

Bernd Ramme

GESUNDHEIT DURCH YIN-KREIS-STÄRKUNG

Health by strengthening all yin organs

Zusammenfassung

Aus Sicht der TCM sind die Grundvoraussetzungen für lang währende Gesundheit ein intaktes Yin-Qi, harmonischer Qi-Fluss und ein kräftiges Lebensfeuer. Die heutzutage häufige Schwäche des Yin-Qi hat vielfache, unterschiedliche Ursachen in der modernen Yang-betonten Zivilisationsgesellschaft. Durch permanente „hyper“-sympathikotone Einflüsse wird das Yin-Qi erheblich geschwächt und es entstehen chronische Krankheiten wie Burnout, psychovegetative Erschöpfung, Schlafstörungen, psychische Erkrankungen und Anderes.

Dauerstressbelastung, Schwäche der Mitte, negative Emotionen, chron. belastende Störherde, gynäkologische Blutverluste, wiederholte Geburten und auch das Altern bedingen vermehrten Essenzverbrauch und führen zu Yin-Schwäche.

Die Grundkonstellationen generalisierter Yin-Schwäche sind Leere-Hitze, Fülle-Hitze, chronische Störherdbelastung mit Yin-Qi-Mangel oder isolierte Organ- bzw. Funktionskreisschwächen. Energetische Akupunktur mit Störherdbeseitigung kann Hitze oder Schleim-Nässe ausleiten und langfristig hier das Qi tonisieren und regulieren. Eine phytotherapeutische Behandlung des gesamten Yin-Kreises zur nachhaltigen Stärkung und Stabilisierung des Yin-Qi mit einem Präparat (PENTATONIX®) aus Wurzeln besonders Yin-stärkender Alpenkräuter, mit Zusätzen speziell durch Störherdwirkung vermehrt benötigter Vitamine und Spurenelemente, kann hier die Zahl der Akupunktursitzungen wesentlich verkürzen. Die praktische Verabreichung von nur 3 Tagesdosen folgt dabei dem zirkadianen Energieumlauf, also morgens, mittags und abends. Mit einem exemplarischen Fall wird die Behandlung bei Yin-Schwäche vorgestellt.

Schlüsselwörter

Qi, Qi-Fluss, Yin-Qi-Schwäche, Sympathikotonie, chron. Erkrankungen, Störungen der Mitte, negative Emotionen, Störherde, Akupunktur, Yin-Kreis-Stärkung, alpine Kräuter, PENTATONIX®

Summary

In the view of TCM, the basic requirements for long lasting health are an intact yin qi, harmonic flow of qi, and a strong fire of life. Nowadays weakness of yin qi has multiple causes in our modern yang-stressed world. Permanent influences with enhanced over-sympathetic tone weaken yin qi considerably. Chronic diseases as burnout, psychovegetative exhaustion, sleep disturbances, mental diseases or more may appear. Continuous negative stress, weakness of the middle, ongoing negative emotions and „disturbance foci“, gynaecological blood loss, repeated childbirth or ageing may lead to deficiency of the essence and the yin qi.

The basic constellations of generalized yin qi weakness are empty heat pattern, repletio of heat pattern, chronic disease through disturbance foci with deficiency of yin qi or isolated organ qi weakness or lack of qi in a functional circle according to the 5 Elements Theory. Energetic acupuncture with elimination of disturbance foci clears heat and phlegm-fluids and can tonify and regulate the yin qi on long-term.

The correct procedure of diagnosis and choice of acupuncture points in the clinical work are described explicitly. Use of alpine roots in phytotherapy supplemented by vitamins and minerals (PENTATONIX®) is strongly recommended to strengthen and stabilize yin qi. The dose is 3 times daily following the circadian rhythm of energy according to the transition periods of the functional circles according to the 5 Elements Theory.

Keywords

Qi, qi flow, yin qi weakness, chronic diseases, disturbances of the middle, negative emotions, disturbance foci, energetic acupuncture, strengthening of all yin organs according to the 5 Elements Theory, alpine herbs, PENTATONIX®

Für ein gesundes und langes Leben muss das Yin-Qi intakt sein, das Lebensfeuer brennen und ein harmonischer Qi-Fluss bestehen. Wenn wir unsere ärztliche Diagnostik und Therapie auf diese drei Elemente (Abb. 1) konzentrieren, sind wir in der Regel therapeutisch erfolgreich. Dieser Artikel wird die erste der drei Säulen – das Yin-Qi – behandeln.

Yin-Qi und Yang-Qi stehen in gegenseitiger Abhängigkeit. Das Yin-Qi bringt das Yang-Qi hervor, es ist sozusagen die Grundlage für das Yang-Qi. Wir können das Yin-Qi mit Treibstoff vergleichen. Es hat eher substanzialere Natur und speist sich aus der Nahrungsenergie (Gu-Qi) und der Essenz (Tor der Vitalität). Die isolierte Betrachtung des Yin-Qi ist allerdings in natura nicht zulässig, da kein Yin-Qi ohne Yang-Qi existieren kann und ohne Yang-Qi auch kein Yin-Qi existiert. Die wärmende und bewegende Kraft des Yang-Qi ist für einen harmonischen Qi-Fluss, für den Erhalt der Organfunktionen und die Versorgung der Körpergewebe genauso wichtig wie das Yin-Qi. Es wäre auch nicht die Frage beantwortbar, was zuerst da war – das Yin-Qi oder das Yang-Qi. Aus sich heraus sind mit dem Beginn des Lebens beide Formen existent und untrennbar miteinander verknüpft. Auch in der Kausalitätsfrage ist bei der Entstehung von Krankheit sowohl der Weg über das Yang-Qi mit konsekutiver Schädigung des Yin-Qi als auch umgekehrt eine primäre Schädigung des Yin-Qi mit konsekutiver Schädigung des Yang-Qi zu bedenken.

Doch was löst eine Schädigung des Yin-Qi aus? Höher-Schneller-Weiter ist ein Merkmal unserer Zeit. Viele Lebensbereiche unterliegen der Beschleunigung. Die Digitalisierung ermöglicht und verstärkt diesen Prozess, sodass ein Ende dieser Entwicklung auch nicht abzusehen ist. Als Beispiel sei das Kino angeführt. Ruhige Schnitte sind heutzutage wenig anzutreffen. So wird das heutige Kinopublikum die langen Schnitte eines Filmes wie „Spiel mir das Lied vom Tod“ nicht ertragen können und bereits nach kurzer Zeit unruhig nestelnd nach dem Smartphone oder dem Ausgangsschild suchen. Dieser als „Yangisierung der Gesellschaft“ u.a. von Frau Kollegin I. Wilczkowiak benannte „sympathikotone Zustand“ ist in hohem Maße Yin-Qi verbrauchend. Die Anzahl der Patienten mit Diagnosen wie Burnout, psychovegetative Erschöpfung, Adynamie, nervöse Schlafstörung, depressive Verstimmung und Restless legs nehmen zu.

Fehlernährung mit Störung der Mitte ist ein weiteres Merkmal unserer Zeit. Wird Yin-Qi wie oben beschrieben im Übermaß benötigt, um das Yang-Qi zu nähren, dann gelingt dies nur, wenn der Verbrauch nicht die Bereitstellung von Yin-Qi über Essenz (Jing) und Nahrungsenergie

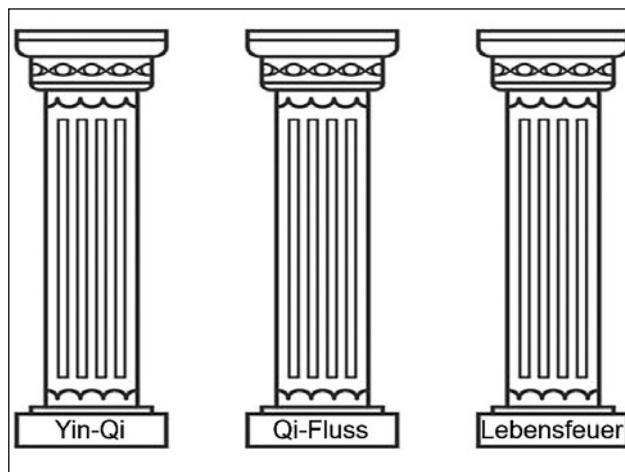
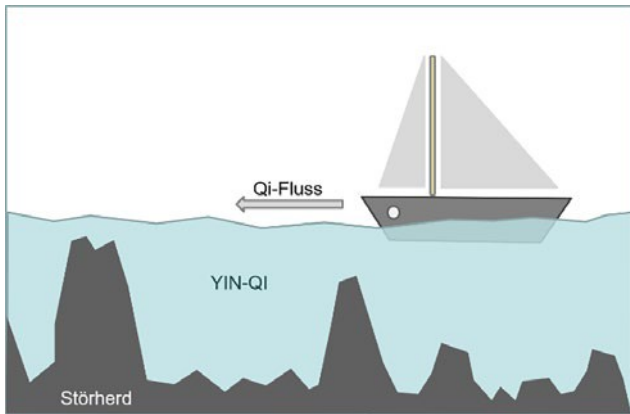


Abb. 1: Die drei Säulen der Gesundheit

(Gu-Qi) übersteigt. Die Bereitstellung von Gu-Qi ist wiederum abhängig von einer guten Organfunktion des Magens bzw. der energetischen Mitte (Ma/MP). Doch wenn diese durch länger andauernde Qi- und Nahrungsstagnation erzeugte negative Emotionen wie Angst (Ni, Mi), Wut oder Zorn (Gb/Le) nicht optimal ist und die Bereitstellung im Übermaß an der Essenz (Jing) hängt, dann lassen sich Yin-Qi-Mangelzustände mit entsprechender Symptomentwicklung (Schlafstörung, Rückenschmerzen, Tinnitus, Palpitationen u.a.) schon allein aus den körperlichen Regulationsmechanismen heraus nicht vermeiden.

Ein weiterer Grund für eine Yin-Qi-Schädigung ist der Störherd. Ein Störherd ist ein Fokus, der in allen Gewebeschichten stört: In der tiefen Schicht als kausaler Störherdpunkt (z. B. Narbe, Implantat), in der mittleren Schicht als Hinweispunkt der Verbindungsschicht und in der oberflächenschicht wird er als Yin-Qi-Schwächung (Vitamin) wirksam. Daher rührt die Aussage: „Ein Störherd ist ein Yin-Qi verbrauchender Prozess“. Das Fatale an der Situation ist, dass ein sinkendes Yin-Qi immer mehr störherdwirksame Prozesse begünstigt. Wie Abb. 2 zeigt, ist bei sinkendem Meeresspiegel (Yin-Qi) eine immer höhere Zahl an Untiefen (Störherde) für das Lebensboot (Qi-Fluss) wirksam. Die Störherdhierarchie nach Bahr/Nogier ist auf fünf Störherde begrenzt und das aus gutem Grund. Wenn das Yin-Qi soweit abgesunken ist, dass nahezu fast alles eine Störwirkung entfaltet, dann ist das primäre Ziel der Yin-Qi-Aufbau und nicht die Störherdbehandlung. Andererseits lassen große Energielecks, wie sie ein Störherd vom Histamin-, Endoxan- und PE1-Typ darstellen (Abb. 2), oft keinen nachhaltigen Yin-Qi-Aufbau zu. Das Störherdssystem nach F. Bahr besticht gerade dadurch, dass es die für den Therapieerfolg wesentlichen Störherde erken-



Störherdhierarchie	
Typ 1	Histamin-Punkt
Typ 2	Endoxan-Punkt
Typ 3	PE 1-Punkt
Typ 4	Vitamin-C-Punkt
Typ 5	Ginseng-Punkt (LSP)

Abb. 2: Auswirkung von Yin-Qi-Mangel und Störherd auf den Qi-Fluss

nen lässt (Störherdhierarchie). Parallel dazu wird aber dem Yin-Qi-Aufbau durch Nutzung der Energetik sowohl in der Ohr- als auch Körperakupunktur eine große Aufmerksamkeit geschenkt. Naturheilkundliche Verfahren, die alle möglichen Störherde und Belastungen bei einem Patienten ausmachen wollen, sind aus diesem Gedanken heraus nicht nachvollziehbar und führen nicht selten zu einer Neurotisierung des Patienten.

Neben den bisher dargestellten drei zentralen pathogenetischen Ursachen einer Yin-Qi-Schwächung (Dauerstress, langanhaltende negative Emotionen mit Schwächung der Mitte, Störherd) sind natürlich auch weitere Faktoren wie die natürliche Alterung, Entbindungen, Mensesstörungen und konsumierende Erkrankungen zu berücksichtigen.

In der Regel müssen wir daher einen Yin-Qi-Mangel als Ergebnis eines multikausalen Prozesses betrachten. Auch wenn ein führender Faktor (Stress) naheliegend ist, heißt dies nicht, dass der vom Patienten „erlebte“ Stress so bedeutsam für das zugrunde liegende Gesamtgeschehen ist. Der erlebte Stress ist oft nur der Auslöser.

Wann nun ist eine Yin-Kreis-Stärkung in das Therapiekonzept einzubeziehen? Dabei können wir im Wesentlichen vier Grundkonstellationen benennen (Abb. 3):

- Erstens bei generalisierter Yin-Qi-Schwäche mit Leere-Hitze-Zeichen (*Nachtschweiß, 5-Flächen-Hitze, rasches Ermüden, trockener Mund*), wenn also eine echte Yin-Qi-Schwäche vorliegt.
- Zweitens bei genereller Fülle-Hitze (*starkes Schwitzen, Unruhe, starker Durst, Fieber*), wenn das Yin-Qi noch intakt ist, aber gestützt werden muss, um nicht durch langanhaltende Fülle-Hitze geschädigt zu werden.
- Drittens bei chronischen Erkrankungen aufgrund von Störherden, da dies ein Yin-Qi verbrauchender Prozess ist und damit der Körper die potenziell vorhandene Heilungschance nicht wahrnehmen kann.
- Viertens bei isoliertem Yin-Qi-Mangel in einem Funktionskreis oder Organ, da über den fördernden und kontrollierenden Kreislauf eine Ausdehnung des Krankheitsgeschehens vermieden werden kann, wenn die übrigen Organe gestützt werden.

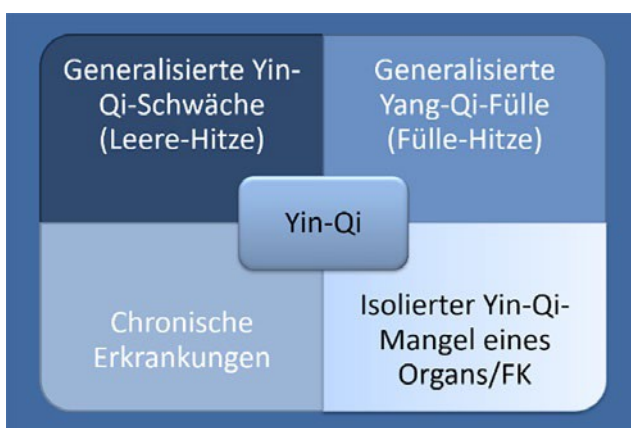


Abb. 3: Die vier Grundkonstellationen als Basisüberlegung zur Yin-Qi-Stärkung

Die häufigsten isolierten Yin-Qi-Mangel-Syndrome seien kurz beschrieben:

Der Herz-Yin-Qi-Mangel zeigt sich mit *Palpitationen, Einschlafstörung, ängstlicher Unruhe* und beinhaltet immer auch einen Herz-Blut-Mangel mit je nach Ausprägung möglicher Vergesslichkeit, Regelstörung und Blässe.

Bei Nieren-Yin-Qi-Mangel treten *Schwindel, Tinnitus, Rücken-/Knieschmerz, nächtlicher Samenerguss* auf. Er kann einen Herz-Yin-Qi-Mangel nach sich ziehen, wenn die Niere das Herz nicht kühlen und nähren kann. Der Lungen-Yin-Qi-Mangel zeigt sich mit *trockenem Husten, klebrigem Sputum, Schlafstörung, Heiserkeit und Kitzeln in der Kehle* und beeinträchtigt auch die flüssigkeitsverteilende Funktion der Lunge, was die verschiedenen Trockenheitssymptome erklärt.

Der Leber-Yin-Qi-Mangel mit *trockenem Auge, Muskelschwäche, Muskelkrämpfen, brüchigen Nägeln, Taubheitsgefühl*, der gerne zu einem aufsteigenden Leber-Yang-Qi mit Kopfschmerzen, Reizbarkeit, Schwindel und Tinnitus neigt, sei als häufige Disharmonie erwähnt.

Dahingegen ist der Milz-Yin-Qi-Mangel mit *Appetitlosigkeit, weichen Stühlen, Müdigkeit, Völlegefühl sowie Geschmacksverlust* in der Literatur selten beschrieben.¹

Wie lässt sich nun das Ausmaß einer Yin-Qi-Schwächung bestimmen? Dazu hat der Aurikulotherapeut prinzipiell drei aufeinander aufbauende Optionen:

- Anamnese,
- Oszillationsprüfung,
- Prüfung der körperlichen Basisschwäche.

Die Anamnese richtet sich an den oben beschriebenen Symptomen einer generalisierten oder isolierten Yin-Qi-Schwäche aus. Ist nur eine Yang-Qi-Fülle ohne konsekutive Yin-Qi-Schwäche auszumachen, liegt das weitere Vorgehen an der prognostischen Einschätzung des Disharmonie-Verlaufs. Wenn beispielsweise im Rahmen einer Strahlentherapie Yang-Qi-Fülle-Zeichen auftauchen, sollte auch ohne schon bestehende Yin-Qi-Schädigung mit der Yin-Qi-Stützung begonnen werden, da die weiteren Bestrahlungen mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit eine Yin-Qi-Schädigung bewirken.

Die Oszillationsprüfung erfolgt über den Körperpunkt Yin Tang – einem Areal zwischen den Augenbrauen. Der Punkt hat, wie der Name „Meer des Yin“ schon andeutet, in der Tradition einen engen Bezug zum Yin-Qi, d.h. zur struktiven Energie. Die Arbeitshypothese zur Oszillationsentstehung geht davon aus, dass der Körper versucht, Störherde kybernetisch-regulativ zu unterdrücken. Solange dies gelingt, bleibt der Störherd ein fokales Problem und es ist lediglich eine lokale Oszillation nachweisbar. Wenn dies aber bei sehr starken Störherden oder bei Schwächung des Yin-Qi nicht mehr gelingt, wird der Punkt Yin-Tang

energieschwach und es kommt zu einer globalen Oszillation.²

Die Prüfung der körperlichen Basisschwäche ist die dritte Möglichkeit der Untersuchung des Yin-Qi-Zustands. Die Untersuchung der konstitutionellen Schwäche ist seit den 1990er-Jahren Bestandteil der Störherddiagnostik nach Bahr. Kollege M. Reiningner wies auf die Bedeutung der Suche nach der führenden konstitutionellen Schwäche als Basis der tiefen Störung hin.³ Der Aurikulotherapeut hatte in den 2000er-Jahren unter Anwendung der Hochvoltstäbe die Möglichkeit, die sogenannte m2-Schicht einzustellen. In dieser Schicht fanden sich diese konstitutionellen Punkte. Es waren überwiegend die Korrespondenzpunkte der Tonisierungspunkte am Ohr. Dies entsprach mit Ausnahme des Herzens auch dem Organpunkt. In den überwiegenden Fällen chronischer Erkrankungen (über 80%) wurden Tonisierungspunkte von Yin-Organen (Leber, Herz, Milz, Lunge, Niere) gefunden. Die restlichen 20% fielen zum größten Teil auf Galle und Magen mit Überwiegen der Galle, was sich durch die oben erwähnte indirekte Bedeutung von Galle und Magen für das Yin-Qi auch erklärt. Mit Aufkommen des Lasers wurden die Punkte mit der diagnostischen Frequenz „B“ nach Nogier gesucht. Die Frequenz „B“ steht für Nutrition, was wiederum den Zusammenhang zur struktiven Kraft des Yin-Qi zeigt. Heute haben wir Dank der Forschungen von F. Bahr die Möglichkeit, mithilfe spezieller Aufgabetechnik sehr exakt die körperliche Basisschwäche zu bestimmen. Die periphere Auflage der Frequenz der Selbstheilung (4625 Hz), die über den Punkt En 19 des Bahr-Meridians der Energie gefunden wurde, lässt uns an den Ohrkorrespondenzen der Tonisierungspunkte der Yin-Organen mit dem Bahr-Detektor oder dem Lasergriffel (gleiche Frequenz wie peripher aber mit 5 mW) die Basisschwäche unschwer bestimmen (Abb. 4).

Wie lässt sich das Yin-Qi stärken?

Dazu gibt es prinzipiell verschiedene Möglichkeiten: Über Ernährung, Akupunktur, westliche Kräutermedizin, orthomolekulare Medizin und chinesische Kräuterrezepturen. In diesem Artikel möchte ich im Wesentlichen auf die Akupunktur und die westliche Kräutermedizin eingehen.

Die Akupunktur hat unter den vitalen Substanzen das Qi als Wirksubstrat. Der Akupunkturarzt beeinflusst mit der Nadelung den Qi-Fluss und die Qi-Verteilung. Auf diese Weise verbessert er über die verschiedenen Qi-Arten

1 Dort wird regelmäßig allerdings der Milz-Qi-Mangel als Ursache verschiedener Folge-Pathologien wie Schleim, Milz-Yang-Qi-Mangel, sinkendes Milz-Qi, Blut-Mangel, Herz-Yin-Qi-Schwäche, Lungen-Yin-Qi-Schwäche oder Nieren-Yang-Qi-Mangel beschrieben. Die Literatur kennt allerdings den Milz-Blut-Mangel, den es strenggenommen nicht gibt. Die Funktion der Milz in Bezug auf das Blut ist das „Halten in den Gefäßen“. Das Milz-Qi ist eng mit dem Gu-Qi verbunden und von dieser Seite her hat es Yin-Qi-Charakter. Aus meiner persönlichen Sicht ist das Milz-Yin-Qi primär beteiligt an der Umwandlung und dem Transport von Nahrung (Gu-Qi) und steht damit in enger Beziehung zu den Symptomen Müdigkeit und Schwäche. Das Milz-Yang-Qi ist primär zuständig für das Halten des Blutes in den Gefäßen, die Erwärmung des Körpers und die Umwandlung und den Transport von Flüssigkeiten. Das führt bei Mangel zu Kälte und Ödemen.

2 Bahr et al.; Skriptenreihe TCA; Klassisch-chinesische Akupunktur für mäßig Fortgeschrittene; S. 125

3 Bahr et al., Skriptenreihe Ohr; Ohr Stufe 4; S. 13

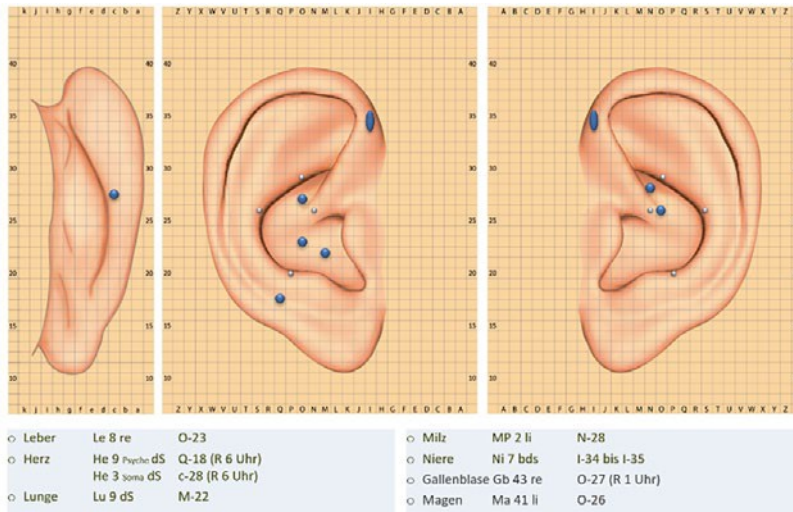


Abb. 4: Punkte der Basisschwäche am Koordinatenohr (nach Bahr/Wójak)

(Abwehr-Qi, Meridian-Qi, Organ-Qi usw.) die Körperfunktionen, die Qi-Produktion und die Qi-Transformation und kann so Disharmonien erfolgreich behandeln. Der Einfluss auf die übrigen vitalen Substanzen (Shen – Geist | Xue – Blut | Jin-Ye – Körperflüssigkeiten | Jing – Lebensessenz) ist von lediglich indirekter Natur.

Welchen Punktegruppen aus der Körperakupunktur sprechen wir einen besonderen Einfluss auf das Yin-Qi zu? Es sind dies die Tonisierungspunkte der Yin-Organen (Le 8, He 9, MP 2, Lu 9, Ni 7). Es sei angemerkt, dass die Yin-Qi-Stärkung über den Tonisierungspunkt der Leber (Le 8) nur dann direkt erfolgen kann, wenn das Leber-Yang-Qi nicht zu stark überwiegt, was bei Leere-Hitze der Fall ist. Bei echter Leber-Yang-Qi-Fülle ist in jedem Fall der Sedierungspunkt (Le 2) und in weiteren Behandlungsschritten der YUAN-Quellpunkt (Le 3) der Yin-Qi-Stützung über den Punkt Le 8 vorzuziehen. Der Tonisierungspunkt der Niere stellt einen ähnlichen Sonderfall dar. Er ist sowohl stützend für das Yin-Qi (Wasserniere) als auch für das Yang-Qi (Feuerniere). Zur Yin-Qi-Stärkung bei Leere-Hitze- und Fülle-Hitze-Zeichen der Niere ist daher der Punkt Ni 6 (ZHAOHAI – „Erleuchtetes Meer“) in Kombination mit dem YUAN-Quellpunkt Ni 3 (TAIXI – „Höchster Wassergraben“) dem Tonisierungspunkt vorzuziehen. Weitere Punktegruppen, die eine positive Wirkung auf das Yin-Qi haben können, sind Ho-Punkte, YUAN-Quellpunkte, Kardinalpunkte, Alarmpunkte und Yin-Gruppen-LUO-Punkte (MP 6 und KS 5). Dazu sei besonders der Ho-Punkt des Magens erwähnt, der beidseits gestochen das Organ-Qi des Magens stützt und so seine Funktion stärkt, Flüssigkeiten bereitzustellen (Trad.: „Ursprung der Säfte“).

Reflektiere ich den Einsatz der oben erwähnten Punktegruppen bei Leere-Hitze oder Fülle-Hitze in den ein-

zelnen Funktionskreisen in meiner täglichen Akupunkturpraxis, so lassen sich folgende „Hauptpunkte“ benennen:

- Niere | Ni 3 (Q), Ni 6 (K:YINQIAOMAI „aufsteigendes Yin-Gefäß“), Ni 7 (To)
- Leber | Le 2 (Se), Le 3 (Yuan), Le 8 (To, Ho)
- Herz | He 9 (To, Ting), He 6 (YINXI – „Ort des Yin“)
- Milz | MP 2 (To), MP 4 (K: CHONGMAI „Gefäß der breiten Bahn“), MP 9 (Ho)
- Lunge | Lu 7 (K: RENMAI „Konzeptionsgefäß“)
- Magen | Ma 41 (To), Ma 36 (Ho bds.), KG 12 (MU-Alarmpunkt des Magens)
- Gallenblase | Gb 37 (LUO-Durchgangspunkt), Gb 24 (MU-Alarmpunkt der Galle)

Einige der oben erwähnten Punkte haben auch Ohrkorrespondenzen, sodass die Umsetzung der Yin-Qi-Stärkung nach Regeln der klassischen Akupunktur in der Aurikulothérapie möglich ist (siehe auch Abb. 4).

- Niere | Ni 3 (MgO), Ni 6 (valiumanaloger Punkt), Ni 7 (Nierenparenchypunkt)
- Leber | Le 3 (Ärgerpunkt), Le 8 (Leberparenchypunkt), Le 14 (Aggressionspunkt)
- Herz | He 9 (Freudepunkt), He 3 (motorischer Herzpunkt, retro)
- Milz | MP 2 (Milzpunkt li Go), MP 4 (Interferonpunkt)
- Lunge | Lu 7 (Lungenareal)
- Magen | Ma 36 (Barbiturat-/Koffeinpunkt); Ma 41 (Organpunkt Magen), KG 12 (Punkt Omega I)
- Gallenblase | Gb 24 (nervaler Gb-Punkt „Wutpunkt“), Gb 43 (Organpunkt der Galle)

Der Einsatz der Aurikulotherapie ermöglicht auch die Langzeitstimulation mit auflösbaren Implantatnadeln. So lässt sich der Yin-Qi stützende Effekt der Akupunktur je nach verwendeter Implantatnadel auf 6–12 Monate verlängern.

Neben der energetischen Behandlung über die klassische Akupunktur oder Aurikulotherapie haben wir eine konsequente Störherdtherapie umzusetzen. Nach der Störherddiagnostik ist zu entscheiden, welche Störherde primär einer aurikulomedizinischen und welche einer schulmedizinischen Behandlung (chirurgisch, zahnärztlich, medikamentös, psychotherapeutisch) zugeführt werden. Im Falle einer primär schulmedizinischen Behandlung ist die Ohrakupunktur als komplementäres Therapieverfahren in Betracht zu ziehen. In jedem Fall aber sollten die Ohrreflexzonen der gefundenen Störherde akupunktiert und die antipathogen wirkenden Vitamine substituiert werden. Eine lokale Störherdtherapie (Nasennebenhöhle, Narben, Zahnfach usw.) mit einem frequentiellen Akupunkturlaser verstärkt den Therapieerfolg. Sowohl die Selbstheilungsfrequenz nach Bahr als auch die antioszillatorische Frequenz 5 nach Bahr oder die Frequenz A nach Nogier kommen zur Anwendung. Nach chirurgischer Intervention können auch die Frequenzen C oder B nach Nogier oder die jeweiligen Zahnfrequenzen nach Bahr sinnvoll sein.

Ein weiterer wichtiger therapeutischer Schritt ist die Yin-Qi-Stärkung über den Yin-Kreis. Mit „Yin-Kreis“ beschreiben wir die kybernetische Abfolge der Yin-Organen in den 5-Wandlungsphasen (... Le -> He -> MP -> Lu -> Ni -> Le ...). Diese Abfolge wird auch als „fördern-der“ Kreislauf beschrieben. Eine starke Mutter sorgt für ein starkes Kind. Andererseits führt eine schwache Mutter über kurz oder lang auch zu einer Schwächung des Kindes. Dabei handelt es sich auch um eine Art „chinesische Chronobiologie“, da jeder Meridian seine Maximalzeit der Aktivität hat. Stärken wir nun jedes einzelne Yin-Organ, dann baut sich die strukturelle Energie nachhaltig auf und wir entziehen dem Störherdgeschehen den Boden.

Der früher übliche Einsatz sogenannter Yin-Kreismittel hat ebenso wie die Ernährungsumstellung allerdings nur bedingten Erfolg gehabt. Ursache war nicht die Wahl der Substanzen, sondern die Compliance. Die Einnahme von fünf verschiedenen Mitteln zu fünf verschiedenen Tageszeiten ließ sich für die meisten Patienten nicht konsequent über Wochen und Monate umsetzen. Aus diesem Grunde suchten wir 2017 nach einem Weg, die Yin-Kreis-Stärkung über drei Einnahmezeiten in einer für Berufstätige praktischen Darreichungsform umzusetzen. Wegen der besonderen Energetik von im alpinen Raum wachsender Pflanzen und wegen der besseren Händelbarkeit für die

Kapseldarreichung testete ich aus einem Pool von alpinen Pflanzen über den Punkten der Basisschwäche das jeweils beste Mittel aus. So fand ich im Falle einer Basisschwäche der Leber die Kieferbaumrinde (*Pinus sylvestris*), des Herzens die Gebirgsangelikawurzel (*Angelica sylvestris*), der Milz die Silberkerzenwurzel (*Cimicifuga racemosa*), der Lunge die Wacholderbeere (*Juniperus communis*) und der Niere die Rosenwurz (*Rhodiola rosea*). Es ist nicht verwunderlich, dass es Wurzeln sind, wenn es um die Yin-Qi-Stärkung der Achse (Niere – Milz – Herz) geht. Die Wurzel repräsentiert wie kein anderer Pflanzenteil das Yin.

Doch wie können fünf den Yin-Kreis stärkende Mittel auf drei Einnahmezeiten verteilt werden? Betrachtet man die Abfolge der Meridiane bezüglich der Maximalzeiten ihrer Aktivität, dann haben wir um 3 Uhr den Übergang Leber – Lunge und um 11 Uhr Milz – Herz. Somit haben wir eine Spätabend-/Frühmorgenkapsel mit den Kräutern für Leber und Lunge, eine Mittagkapsel mit den Kräutern für Milz und Herz und eine Abendkapsel 18 Uhr mit dem Kraut für die Niere.

Zusätzlich bestand der Wunsch, die Vitamine, die wir für die Störherdbehandlung substituieren müssen, in diese Kapseln zu integrieren. Hier machten wir uns für die richtige Dosierung und Verteilung das Wissen aus der orthomolekularen Medizin zunutze, sodass wir nun dem Patienten mit den drei Kapseln des PENTATONIX® eine einfache Handhabung sowohl für die Yin-Kreis-Stärkung als auch für die Vitaminsubstitution bei Störherden als Nahrungsergänzung anbieten können.

Vorgehen in der Praxis:

1. Schritt:

Anamnese (freie und gelenkte)

mit dem Ziel, das TCM-Disharmoniemuster, die Auslöser (Ernährung, Emotionen, Pathogene Faktoren, life event usw.) und mögliche Störherde (Narben, Entzündungsherde, Psyche, Medikamentennebenwirkungen usw.) zu erfassen

2. Schritt:

Befunde (Fremd- und Eigenbefunde sichten)

mit dem Ziel, ggf. noch erforderliche Facharztkonsile zur Abklärung zu empfehlen und den Status der Vitalen Substanzen über die Zungendiagnostik zu erfassen

3. Schritt:

Störherddiagnostik (Voruntersuchung, P_gO, Vitamine, Störherde, Belastungen)

mit dem Ziel der Bestimmung der Lateralität und der Lateralitätsstabilität, Erfassung wesentlicher Störherde im geschlossenen und offenen System und der betroffenen Vitamine, ggf. mit Hierarchisierung

4. Schritt:

Erweiterte Aurikulodiagnostik I (TPP, MPP, Kardinalpunkte, körperliche Basisschwäche)
mit dem Ziel der Akupunkturplanung

5. Schritt:

Akupunkturbehandlung & Störherdsanierung
– Ohrakupunktur 4 Sitzungen: zur Symptom- und Störherdbehandlung (ggf. nur eine Sitzung bei Einsatz resorbierbarer Implantatnadeln)
– Körperakupunktur 10 Sitzungen: zur energetischen Behandlung
(Hinweis: Für manche Krankheitssituationen ist VOR einer schulmedizinischen Herdsanierung eine energetische Behandlung zwingend erforderlich, um die Gefahr einer zu starken Exazerbation einer chronischen Erkrankung zu minimieren. Krankheitsbilder

wie Asthma, Multiple Sklerose und Colitis ulcerosa in Remission sind Paradebeispiele dafür.)

- sofortige Einleitung der Vitaminsubstitution und Yin-Kreis-Stärkung mittels PENTATONIX® über 3–6 Monate
- Einleitung der chirurgischen oder zahnärztlichen Sanierung – falls erforderlich
- ergänzende Blüthenherapie u. a. zur Behandlung von Basisschwäche und psychischen Blockaden⁴

6. Schritt:

Erweiterte Aurikulodiagnostik II (Blockade hinter der Blockade, seelisches Trauma...)
mit dem Ziel, die Ursachen für eine Therapieresistenz trotz Störherdsanierung zu erkennen ■

⁴ F. Bahr, Ch. Wesemann; Psychische Verletzungen – Seelische Traumata; 2019 Version 1.0; pp 48 – 66

Kasuistik:

Am 06.11.2018 sucht eine 60-jährige Patientin erstmalig meine Akupunkturpraxis auf. Sie klagt über einen hochtonigen Tinnitus, der Tag und Nacht seit dem 04.02.2018 besteht. Davor habe sie solche Beschwerden nie gehabt. Ein Konsil beim HNO-Arzt ist erfolgt, ebenfalls eine Vorstellung beim Orthopäden, um eine wirbelsäulenbedingte Ursache auszuschließen. Eine Arthrose der Hüfte ist bekannt. Sie gibt an, wegen Gelenkschmerzen beim Rheumatologen in Behandlung zu stehen. Kortison habe sie nicht bekommen, allerdings nimmt sie seit 3 Jahren Amitriptylin 50 mg, damit sie zur Ruhe kommt, da sie nachts nicht schlafen kann.

Reizmittelkonsum: Kaffee morgens zwei Tassen; Rauchen 4–5 Zigaretten pro Tag; kein Alkohol.

Beruf: Sie ist Küchenhilfe von Beruf und arbeitet noch zusätzlich ehrenamtlich.

Der Zungenkörper ist rot und normal groß, nicht geschwollen. Der Belag ist schaumig-weiß, allerdings im Bereich des mittleren Drei-Erwärmer-Areals dick gelb-braun.

Ergebnis der Störherddiagnostik vom 16.11.2018

Die Patientin ist Rechtshänderin. Es besteht eine echte Oszillation. Die Gabe von fünf Tropfen Selfheal beseitigt die Oszillation über YinTang. Periphere Auflage der Frequenz 5 zunächst rechts, dann links zur Inversionsprüfung ist ohne pathologischen Befund. Es findet sich nur eine Reaktion über dem Kardinalpunkt Dü 3 (Plexus coeliacus retro) rechts. Keine weitere RAC-

Reaktion, daher ist kein PgO (persönlicher Punkt gegen Oszillation) anzunehmen.

Die Auflage der Frequenz 3 peripher zur Einstellung der Oberflächenschicht für die Vitaminsuche führt zu keiner erneuten Oszillation über YinTang – d.h. die Patientin ist Rechtshänderin. Es finden sich die Vitamine B1 und B2. Ohne periphere Auflagen erfolgt jetzt die Störherdsuche mit den gefundenen Vitamin-Ampullen: (B1) Nasennebenhöhle über dem rechten Ohr und (B2) Ampulle über einer Narbe am rechten Ellenbogen im Bereich der Lungenleitbahn. Die Patientin berichtet jetzt von seit Jahren immer wieder auftretenden Narbenschmerzen, die bis in die Schulter ausstrahlen.

Auf eine Hierarchisierung wird bei nur zwei Störherden zunächst verzichtet¹. Bei der Untersuchung der Basisschwäche findet sich der Nierenparenchypunkt. Eine Prüfung mit den Yin-Kreis-Mitteln ergibt eine starke RAC-Antwort auf Rosenwurz (Niere) und eine etwas schwächere Antwort auf Kieferbaurinde (Leber). Als Symptompunkte (TPP) zeigen sich auf der linken Ohrmuschel im Bereich der Linie der Töne ein Silberpunkt und rechts zwei Silberpunkte.

Diagnosen

- Tinnitus vom Fülle-Typ (hier: Emporlodern von Schleim-Feuer)
- Narbenstörherd linker Arm (Vitamin B2)

¹ Die Hierarchisierung ist erforderlich, wenn sich das Störherdschehen und die Symptomatik nicht erwartungsgemäß unter der Therapie verändern. In der Regel benötigen wir vier Sitzungen, um Störherde aurikulotherapeutisch effektiv zu behandeln.

- Nasennebenhöhlenstörherd rechts (Vitamin B1)
- Basisschwäche der Niere und Schwäche des Leber-Yin-Qi

Therapiekonzept

Schleim auflösen; die Basisschwäche der Niere behandeln, das Leber-Yin-Qi stärken und das Leber-Yang-Qi unterdrücken; aurikulotherapeutische Behandlung der Störherde;

Therapie

16.11.19

Ohrakupunktur: Plexus coeliacus retro (Dü 3) rechts in Gold, Ellenbogen rechts in Gold, Linie der Töne links und rechts in Silber; nervaler Leberpunkt (Le 3) rechts in Silber; valiumanaloger-Punkt (Ni 6) links in Gold; Nierenparenchypunkt (Ni 7) rechts in Gold; Omega-Hauptpunkt rechts in Gold.

Laserbehandlung: Frequenz A rechte NNH und Narbe rechter Ellenbogen.

29.11.19

Punkte wie zuvor ohne Kardinalpunkt Dü 3 und ohne Laserbehandlung.

Auf den Einsatz von PENTATONIX®-Yin-Qi-Stärkung und Vitaminsubstitution wird wegen bereits bestehender Besserung verzichtet.

12.12.19

Punkte wie zuvor ohne Kardinalpunkt Dü 3 und ohne Laserbehandlung.

Auf den Einsatz von PENTATONIX® wird weiterhin verzichtet, da die Patienten von weiterer Symptomlinderung berichtet. Der Tinnitus ist nur noch bei Stille wahrnehmbar.

03.01.19

Punkte wie zuvor, allerdings wird der Punkt Le 3 durch den Leberparenchypunkt (Le 8) ersetzt und zusätzlich wird die Achse der Mitte (Nabel rechts – DNS-Punkt links in Gold) gestochen.

Die Patientin berichtet, dass der Tinnitus vollständig verschwunden sei, allerdings bei Ärger oder Stresspha-

sen noch auftritt. Der Patientin wird vorsichtshalber ein Infoblatt zur Anwendung von PENTATONIX® zur Nachbehandlung mitgegeben und ein Wiedervorstellungstermin in 6 Wochen vereinbart.

15.02.2019

Der Tinnitus nimmt wieder zu!

Es wird mit der PENTATONIX®-Einnahme begonnen und in 3 Monaten erneut eine Störherdkontrolle mit eventuell anschließender Akupunkturbehandlung vereinbart.

15.05.2019

Patientin meldet sich telefonisch, um ihre Termine abzusagen. Sie hat PENTATONIX® 2 Monate genommen und der Tinnitus ist bisher bleibend verschwunden.

Ich habe diesen Fall ausgewählt, weil er zeigt, wie wichtig die Substitution der Vitamine (im PENTATONIX® enthalten) und die Stabilisierung des Yin-Qi sowohl durch Akupunktur als auch Substanzgabe ist (alpine Kräuter im PENTATONIX®).

Damit sind wir bei dem Thema „Was dürfen wir erwarten?“. Ein Yin-Qi-Aufbau bei schweren Leere-Hitze-Zuständen wird sich über Monate erstrecken. Er ist auch alleine mit Akupunktur schwer zu bewältigen, wie der obige Fall zeigt. Natürlich kann mit einer höheren Sitzungszahl an Akupunktur (10–20) sicherlich auch das Yin-Qi durch Verbesserung der chinesischen Organfunktionen nachhaltig stabilisiert werden. Die Gabe der Yin-Kreis-Mittel minimiert aber deutlich den Behandlungsaufwand.

Ernährungsempfehlungen können zusätzlich ausgesprochen werden, sind aber oft für den Patienten aus verschiedensten Gründen nicht nachhaltig umsetzbar. Wenn wir es erreichen, grobe Ernährungsfehler durch leicht verändertes Verhalten abzumildern, ist sicherlich Entscheidendes zum Genesungsprozess beigetragen worden. Da der Yin-Qi-Aufbau, wie oben bereits erwähnt, langfristig zu denken ist, können wir mit kurzfristig willensstarken „Diät-Sprintern“ nichts anfangen, sondern müssen den „Ernährungsumsteller als Ausdauerläufer“ in unseren Patienten wecken.

Bezugsquelle PENTATONIX®: www.lifelight.com



Dr. med. Bernd Ramme

1. Vorsitzender der DAA e.V.

Osserstraße 40, D-81679 München

Tel. +49 89/814 52 52

E-Mail des allg. Büros: kontakt@akupunktur.de, Internet: www.akupunktur.de