere z. B. in Leber oder Niere, v. a. bei älteren Patienten, komplexer gestalten. Die Leerezustände sind ein wichtiger

Bestandteil der chinesischen Diagnose. Durch den deutlichen Ausdruck des antipathogenen körpereigenen Qi wird das Erkennen und Behandeln der Leere im Einzelfall oft zu einer Herausforderung. Auch kann eine Qi- oder Blut-Leere von Leber und Nieren durch die jahrelange Auseinandersetzung mit dem Pathogen während eines chronischen Bi-Syndroms erst entstehen. Die Folge daraus können schwerwiegende Knochen- und Gelenksverformungen sowie Sehnen- und Bänderschwäche bzw. -kontrakturen sein. Besonders wichtig bei der Behandlung eines Bi-Syndroms ist die Berücksichtigung und ggf. Ausleitung des pathogenen Faktors.

Für die Therapie eines Bi-Syndroms existieren allgemeine Prinzipien: Bei Fülle-Syndromen nadelt man zuerst die Fernpunkte, dann die lokalen Punkte. Bei Leere-Syndromen verfährt man umgekehrt. Yang-Meridiane bewegen Qi und Blut schneller und weiter als Yin-Meridiane. Ein gut wirksames Nadel-system ist das Spiegelbildsystem, welches bei unilateralen Problemen die Nadelung von Punkten an der kontralateralen Gliedmaße als „Spiegelbild“ vorsieht. Dabei spiegelt das Schultergelenk die Hüfte, das Ellbogengelenk das Knie, das Karpalgelenk das Tarsalgelenk, die Zehen vorn die Zehen hinten, das Kiefergelenk das ISG, der Widerrist die Lendenwirbelsäule. Die He-Meer-Punkte liegen alle um Ellbogen und Knie. Die Sonderleitbahnen, die dort entspringen, sorgen für den schnellsten Effekt bei der Schmerzbehandlung und helfen außerdem bei der Bekämpfung pathogener Restfaktoren. Es gibt eine Theorie, die besagt, dass pathogene Energien über die Shu-Bach-Punkte den jeweiligen Meridian erreichen. Die dort schnelle Bewegung des Qi kann sie rasch mitreißen, aber auch helfen, sie auszuleiten.

Die Punkte Lu 9, He 7, Pc 7, Di 3, 3E 3, Dü 3, MP 3, Le 3, Ni 3, Bl 65, Gb 41 und Ma 43 sollen große Wirkung bei der Behandlung von Bi-Syndromen haben. Sobald das Pathogen aber tiefer dringt, werden die He-Meer-Punkte wichtig. Sie können die Energie zu den Sonderleitbahnen tragen. Auf jeden Fall ist zu beachten, ob ein Patient überhaupt noch in der Lage ist, einen pathogenen Restfaktor auszuleiten. Ist er sehr schwach und leer, sollte man sich auf Linderung beschränken. Andernfalls besteht die Gefahr, den pathogenen Restfaktor zwar loszulösen, ihn aber nicht ausleiten zu können und dabei weiter in die Tiefe des energetischen Systems zu leiten und dort zu manifestieren.

Wenn man die Verschiedenheit der pathogenen Faktoren berücksichtigt, kann man in vielen Fällen gute Ergebnisse erzielen und sogar eine Heilung herbeiführen. Leere Konditionen verkomplizieren die Fälle aber oft so, dass wir sorgfältig die zugrunde liegenden Konditionen beachten müssen, um eine langfristige Besserung zu erzielen.

- Welche Schwäche liegt vor (Gewebe oder Substanz), die den pathogenen Faktor eindringen ließ? Ist sie lokal, äußerlich oder innen liegend?
- Wie stark ist das Wei Qi?
- Sind die Körperfunktionen durch den pathogenen Faktor gestört?

9.1.2 Traditionelle chinesische Diagnosen

Mögliche TCVM-Diagnosen auf einen Blick

In erster Linie wird das Bi-Syndrom benannt nach der Art der vorherrschenden pathogenen Energie, die in den Körper eingedrungen ist:

- Wind-Bi
- Feuchte-Bi
- Knochen-Bi
- Kälte-Bi

Am Ende der Beschreibung der einzelnen Diagnosen sind in einer Tabelle lokale Punkte aufgelistet, die günstige Wirkung auf die nächstliegenden Gelenke haben, sowie einige Fernpunkte, die zusätzlich zu den Punkten zu nadeln sind, die dem Wesen des jeweiligen Bi-Syndroms nach akupunktiert werden. Diese Punkte sind zum Bewegen von Qi und Blut günstig zur Kombination!

Wind-Bi oder wanderndes Bi

Wind-Bi oder wanderndes Bi entsteht durch Wind bzw. verhält sich wie Wind. Schmerz wandert von Gelenk zu Gelenk oder wechselt in seiner Intensität; wundes Gefühl in Muskeln und Sehnen. Kann alle 4 Gliedmaßen betreffen. Oft leiden Ellbogen, Knie, Hüfte und Karpus bzw. Tarsus, verstärkt bei Wetterumschwung oder Jahreszeitenwechsel. Jähre Veränderungen und Wind verschlimmern. Wind im Bewegungsapparat manifestiert sich in Zittern und Muskelkontraktionen.

Chinesische Zeichen

Adspektion

- chronische, aber wechselnde Lahmheit
- sowohl die Gelenke können wechseln als auch die Lahmheit generell
- schlechter bei Wetterwechsel oder Wind
- Muskelzittern

Palpation

- feste Muskulatur im betroffenen Bereich
- leichtes Muskelzittern

Shu-/Mu-Punkte

- Shu-Punkt-Reaktion im betroffenen Funktionskreis, oft auf dem Leber- und Gallenblasen-Shu-Punkt
- evtl. Leber- oder Nieren-Mu-Punkt, wenn hier Leere besteht

Puls

- gespannter Puls im betroffenen Meridianbereich
- leerer Puls im Bereich der zugrunde liegenden Zang-Leere

Zunge

- Veränderung nur durch Organleere
 - bei Blut-Leere blass-grau
 - bei Qi-Leere blass

Therapieprinzip

Wind ausleiten und zugrunde liegende Leere behandeln. Man nadelt eine Reihe von Punkten entlang der Leitbahn lokal vom betroffenen Gelenk ausgehend, dabei mehr als bei den anderen Bi-Syndromen (► Tab. 9.1).

► Tab. 9.1 Mögliche Punkte, um Wind auszuleiten.

Akupunkturpunkte	Wirkung
Di 11	reguliert den Qi-Fluss, vertreibt Wind und Wind-Hitze, löst Obstruktionen der Gelenke auf
Bl 12, Di 4 und auch LG 16	vertreiben Wind aus Kopf und Nacken, bewegen Qi
Gb 39	gut für Nacken, Knie und Beine, ist Hui-Punkt des Markes sowie Luo-Punkt der 3 unteren Yang-Meridiane, vertreibt Wind und Feuchte

► Tab. 9.1 Fortsetzung.

Akupunkturpunkte	Wirkung
Gb 20	vertreibt Wind aus Kopfreion und subokzipital
Gb 31	vertreibt Wind aus der unteren Extremität
3E 6	vertreibt Wind aus dem Dreifach-Erwärmer und stillt Schmerzen
3E 5	vertreibt Wind, klärt Hitze, beseitigt Toxine und befreit das Äußere, d. h. vertreibt äußere pathogene Faktoren, entspannt Sehnen
Bl 11	vertreibt Wind und beeinflusst die Knochen
Bl 23	wirkt wie Kortison gegen Wind
LG 14	vertreibt akuten Wind und Hitze, befreit das Äußere
Immer mit Bezug zum betroffenen Meridian nadeln. Bei Schmerzen immer auch Qi bewegen!	

Feuchte-Bi, Nässe-Bi oder fixiertes Bi

Bezeichnend ist ein fixierter, eher dumpfer Schmerz mit Schwere- bzw. Taubheitsgefühl und Gelenkschwellung. Nässe behindert die Zirkulation und ist als pathogener Faktor eher schwer auszuleiten. Der Schmerz ist dumpfer und weiter ausgedehnt als beim Kälte-Bi und verschlimmert sich bei bedecktem feuchtem Wetter. Das Leben in einer eher feuchten Umgebung, auch durch schlechte Stallbelüftung, fördert die Erkrankung. Unregelmäßige Fütterung und schlechte Ernährung können die Milz schwächen und damit die Entstehung pathogener Feuchte im Körper fördern. Schleim beeinträchtigt die Kontraktionsfähigkeit der Muskulatur und die Fähigkeit, Lasten aufzunehmen. Auch die Verletzungsgefahr durch schlecht sitzende Sättel steigt.

Chinesische Zeichen

Adspektion

- chronischer Verlauf
- Gelenkschwellung
- Bewegungseinschränkung
- Lahmheit bei Feuchte schlechter

Palpation

- weiche Gelenkschwellung
- eher weiche Muskulatur

Shu-/Mu-Punkte

- Shu-Punkt je nach betroffenem Meridian
- bei Milzschwäche Milz-Pankreas-Shu

Puls

- schlüpfrig
- gespannt
- evtl. leer im Milzbereich

Zunge

- geschwollen
- eher schlaff
- feucht

Therapieprinzip

Nässe beseitigen, Milz stärken, raus aus der Feuchtigkeit! Lokale Punkte bewirken hier wenig. Besser ist es, Fernpunkte tief, mit großer Konzentration zu nadeln und sie langsam zu stimulieren, um das Qi in Bewegung zu bringen. Die Punkte sollen die Milz stärken und Nässe auflösen (► Tab. 9.2).

► **Tab. 9.2** Mögliche Punkte, um Feuchte auszuleiten.

Akupunkturpunkte	Wirkung
Di 11	treibt Feuchte aus, reguliert Qi-Fluss, löst Obstruktionen der Gelenke auf
Ma 36	stärkt die Transport- und Transformationsfunktion der Milz
Ma 40	wandelt Schleim und Feuchte um und transportiert sie
MP 6	Kreuzungspunkt der 3 Yin (MP, Le, Ni), stärkt die Milz und ihre Funktion, entfernt Wind-Feuchte
MP 5	stärkt Milz-Pankreas, beseitigt Nässe
MP 9	gut für Knie, besonders wichtig zum Vertreiben von Feuchte/Feuchte-Hitze/Feuchte-Kälte
Gb 39	gut für Nacken, Knie, Beine, ist Hui-Punkt des Markes sowie Luo-Punkt der 3 unteren Yang-Meridiane, vertreibt Wind und Feuchte
Gb 34	vertreibt Wind und Feuchte
Ni 7	unterstützt Nieren-Yang und den Wassermetabolismus
Bl 20	unterstützt die Funktion der Milz, vertreibt Feuchte
Bl 21	wandelt Feuchte um und zerstreut sie
Bl 40	leitet Feuchte-Hitze aus

► **Tab. 9.2** Fortsetzung.

Akupunkturpunkte	Wirkung
KG 9	öffnet Wasserwege, fördert Flüssigkeits- und Schleimtransport
KG 12	stärkt die Erde, transformiert und transportiert Feuchte
Bl 12, Di 4 und auch LG 16	vertreiben Wind aus Kopf und Nacken, bewegen Qi
Immer mit Bezug zum betroffenen Meridian nadeln. Bei Schmerzen immer auch Qi bewegen!	

Knochen-Bi

Stark schmerzhafte Gelenke mit Verformung oder Verdickung der knöchernen Strukturen sind hier das Leitbild. Nieren-Yang-Leere verstärkt die Situation. Sehr fortgeschrittene Krankheitsverläufe gehen mit deutlicher Gelenkdegeneration einher. Die vorliegende Qi- und Blut-Stagnation behindert mit der Zeit auch den Fluss der anderen Körperflüssigkeiten. Dadurch entsteht Schleim, der in die Gelenke „sedimentiert“. Die Arthrosebildung ist eingeleitet. Kaltes Wetter behindert den Energiefluss zusätzlich und verstärkt so den Schmerz.

Chinesische Zeichen**Adspektion**

- chronische Verdickung der betroffenen Gelenke
- Bewegungseinschränkung
- chronische Lahmheit
- schlechter bei Kälte

Palpation

- harte knöcherne Zubildungen tastbar
- starke Schmerzhaftigkeit bei Beugung

Shu-/Mu-Punkte

- positive Shu-Punkt-Reaktion bei den betroffenen Meridianen
- Nieren-Shu bei Nieren-Yang-Leere

Puls

- tief, leer, bei Nieren-Yang-Leere
- gespannt

Zunge

- blass, feucht bei Nieren-Yang-Leere

Therapieprinzip

Qi- und Blutstase im betroffenen Funktionskreis bzw. im Meridianverlauf bewegen. Nieren-Yang stärken (► Tab. 9.3).

► **Tab. 9.3** Mögliche Punkte, um den Knochenstoffwechsel positiv zu beeinflussen.

Akupunkturpunkte	Wirkung
Ni 6	nährt das Nieren-Yin und Yang, unterstützt Knochenbau
Bl 11	Meisterpunkt der Knochen, gehört zum „Meer des Blutes“
Bl 23	tonisiert Nieren-Yin und Essenz, stärkt Mark
LG 4	tonisiert Yuan Qi, nährt Essenz
Bl 12, Di 4 und auch LG 16	vertreiben Wind aus Kopf und Nacken, bewegen Qi
Gb 39	gut für Nacken, Knie, Beine, ist Hui-Punkt des Markes sowie Luo-Punkt der 3 unteren Yang-Meridiane, vertreibt Wind und Feuchte
Di 11	reguliert den Qi-Fluss, vertreibt Wind und Wind-Hitze, löst Obstruktionen der Gelenke auf

Immer mit Bezug zum betroffenen Meridian nadeln. Bei Schmerzen immer auch Qi bewegen!

Kälte-Bi oder schmerzhaftes Bi

Starker Schmerz in einem bestimmten Gelenk, oft mit Muskelkontraktion oder Spasmen, bestimmt das Bild. Bei passiver Bewegung ist die Beweglichkeit des betroffenen Gelenkes stark eingeschränkt. Das betroffene Areal fühlt sich kühl an. Wärme bringt hier Besserung, Kälte Verschlechterung. Kälte-Bi kann entstehen durch äußere Kälte. Besonders kritisch ist dabei der Moment des Nachschwitzens: Die Poren sind offen und Kälte kann leicht eindringen. Kälteeinfluss im Bewegungsapparat zeigt sich an anormaler Muskelkontraktion durch Stagnation von Qi und Blut. Dadurch kann es zu Verklebung und Zusammenziehen der Muskelfasern kommen. Blutstase führt zu starkem Schmerz und Unwillen gegenüber Berührung.

Chinesische Zeichen**Adspektion**

- chronischer Verlauf
- starker Schmerz
- schlechte Beweglichkeit der betroffenen Gelenke
- Lahmheit bei Kälte schlechter

Palpation

- passive Beweglichkeit der Gelenke stark eingeschränkt
- Muskulatur in dem Bereich sehr fest
- Berührungsempfindlichkeit

Shu-/Mu-Punkte

- positive Shu-Punkt-Reaktion bei den betroffenen Meridianen

Puls

- gespannt
- voll

Zunge

- bläulich

Therapieprinzip

Wichtig ist hier, die Stagnation von Qi und Blut aufzulösen sowie die Kälte zu zerstreuen und auszuleiten (► Tab. 9.4). Man verwendet viele lokale Punkte am Gelenk (► Tab. 9.5 und ► Tab. 9.6), um die eng umschriebenen Stellen anzusprechen, an denen die Kälte festgehalten wird.

► **Tab. 9.4** Mögliche Punkte, um Kälte auszuleiten sowie Qi und Blut zu bewegen.

Akupunkturpunkte	Wirkung
Di 11	bewegt Qi und Blut
Ma 36	Moxa stärkt den Qi-Fluss
Di 4	fördert den Kreislauf von Qi und Blut
Bl 23	tonisiert die Nieren
Ni 7	stärkt das Nieren-Yang
KG 4	stärkt Yang und Yuan Qi, stärkt Nieren, tonisiert Blut und Yin, beseitigt Kälte und Feuchte aus dem unteren San Jiao
KG 6, Qi Hai	stärkt Yang und Yuan Qi, tonisiert und zirkuliert Qi im ganzen Körper, beseitigt Qi-Stagnation
LG 4	vertreibt Kälte, tonisiert Yang
LG 3	stärkt das Yang

► **Tab. 9.5** Lokale und Fernpunkte für bestimmte Gelenksarthrosen und -arthritiden.

Gelenke	Akupunkturpunkte
Schulter	Di 14/15, Ma 38, Dü 9/11/13/14, Bl 58, 3E 1/5/14/15, Gb 34
Ellbogen	Lu 5, Di 10/11/12, He 3, Dü 8/9, 3E 10
Karpus	Lu 7/10, MP 5/20, He 7, Dü 3/4/5, 3E 4, Di 5, Pc 7
Fessel, obere Schale	Di 2, Ma 43, He 8, Dü 2/3/4, Bl 65, Mingtang, Qianchanwan, Houtimen, Laotang, Houchanwan
Kronbein, untere Schale, Huf	Di 1/2, Ma 44/45, He 9, Dü 1, Bl 66/67, Qiantimen
Hüfte	Ma 31, Bl 35/40/54, Gb 29/30/41, Wei Ben
Knie, Gonarthrose	Di 11(kontralateral), Ma 32/33/34/35/36, Xi Yang, MP 8/9/10, Bl 20/21/25/38/40 Gb 41, Ni 10, Le 7/8
Tarsus, Sprunggelenk	Di 5 (kontralateral), Ma 41/42, MP 4/5, Bl 25/39/58/60/62/63, Ni 2/3/4/5, Le 4
Kiefern Gelenk	Ma 7, Kaijinzhui, Gb 2/3
Kreuzbein	Bl 23/24/27/40/58, Wei Gen
Wirbelsäule	Dü 3 (Genick), 3E 5/8 (Genick), Lu 6/7 (Th 13/14) (Genick, HWS), Dü 15 (HWS), Bl 10/12/14/16/18/19/40/60/62, 3E 16, Gb 20/21 (Genick), LG 2/3/4/12/14/16, Choujin, Shiqizhuxia (Sakrum)

Hier werden lokale Punkte aufgelistet, die günstige Wirkung auf die nächstliegenden Gelenke haben, sowie einige Fernpunkte, die zusätzlich zu den Punkten zu nadeln sind, die dem Wesen des jeweiligen Bi-Syndroms nach akupunktiert werden. Diese Punkte sind zum Bewegen von Qi und Blut günstig zur Kombination!

► **Tab. 9.6** Korrespondierende Punkte nach dem Spiegelsystem.

Akupunkturpunkte	Korrespondierende Akupunkturpunkte
Schulter	Hüfte
Di 15	Ma 31
3E 14	Gb 30
Dü 9/10	Bl 36
Ellbogen	Knie
Di 10/11	Ma 36
3E 10	Gb 34
Dü 8	Bl 40
Karpalgelenk	Tarsalgelenk
Di 5	Ma 41
3E 4/5	Gb 40
Dü 5/4	Bl 60

9.2

Arthritis

Als Arthritis werden akute entzündliche Zustände von Gelenken bezeichnet. Anfängen von bakterieller Infektion über Stoffwechsel-, autoimmunbedingter und überlastungsbedingter Arthritis können die Ursachen vielfältig sein. Auch degenerativ veränderte Gelenke können akute Entzündungs- und damit Arthritis-Schübe zeigen. Durch Schmerz und Schwellung wird die Beweglichkeit und Belastbarkeit des betroffenen Gelenks deutlich eingeschränkt. Belastung ist extrem schmerzhaft. Die Gelenkveränderungen können am besten durch Röntgen oder CT sichtbar gemacht werden.

☒ Schulmedizinische Leitsymptome

- Lahmheit
- Rötung, Schwellung, Hitze
- Gelenksteifigkeit, Bewegungseinschränkung
- positiver Beugeprobentest
- evtl. vermehrte Gelenkfüllung