

**Aufsteigendes
Leber-Yang in Form von**

Migräne

Natalie Hoegger

Dozentin: Bastiane Hartmann



INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort.....	3
Migräne aus schulmedizinischer Sicht.....	4
Herkunft	4
Definition und Häufigkeit.....	4
Symptome	4
Formen	4
Verlauf.....	4
Differenzialdiagnose	5
Migräne aus Sicht der chinesischen Medizin.....	7
Yin & Yang - Blut & Qi	7
Physiologische Feuer im Körper	8
Ming Men, das Tor der Vitalität	9
Physiologisches Minister-Feuer im San Jiao.....	9
Herrscher-Feuer.....	10
Physiologisches Minister-Feuer im Perikard	10
Pathologisches Minister-Feuer: Leber-Feuer & aufsteigendes Leber-Yang	11
Pathomechanismus nach Wandlungsphasen.....	11
Leber-Feuer.....	11
Pathomechanismus nach Zang Fu.....	11
Ursachen.....	12
Symptome	13
Komplikationen.....	13
Therapie.....	14
Leber-Feuer: Übersicht.....	15
Leber-Qi-Stagnation: Übersicht.....	17
Aufsteigendes Leber-Yang	19
Pathomechanismus nach Zang Fu.....	19
Ursachen.....	19
Symptome	20
Komplikationen.....	21
Therapie.....	21
Aufsteigendes Leber-Yang: Übersicht	22
Leber-Blut-Mangel: Übersicht	24
Patientenfall	25
Diagnose.....	28
Therapie.....	29
Behandlung Nr.1 (2.5.18).....	29
Behandlung Nr.4 (6.6.18).....	30
Behandlung Nr.7 (5.9.18).....	30
Behandlung Nr.8 (12.9.18)	31
Behandlung Nr.10 (26.9.18)	31
Behandlung Nr. 14 (5.12.18)	32
Therapiebegleitende Massnahmen	32
Ergebnis.....	32
Bibliographie	33



Vorwort

Meine Großmutter arbeitete zu Kriegszeiten auf einer Heilkräuterplantage. Sie lebte in der ehemaligen Sowjetunion und in diesem Gebiet wuchsen chinesische Heilpflanzen. Die medizinische Versorgung auf einem russischen Dorf war damals schlecht, so dass sie mit ihrem Wissen diese Lücke füllte und sich um die Kranken kümmerte. Sie war wohl das, was man heute als Heilpraktikerin bezeichnen würde. Ihr Wissen gab sie an meinen Vater weiter.

Nachdem er meine Mutter kennen gelernt hatte, zogen sie nach Ost-Berlin und gründeten eine Familie. In Berlin konnte mein Vater sein Wissen über russische bzw. chinesische Heilkräuter nur bedingt anwenden, weil dort die wenigsten dieser Pflanzen wuchsen bzw. zu beschaffen waren. Deswegen konzentrierte er sich mehr auf den anderen Teil der Chinesischen Medizin – Akupressur und Akupunktur. Während meiner Zeit als Leistungssportlerin behandelte mein Vater meine diversen Sportverletzungen mit Akupressur. Außerdem besaß er 5 Nadeln, die er hütete wie einen Schatz. Eine meiner lebendigsten Kindheitserinnerungen ist es, wie er die Nadeln über offener Flamme sterilisiert, abkühlen lässt und dann meine Mutter mit Akupunktur gegen ihre Migräne behandelte. Es ging ihr danach immer besser, auch wenn die Migräne gelegentlich wiederkehrte.

Aus diesem Grund habe ich mir das Thema Migräne als Abschlussarbeit bei 守中 Shǒu Zhōng Berlin ausgewählt.

Dankeschön, Bastiane, für Dein geduldiges Durchlesen der diversen Arbeitsstände dieser Arbeit und für Dein freundliches, konstruktives Feedback. Durch Dich habe ich im Ambulatorium eine Menge über den Umgang mit Patienten gelernt.

Natalie Hoegger 2019



Migräne aus schulmedizinischer Sicht

HERKUNFT

Das französisch-stämmige Wort «Migraine» leitet sich von dem griechischen Wort «hemicrania» ab. Die altdeutsche Bezeichnung lautet deswegen Hemikranie. Sie wird als erstes vom griechischen Arzt Galenos von Pergamon in seinen «Decompositone Medicamentorum Secundum locos» (180 n. Chr.) beschrieben. Als Ursache der Migräne wird dort ein Übermaß an zu heißen bzw. zu kalten Säften - vor allem aus der Gallenblase - vermutet. Diese Säfte steigen dann auf, setzen sich über die Nerven im Kopf fest und verursachen Schmerzen.¹

DEFINITION UND HÄUFIGKEIT

Wenn man im «Psyhyrembel» nachschlägt, findet man über Migräne folgende Definition:

«Primärer Kopfschmerz mit anfallartigen, häufig pulsierenden, meist einseitigen Schmerzattacken, oft begleitet von vegetativen Symptomen, Licht- und Lärmempfindlichkeit sowie neurologischen Ausfällen.»²

Ca. 10% der Bevölkerung sind davon betroffen, darunter dreimal mehr Frauen als Männer. Das ergibt also rund 6 Millionen Frauen und 2 Millionen Männer in Deutschland. Damit ist die Krankheitsprävalenz etwa so hoch wie bei chronischer Bronchitis, Diabetes mellitus und Schulterschmerzen (Impingement Syndrom).³ Besonders häufig tritt Migräne zwischen dem 25. und 45. Lebensjahr auf.

SYMPTOME

Das Wichtigste an der Definition von Migräne ist, dass die Kopfschmerzen *primär* sind. Das heißt also: *nicht* Folge einer anderen Erkrankung. Die Kopfschmerzen setzen unvermittelt, schnell und heftig ein. In den meisten Fällen tut es nur auf einer Seite des Kopfes weh – meist hinter der Stirn, an den Schläfen oder hinter den Augen. Die Patienten empfinden den Schmerz als pulsierend. Einige der Patienten berichten außerdem von Lichtempfindlichkeit, Lärmempfindlichkeit, Sehstörungen, Konzentrationsstörungen, Ohrgeräuschen, Missempfindungen, Schwindel und anderen Symptomen, die eine Störung des Nervensystems anzeigen.

Auslöser (Trigger) einer Migräne-Attacke gibt es viele. Die häufigsten sind: Stress, Histamin haltige Nahrungsmittel, Schlafmangel, Wetterumschwünge und Hormonschwankungen.

FORMEN

Migräne gibt es in unterschiedlichen Formen. Am bekanntesten ist die «klassische» Migräne mit Aura. Sie tritt bei ca. 20% der Betroffenen auf. Die Aura ist meist eine Bildstörung, die im Gehirn entsteht und den Kopfschmerzen vorangeht. Die Betroffenen beschreiben sie ganz unterschiedlich: sie sehen plötzlich unscharf oder nicht mehr dreidimensional. Das Gesichtsfeld kann sich einengen oder auf einer Seite ganz verschwinden. Ebenso möglich sind Gleichgewichtsstörungen, Parästhesien oder Sprachstörungen. Am häufigsten ist allerdings die «gewöhnliche» Migräne ohne Aura. Sie tritt bei knapp 80% der Betroffenen auf.

VERLAUF⁴

Bei etwa 33% der Betroffenen kündigt sich eine Migräne-Attacke Stunden bis Tage vor dem eigentlichen Anfall durch Reizbarkeit, Stimmungsschwankungen, Verdauungsprobleme, Heißhungerattacken oder Appetitlosigkeit an. Diese Phase der Migräne nennt man **Migräne-Vorphase** oder Prodromalphase.

Als nächstes komme die **Aura-Phase**. Sie signalisiert, dass die Migräne naht. Allerdings tritt sie nur bei 20% der Patienten auf. (siehe oben im Abschnitt «Formen»)

¹ Prof. Dr. med. Dr. phil. Stefan Evers: «Die Medizingeschichte der Migräne», Universitätsklinikum Münster, migräne magazin Heft 52

² Willibald Pschyrembel, Christoph Zink: «Psyhyrembel klinisches Wörterbuch», Berlin: deGruyter Verlag 1986, S.666

³ Mayer, Siems: «100 Krankheitsbilder in der Physiotherapie», Heidelberg: Springer-Verlag 2011

⁴ <https://www.netdoktor.de/krankheiten/migraene/>



Schließlich kommt die **Kopfschmerz-Phase**. Sie kann einige Stunden dauern oder bis zu drei quälenden Tage lang gehen. Der Kopfschmerz wird begleitet von Übelkeit/Erbrechen, Licht- und Geräuschempfindlichkeit. Selbst geringe körperliche Anstrengung wie Treppensteigen verschlimmert den Schmerz.

Zu guter Letzt kommt die **Rückbildungs-Phase**. Die Migräne-Symptome klingen langsam ab. Die Betroffenen fühlen sich müde, erschöpft und reizbar. Konzentrationsstörungen, Schwäche und Appetitlosigkeit können noch Stunden nach der Migräneattacke anhalten.

DIFFERENZIALDIAGNOSE

PRIMÄRE VS. SEKUNDÄRE KOPFSCHMERZEN⁵

Bei Migräne handelt es sich um eine Ausschlussdiagnose. Zuerst sollte deswegen sichergestellt werden, dass die Kopfschmerzen wirklich primär sind, also nicht Folge einer anderen Erkrankung. Deswegen fragt man den Migräne-Patienten am Anfang der Anamnese, wer die Diagnose gestellt hat und welche Untersuchungen vorgenommen worden sind. Damit sichert man sich ab, dass es sich nicht um eine Selbstdiagnose des Patienten handelt.

Patienten, bei denen Migräne zuverlässig diagnostiziert wurde, können allerdings auch noch andere Formen von Kopfschmerzen haben. Es gilt, die möglichst genau zu beschreiben und voneinander getrennt zu betrachten.

Die meisten ärztlichen Diagnosen werden außerdem zeitlich eher zurück liegen. Vieles im Leben der Patienten kann sich seitdem verändert haben. Deswegen erfragt man die häufigsten Ursachen sekundärer Kopfschmerzen noch einmal, um sie dann sicher ausschließen zu können. Zu den häufigsten Ursachen zählen:

- Kaffeekonsum
- Absetzung der Pille
- Einnahme oder Absetzung von Schmerzmitteln
- Fasten
- Bluthochdruck

Bei älteren Patienten, die eine familiäre oder eigene medizinische Vorgeschichte mit Schlaganfällen haben, ist besondere Achtsamkeit gefragt. Ein leichter Schlaganfall (d.h. eine TIA = transitorisch ischämische Attacke) kann eine Kopfschmerzattacke hervorgerufen haben. Wenn dieser mit einer Subarachnoidalblutung einhergeht, sind die Symptome fast nicht von einem Migräneanfall zu unterscheiden. Man sollte hellhörig werden, wenn der Patient einen ‚Migräne-Anfall‘ mit erhöhter Nackensteifigkeit schildert.

MIGRÄNE VS. SPANNUNGS-KOPFSCHMERZ VS. CLUSTER-KOPFSCHMERZ⁶

Neben Migräne gibt es noch andere Arten des primären Kopfschmerzes: Spannungskopfschmerz und Clusterkopfschmerz. Am häufigsten tritt der Spannungskopfschmerz auf – ca. 66% der Bevölkerung kennen diese Art von Kopfschmerzen. Der Clusterkopfschmerz dagegen tritt bei etwa 1% der Bevölkerung auf. Wie unterscheidet sich also Migräne von anderen primären Kopfschmerzen?

Charakteristisch für Migräne ist, dass Bewegung die Schmerzen verstärkt. Migräne-Schmerz ist meist auf einer Seite des Kopfes, während der Spannungskopfschmerz meist den gesamten Kopf wie ein Helm umfasst. Migräne ist also asymmetrisch und Spannungskopfschmerz dagegen symmetrisch.

Zwischen Migräne und Cluster-Kopfschmerz ist der Unterschied dagegen weniger eindeutig. Beide Kopfschmerzen präsentieren sich asymmetrisch. Ebenso ähnlich sind die Begleitsymptome wie Übelkeit/Erbrechen, Licht- und Geräuschempfindlichkeit oder eine Aura. Der größte Unterschied liegt darin, dass Cluster-Kopfschmerzen einen ausgeprägten Rhythmus besitzen. Sehr häufig passieren die Attacken immer um die gleiche Uhrzeit. Meistens wird man mit vernichtenden Kopfschmerzen aus dem Schlaf gerissen. Eine einseitige Rötung des Auges, eine einseitig laufende Nase oder andere Auffälligkeiten auf einer Gesichtshälfte wie Schwitzen oder ein Lidödem unterscheiden den Clusterkopfschmerz eindeutig von der Migräne. In der folgenden Tabelle werden diese drei häufigsten Arten von Kopfschmerz noch einmal miteinander verglichen.

⁵ International Headache Society Classification ICHD-II, <http://www.ihs-klassifikation.de>

⁶ <https://de.wikipedia.org/wiki/Migräne>, <https://de.wikipedia.org/wiki/Spannungskopfschmerz>, <https://de.wikipedia.org/wiki/Cluster-Kopfschmerz>



	Migräne	Spannungs-KS	Cluster-KS
BEGINN	akut	akut	akut
LOKALISATION	einseitig	gesamter Kopf	einseitig
SCHMERZCHARAKTER	pulsierend	drückend-ziehend	reißend-bohrend
INTENSITÄT	mittel-stark	leicht-mittel	unerträglich (10/10)
KÖRPERLICHE AKTIVITÄT	verstärkt den Schmerz	∅	∅
RHYTHMUS	kann, muss nicht	kann, muss nicht	sehr ausgeprägt im Schlaf (häufig)
BEGLEITSYMPTOME	<ul style="list-style-type: none"> • Übelkeit/Erbrechen • Lichtempfindlichkeit • Geräuschempfindlichkeit • Aura 	∅	<ul style="list-style-type: none"> • Übelkeit/Erbrechen • Lichtempfindlichkeit • Geräuschempfindlichkeit • Aura • gerötetes Auge • laufende Nase • Lid ödem • Schwitzen im Gesicht • verengte Pupille (Miosis)
TRIGGER	Umweltfaktoren Lebensstil Stress	∅	Umweltfaktoren Lebensstil Stress



Migräne aus Sicht der chinesischen Medizin

Yin & Yang - Blut & Qi

Yin, Yang und Qi sind Grundbegriffe der chinesischen Philosophie.

«Alle Erscheinungen und Veränderungen des Lebens, alle Naturphänomene können aus dem wechselseitigen Zusammenspiel von Yin und Yang abgeleitet werden. Yin und Yang erzeugen durch ihre Polarität Spannung, und zwischen den Polen beginnt Qi zu fließen.»⁷

Allerdings müssen diese Dualitäten in Bezug zueinander gesehen werden. Zum Beispiel gilt «warm» als Yang und «kalt» als Yin. Aber bei «warm» und «heiß», gilt «warm» als Yin und «heiß» als Yang.

Im menschlichen Körper wird Yang mit Wärme assoziiert. Yang hat die Eigenschaft, aufzusteigen und muss deswegen vom Yin gehalten werden. Ein gutes Bild dafür ist ein Heißluftballon. Das Helium im Ballon symbolisiert das Yang. Es steigt auf und lässt den Ballon fliegen. Je wärmer es wird, desto mehr dehnt es sich aus, desto mehr steigt es auf. Alles Materielle am Ballon – der Ballonstoff, die Seile und der Korb mit dem Ballast symbolisieren das Yin. Der Ballonstoff hält das Helium «in Form», die Seile und der Korb ermöglichen eine Steuerung des Ballons und bilden ein Gegengewicht zum Helium. Erst, wenn Yin und Yang im richtigen Verhältnis zueinander stehen, ist der Heißluftballon funktionsfähig.

So eine wechselseitige Abhängigkeit, eine Yin-Yang-Beziehung, unterhalten im Körper Blut und Qi zueinander. Das materielle Blut nährt den Körper und befeuchtet das Gewebe - es ist vom Charakter her Yin. Das immaterielle Qi ist die Energie, die im Körper zirkuliert und die der Körper aus aufgenommener Luft, Wasser und Nahrung aufnimmt - es ist vom Charakter her Yang. Das Blut nährt das Qi, dafür schützt und bewegt das Qi das Blut.

Bei **Blut-Mangel** hätte der Heißluftballon zu wenig Masse und er würde nach oben abdriften. Das Blut könnte das Qi nicht halten und es würde entweichen.

Bei **Qi-Mangel** dagegen hätte der Heißluftballon zu wenig Helium und er würde nicht die richtige Flughöhe erreichen. Das Blut würde nicht ausreichend bewegt werden und würde stagnieren. Die Folge wäre eine Blut-Stagnation.⁸

Ein weiterer Aspekt der Yin-Yang-Theorie besagt Folgendes: dort, wo Yin und Yang miteinander interagieren, entsteht Qi.⁹ Wie ist das gemeint? Wie lässt sich das zusammen mit der Wechselbeziehung zwischen Körper-Blut und Körper-Qi vereinbaren? Meine Überlegung dazu ist folgende:

Der Begriff «Blut» ist in der chinesischen Medizin weiter gefasst als in der Schulmedizin. Er beinhaltet die Gesamtheit **aller** Transportmittel in Form von Transportzellen (z.B. rote Blutkörperchen) bzw. Transportflüssigkeiten. Dieses Fließen durch sämtliche Transportkanäle des Körpers, also Blutgefäße, Lymphgefäße und Zwischenzellraum. Dabei transportieren sie neben anderen Dingen alle Nährstoffe. Nährstoffe sind nichts anderes als Energieträger für die Körperzellen. Das ist das Qi, das mit dem Blut transportiert wird. Außerhalb der Körperzellen findet jedoch keine Interaktion zwischen Yin und Yang, zwischen Qi und Blut statt. Dr. Wang erklärt das damit, dass Qi nicht immer ein **Energieprozess** sein muss, sondern auch ein **Energiepotenzial** sein kann.⁸ Solange das Qi im Blut transportiert wird, handelt es sich also um Qi in Form eines **Energiepotenzials**. Erst, wenn die Energieträger zu den Körperzellen gelangen, interagieren Yin und Yang miteinander und das Energiepotenzial wird in Energie umgewandelt. Diese Energie wird dann unter anderem dazu verwendet, um die Blutzirkulation aufrecht zu erhalten. (Qi bewegt Blut)

Dieser Vorgang ist in der Schulmedizin als Zellatmung bekannt. In den Körperzellen (Yin) wird mit einer Verbrennungsreaktion (Yang) die aus der Nahrung gewonnene Glukose (Nahrungs-Qi, chin: Gü Qi) und der aus der Atmung gewonnene Sauerstoff (Atem-Qi, chin: Dà Qi) über mehrere Schritte der Atmungskette in Adenosintriphosphat (Abkürzung: ATP) umgewandelt. Dieses ATP (das Wahre-Qi, chin. Zhèn Qi) ist der universelle Energieträger für Körperzellen aller Lebewesen. Er wird für die energieverbrauchenden Lebensvorgänge einer jeden Körperzelle benötigt – der Ausdruck Wahres Qi ist dafür völlig gerechtfertigt!



⁷ C. Focks: «Leitfaden Chinesische Medizin», München: Urban & Fischer Verlag, 6. Auflage 2010, S.37

⁸ H. Montakab: «Chinesische Medizin heute», Bad Kötzing: Verlag systemische Medizin, 1. Auflage 2017, S.101

⁹ Wang J., J. Robertson: «Applied Channel Theory in Chinese Medicine», Taos NM: Eastland Press, 1. Auflage 2008, S.35



Physiologische Feuer im Körper

Der Kopf wird in der chinesischen Medizin als der Ort bezeichnet, an dem alles Yang des Körpers zusammentrifft. Ein Überschuss an Yang zeigt sich deswegen häufig als Beschwerdebild am Kopf. Woher kommt das Yang? Der Ursprung liegt in den Organen, die besonders viel Yang beherbergen. Das Yang hat in diesen Organen die Form von physiologischem Feuer. Jeremy Ross schreibt in seinem Buch «Akupunkturpunkt-Kombinationen»: «Das Element Feuer kann stellvertretend für den Geist, die universale Lebenskraft, die alle Gegenstände belebt, stehen.»¹⁰

Ich persönlich verstehe deswegen «physiologisches Feuer» als Sammelbegriff für alles, was die Abläufe im Körper stimuliert. Das sprachliche Bild des Feuers steht jedoch nicht nur für Vitalität, sondern hebt auch dessen Ambivalenz hervor. Solange es unter Kontrolle gehalten wird, spendet es lebenswichtige Wärme. Sobald es aber außer Kontrolle gerät, breitet es sich aus und wirkt zerstörerisch. Zuviel Yang trocknet die Körpersäfte aus und schädigt längerfristig das Yin. Deswegen ist die Kontrolle über das Feuer unabdingbar. Diese Aufgabe übernimmt das Wasser. Dessen konzentrierende, speichernde Energie kontrolliert die ausbreitende Natur des Feuers. Diese beiden extremen Gegensatzpaare Feuer und Wasser bilden somit eine spannungsreiche Balance.

Gern wird diese als «Feuer-Wasser-Achse» bezeichnet. Damit ist allerdings nicht die Achse eines Koordinatensystems gemeint. Es ist vielmehr eine Achse, die als Ausgangspunkt für eine größere Rotationsbewegung dient wie beispielsweise die Achse eines Rads (englisch: pivot). Dieses sprachliche Bild charakterisiert die Qi-Dynamik des Shao-Yin. Deren Funktionskreise Herz und Nieren sind Ausgangspunkt für die größte Bewegung im menschlichen Körper: dem Kreislauf.

Um die Gegensätzlichkeit von Feuer und Wasser in das Konzept der Feuer-Wasser-Achse einzubauen, bedient sich Dr. Wang Ju-Yi in seinem Buch «Applied Channel Theory in Chinese Medicine» des Bildes zweier Magnete, die durch gegensätzliche Polarität in Rotation gebracht werden¹¹. Ein Magnetrührer wäre demnach eine gute Versinnbildlichung dafür, wie Herz und Niere auf den Kreislauf wirken.



¹⁰ J. Ross: «Akupunktur-Punktombinationen – Der Schlüssel zum klinischen Erfolg», Uelzen: Med. Literarische Verlagsgesellschaft, 1. Auflage 1998

¹¹ Wang J., J. Robertson: «Applied Channel Theory in Chinese Medicine», Seattle: Eastland Press, 1. Auflage 2008, S.106



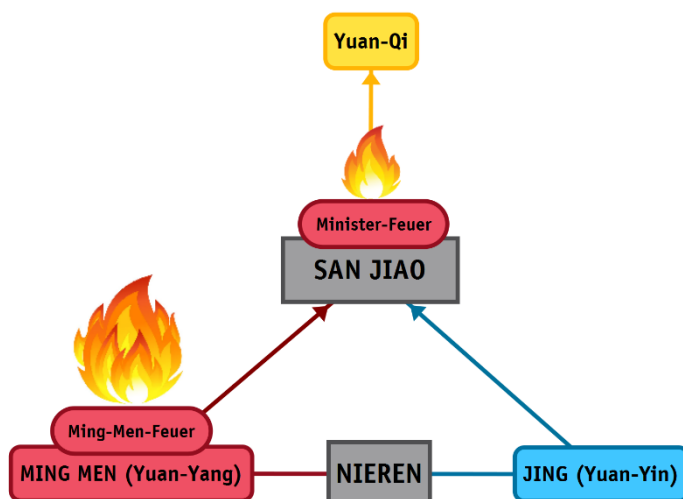
MING MEN, DAS TOR DER VITALITÄT

assoziierter Funktionskreis: Nieren

Die Nieren sind die Organe, welche als «Wurzel des Lebens» bezeichnet werden. Sie beherbergen das «vorgeburtliche Qi», das bei der Zeugung von den Eltern ans Kind weiter gegeben wird. Was friedlich klingt, unterliegt ebenso dem großen Spannungsfeld zwischen Feuer und Wasser. Einerseits gehören die Nieren zur Wandlungsphase Wasser und beherbergen den Wasser-Aspekt des vorgeburtlichen Qi, das Jing. Es ist die Triebkraft für Geburt, Wachstum und Fortpflanzung.

Andererseits beherbergen sie den Feuer-Aspekt des vorgeburtlichen Qi, das Tor der Vitalität, genannt «Ming Men». Es wirkt wie ein Stimulus auf alle Aktivitäten des Körpers. Das Ming Men ist das wichtigste physiologische Feuer im Körper und die Quelle des Feuers im ganzen Körper.¹² Ming Men und Jing bilden die beiden Pole der lokalen Feuer-Wasser-Achse der Niere. Um diese Dualität

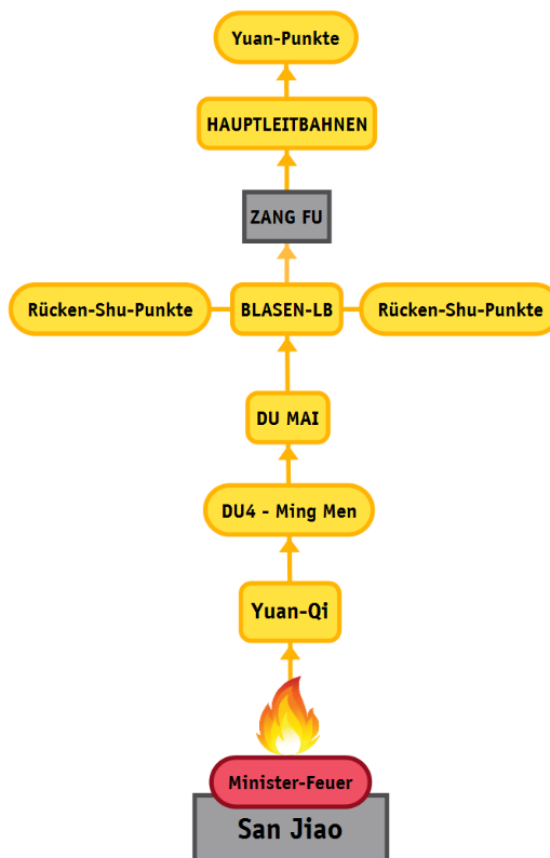
hervorzuheben, wird Ming Men auch als Yuán Yang, also Ursprungs-Yang bezeichnet. Jing als Gegenpart wird auch als Yuán Yin, also Ursprungs-Yin bezeichnet. Wir erinnern uns: wo sich Yin und Yang treffen entsteht Qi. So ist es auch beim Yuán Yin und Yuán Yang. Wo sie sich treffen, entsteht das Yuán Qi, das Ursprungs-Qi.



PHYSIOLOGISCHES MINISTER-FEUER IM SAN JIAO

assoziierter Funktionskreis: San Jiao

Das Feuer des Ming Men wird in manchen Quellen als Minister-Feuer bezeichnet, ja sogar als Synonym verwendet. Das Yuán-Qi geht daraus hervor und steigt über den San Jiao auf. Über DU4 (Ming Men) steigt es den Du Mai auf und verteilt sich dann parallel auf die Rücken-Shu-Punkte. Allerdings erfolgt die Verteilung laut Montakab¹¹ nicht gleichmäßig. Gemäß der angeborenen Konstitution eines Menschen erhalten manche Shu-Punkte mehr Energie als andere. Beispielsweise erhält eine Holz-Typ-Konstitution mehr Energie an BL18, dem Leber-Shu-Punkt und an BL19, dem Gallenblasen-Shu-Punkt. Danach erfolgt die Verteilung auf die Zang-Fu-Organen. Dort trifft das Yuán-Qi auf das nachgeburtliche Qi aus der Lunge (das Atem-Qi) und der Milz (Nahrungs-Qi) und vermischt sich mit ihnen zum wahren Qi (Zhen-Qi). Dabei hat es die Funktion eines Katalysators, der die Umwandlung erst ermöglicht. Das Yuán-Qi ist es, welches über die Yuán-Punkte auf jeder Leitbahn stimuliert werden kann. Deren Wichtigkeit ergibt sich aus dem engen Bezug zum Feuer des Ming Men. Der Zusammenhang zwischen Ming Men, San Jiao, Rücken-Shu-Punkten, Konstitution und Yuan-Punkten sollte bei einer Behandlung bedacht werden.



¹² H. Montakab: «Chinesische Medizin heute», Bad Kötzing: Verlag systemische Medizin, 1. Auflage 2017, S.67f



HERRSCHER-FEUER

assoziierter Funktionskreis: Herz

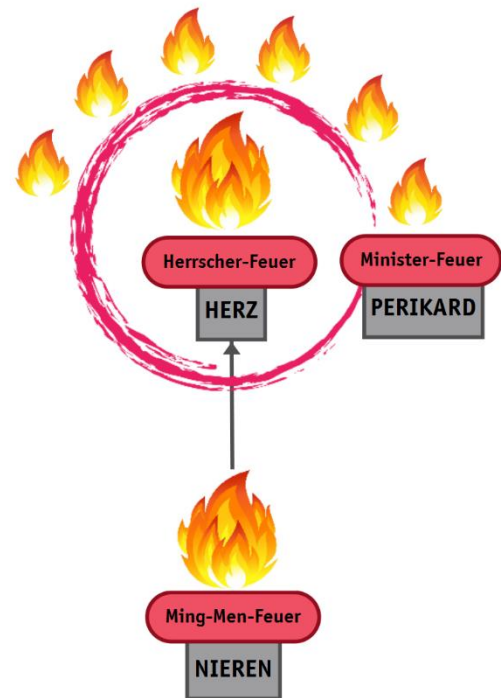
Das Herz ist der Sitz des Herrscher-Feuers oder Herz-Feuers. Das direkte Resultat des Herrscher-Feuers ist der Herzschlag. Doch auch an dieser Stelle ist der Stimulus des Ming Men nötig, damit das Herz regelmäßig schlägt. Nur durch das Zusammenspiel aus Herrscher-Feuer und Ming-Men-Minister-Feuer schickt das Herz die angemessene Menge an Blut und Wärme durch den Körper.

PHYSIOLOGISCHES MINISTER-FEUER IM PERIKARD

assoziierter Funktionskreis: Perikard

Der Herzschlag des Herrscher-Feuers erzeugt Hitze. Entsteht ein Überschuss an Hitze, wird diese vom Perikard aufgefangen – das Perikard dient sozusagen als «Hitzepuffer» und schützt das Herz auf diese Art vor Überhitzung. Diese physiologische Hitze im Perikard wird dann als Minister-Feuer bezeichnet.

Das Perikard als Puffer zum Schutz des Herzens ist allerdings noch weiter gefasst. «Wenn äußere pathogene Faktoren das Herz angreifen, so durchdringen sie stattdessen das Perikard.»¹³ Das Perikard agiert also wie ein Bodyguard und lenkt den pathogenen Faktor auf sich um. Ebenso verhält es sich mit dem, was ich als «innere pathogene Faktoren» bezeichnen möchte: übermäßige, schädigende Emotionen.¹⁴ Um diese Puffer- und Schutzfunktion zu erfüllen, braucht das Perikard viel Blut. Dieses bekommt sie von der Leber, die das Blut speichert. Dadurch wird verständlich, warum Leber und Perikard beide zum Jue Yin gehören und wie eng beide Funktionskreise tatsächlich zusammen arbeiten.



¹³ Ling Shu Jing: «Spiritual Axis. Das Zentrum des Wirkvermögens», Beijing: Peoples Health Publishing House 1981 S. 128

¹⁴ Wang J., J. Robertson: «Applied Channel Theory in Chinese Medicine», Seattle: Eastland Press, 1. Auflage 2008, S.157



Pathologisches Minister-Feuer: Leber-Feuer & aufsteigendes Leber-Yang

PATHOMECHANISMUS NACH WANDLUNGSPHASEN

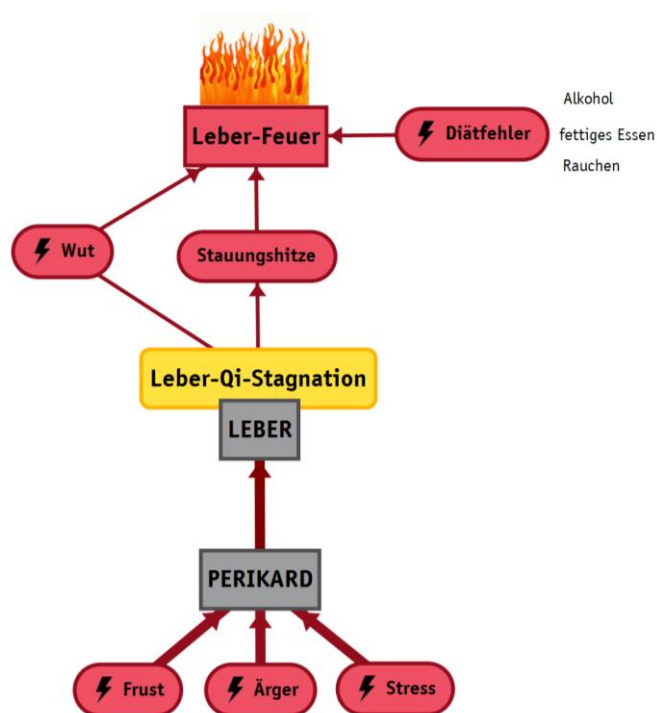
Bemerkenswert ist auch ein Blick auf die Theorie der 6 Schichten. Hier ist die Schicht Jue Yin und Shao Yang als Funktionskreise der Wandlungsphase Feuer (Perikard, San Jiao) mit einem Partner der Wandlungsphase Holz (Leber, Gallenblase) verbunden. Wenn Holz und Feuer nah beieinander sind, kann das Feuer schnell auf das Holz übergreifen. Das tritt vor allem dann auf, wenn das Wasser zu schwach ist. Es kann dann einerseits das Feuer nicht ausreichend kontrollieren und andererseits das Holz nicht ausreichend nähren. Das Holz wird «zu trocken» und fängt im auflodernden Feuer an, zu brennen.¹⁵

Leber-Feuer

PATHOMECHANISMUS NACH ZANG FU

Das Perikard beschützt das Herz, indem es Exzess abpuffert. Dieser Exzess kann, wie bereits erläutert, Hitze, äußere pathogene Faktoren oder schädliche Emotionen sein. Wenn das Perikard jedoch durch übermäßige Belastung an seine Grenzen kommt, lagert es das Zuviel an Exzess an sein Partnerorgan, die Leber, aus. Meine Annahme ist, dass Stress, Ärger und Frust auf diesem Weg erst zur Leber gelangen. Diese Attacke negativer Emotionen auf die Leber verursacht dort eine akute Leber-Qi-Stagnation mitsamt Stauungshitze. Die Stauungshitze wiederum dient als Zündfunken für pathologisches Leber-Feuer. Alternativ sucht sich das gestaute Leber-Qi einen anderen Weg. Es rebelliert in Form eines Wutanfalls und lodert ebenso als Leber-Feuer empor. Das Leber-Feuer bahnt sich seinen Weg entlang der Leber- und Gallenblasen-Leitbahn Richtung Kopf. Es kommt zu einem Migräneanfall. Die Gallenblasenleitbahn ist häufig auch bei Leberfeuer betroffen, da sich der Überschuss an Leberfeuer auf die Gallenblase als Yang-Partner der Leber auswirken kann. So ist auch zu erklären, dass Punkte auf der Gallenblasenleitbahn bei Migräne verwendet werden.

Allgemein handelt es sich hier um ein Fülle-Muster aufgrund von einem Überschuss von Yang.



¹⁵ G. Maciocia: «Die Grundlagen der Chinesischen Medizin», Bad Kötzing: Verlag für ganzheitliche Medizin, 2. Auflage 1997, S.237



URSACHEN

LEBER-QI-STAGNATION

Dieses Leber-Muster zählt zu den häufigsten Krankheitsmustern schlechthin. Der moderne westliche Lebensstil mit seiner schnellen Lebensweise und dem ausgeprägten Individualismus bedeutet Stress für den Körper. Um jedoch zu verstehen, was Stress bedeutet, fängt man am besten beim Psychotonus – dem Grad der psychischen Anspannung – an. «Psychotonus bezeichnet den jeweiligen (von Moment zu Moment veränderbaren) mentalen Zustand eines Individuums im Gesamtzusammenhang seiner jeweiligen kognitiven, affektiven und körperlichen Verfassung.»¹⁶ Der Grad der Anspannung bzw. Entspannung lässt sich am besten auf einer Skala darstellen, der Psychotonusskala:

- 1 - absolute innere Ruhe
- 2 - Versunkenheit, Flow-Erleben
- 3 - beginnende Entspannung
- 4 - Alltagswachbewusstsein: willentliches Handeln ohne merklichen inneren Widerstand
- 5 - Anstrengung: Selbstbeherrschung
- 6 - akuter Konflikt: Entscheidungsdilemma, Ärger, Depression
- 7 - eskalierender akuter Konflikt: Panik, Black-Out

Stress fängt dort an, wo der innere Widerstand anfängt, zu wachsen. Es entsteht ein innerer Konflikt zwischen wollen und müssen. «Eigentlich müsste ich...» – so fangen die meisten Schilderungen stressgeplagter Patienten an. Die Gedanken kreisen endlos und erzeugen ein Gefühl der Ausweglosigkeit. In ihrem Buch «Gelassenheit durch Auflösung innerer Konflikte» nennt Dr. Wagner es das «Muss-Darf-nicht-Gefühl». Der Körper reagiert darauf mit einer Kaskade an Abläufen, die sich evolutionär für einen Kampf bzw. eine Flucht am besten bewährt haben («Fight-or-Flight»): die Aufmerksamkeit und Wahrnehmung engen sich ein, es entsteht der berühmte «Tunnelblick».

Die Energie des Körpers wird von der Verdauung und Reparatur abgezogen und an Herz, Atmung und Muskeln umgeleitet. Die Selbstwahrnehmung, darunter auch die Schmerzwahrnehmung und die Intensität der Gefühle werden ‚gedimmt‘. So geschieht es auch mit den Gefühlen des inneren Konflikts. Sie werden unterdrückt während der Konflikt ungelöst weiter brodelt. Das willentliche Handeln des Alltags findet jetzt mit merklichem inneren Widerstand statt. In diesem Zustand finden die meisten Menschen früher oder später heraus, dass jede weitere Stressreaktion diesen inneren Widerstand wieder erfolgreich herunter dimmt. Anstatt einen für sie unlösbaren Konflikt zu lösen, entscheiden sie sich deswegen (meist unbewusst) für einen höheren permanenten Psychotonus. Der Sprung von 4 auf 5 ist sogar gesellschaftlich angesehen. Der Sprung von 5 auf 6 allerdings zieht bereits gesundheitliche Probleme mit sich.

Begünstigt wird die Chronifizierung eines Stress-Zustands, wenn das Signal der Entwarnung («der Kampf ist vorüber») nicht erfolgt. Das passiert zum Beispiel, wenn Stress auslösende Ereignisse in dichter Abfolge auftreten. Meine Empfehlung ist deswegen, sich eine Sportart zu suchen, die entweder den Kampf (diverse Kampfsportarten, Tai Chi) oder die Flucht (Joggen, Gehen, Radfahren) simuliert. So wird durch eine Trainingseinheit das dringend benötigte Signal der Entwarnung an den Körper geschickt.

Aus Sicht der chinesischen Medizin verteilt die Leber das Qi nicht mehr frei und gleichmäßig. Das Leber-Qi wird eingeschnürt oder unterdrückt. Es kann nicht mehr frei fließen und es kommt zur Leber-Qi-Stagnation mit gradueller Zunahme von Hitze-Symptomen, die sich bis hin zu aufloderndem Leber-Feuer weiter entwickeln können.

Symptome, Ursachen, Komplikationen und Therapie von Leber-Qi-Stagnation habe ich am Ende dieses Kapitels in der Tabelle «Leber-Qi-Stagnation: Übersicht» zusammengefasst. Diese Tabelle ist eine Zusammenfassung aus fünf Büchern der chinesischen Medizin (Focks, Maciocia, Montakab, Wiseman, Ross – siehe Anhang). Die Symptome und Akupunkturpunkte, bei denen sich alle Autoren einig sind, habe ich fett hervorgehoben.

¹⁶ Angelika C. Wagner: «Gelassenheit durch Auflösung innerer Konflikte», Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer, 1. Auflage 2007, S.20



SYMPTOME

Leber-Feuer-Kopfschmerzen sind sehr intensiv pochend, klopfend oder hämmernd. Er wird beschrieben als meist einseitiger Schmerz an den Schläfen (San-Jiao-Hauptleitbahn), hinter den Augen (Leber-Hauptleitbahn, Gallenblasen-Hauptleitbahn) oder in der Scheitelregion (Leber-Hauptleitbahn). Damit stimmt er mit der schulmedizinischen Beschreibung des Migräne-Kopfschmerzes überein.

Ein weiteres Schlüsselsymptom des Krankheitsmusters ist ein Gemütszustand, nämlich die Reizbarkeit. Reizbarkeit bedeutet eine gestörte Emotionsregulation. Hier ist diese Reizbarkeit auf ein Übermaß an stressbedingter Qi-Stagnation zurück zu führen, die sich oft in Form von Wutanfällen Luft verschafft. Während eines Wutanfalls bemerken die Patienten oft einen bitteren Geschmack im Mund.

Hinzu kommen ein roter Kopf und rote Augen. Die Patienten klagen über Schlafstörungen und unruhige, intensive Träume. Der Puls ist schnell und gespannt und die Zunge rot mit einem gelben Belag. Aus eigener Erfahrung kann ich noch berichten, dass die Patienten oft mit lauter Stimme reden, ohne dass es ihnen bewusst ist.

Weitere Symptome sind davon abhängig, welchen Weg sich das Leber Feuer bahnt. Erreicht es beispielsweise auch die Ohren, entsteht oftmals ein plötzlicher hochfrequenter Tinnitus, oder sogar ein Hörsturz. Geht es mehr ins Blut, kann es zu Nasenbluten, Hautausschlägen oder bei den Frauen zu Hypermenorrhö kommen. Da das Yang sich nicht komplett ins Yin zurückziehen kann, weil zu viel Yang da ist, entstehen Schlafstörungen. Außerdem wird Leber-Feuer oft von allgemeinen Hitzezeichen wie Durst, Obstipation und wenig dunkelgelbem Urin begleitet.

Symptome, Ursachen, Komplikationen und Therapie von Leber-Feuer habe ich am Ende dieses Kapitels in der Tabelle «Leber-Feuer: Übersicht» zusammengefasst. Diese Tabelle ist eine Zusammenfassung aus fünf Büchern der chinesischen Medizin (Focks, Maciocia, Montakab, Wiseman, Ross – siehe Anhang). Die Symptome und Akupunkturpunkte, bei denen sich alle Autoren einig sind, habe ich fett hervorgehoben und möchte sie an dieser Stelle nochmal als Schlüsselsymptome aufzählen.

Schlüsselsymptome sind:

- **intensive Migräne-Kopfschmerzen**
- **Reizbarkeit mit Wutanfällen**
- **rotes Gesicht, rote Augen, bitterer Geschmack im Mund**
- **Schlafstörungen**
- **rote Zunge mit gelbem Belag**

KOMPLIKATIONEN

HERZ-FEUER

Hier greift das Leber-Feuer auf das Herz über und äußert sich in Symptomen wie Palpitationen, roten Mund- bzw. Zungengeschwüren und einer intensiven psychischen Rastlosigkeit. Die Schlafstörungen sind noch gravierender. Der bittere Mundgeschmack tritt bei Herz-Feuer vor allem nach einer schlaflosen Nacht am nächsten Morgen aus.

LEBER-FEUER VERLETZT DIE LUNGE

Wenn die Lunge bereits einen Lunge-Qi-Mangel oder einen Lungen-Yin-Mangel hat wird sie anfälliger für aufloderndes Leber-Feuer. Das auflodernde Leber-Feuer verletzt die Lungengefäße und löst eine intensive Hustenattacke mit gelblichem oder blutigem Auswurf aus. Begleitet wird die Attacke von brennenden Brust- oder Flankenschmerzen und eingeschränkter Atemfunktion.

LODERNDES MAGEN-FEUER

Leber-Feuer wird oft von Diätfehlern wie einem Übermaß an scharfem, fettigem Essen weiter geschürt. Eine übermäßige Belastung durch Stress führt außerdem oftmals zu einem Erhöhten Konsum an Nikotin bzw. Alkohol. Alle diese Dinge besitzen ein Übermaß an Hitze. Ist der Magen durch das Syndrom «Leber attackiert den Magen» vorgeschädigt, entwickelt sich oft ein Magen-Feuer. Die Symptome sind ein ständiges Hungergefühl, brennende Schmerzen im Oberbauch, saurer Reflux und Mundgeruch sind die Hauptsymptome. Die Kopfschmerzen verlagern sich bei Magen-Feuer in den Stirnbereich.



THERAPIE

Bei der Therapie sind sich alle fünf Autoren (Focks, Maciocia, Montakab, Wiseman und Ross) in nur einem Akupunkturpunkt einig:

LE2 ist der Hauptpunkt für Leber-Feuer. Der Punkt wird drainierend genadelt.

Alle anderen Punkte sollten ebenfalls drainierend genadelt werden. Es werden weiterhin vorgeschlagen:

- LE3, Extrapunkt Taiyang, GB20, GB34



Leber-Feuer: Übersicht

	Focks¹ S.999	Maciocia² S.232	Montakab³ S.283	Wiseman⁴ S.377	Ross⁵ S.272
KOPFSCHMERZEN	stark, intensiv pochende Kopfschmerzen und –druck	Kopfschmerzen	starke Kopfschmerzen	Kopfschmerzen	Kopfschmerzen
LOKALISATION	meist temporal, in Scheitel oder Augenregion	temporal	Schläfen, Augen, Scheitel		
WEITERE SYMPTOME					
<i>lokales Feuer</i>	brennender Schmerz in Rippengegend und Hypochondrium			brennender Schmerz in Rippengegend und Hypochondrium	
<i>Feuer erreicht Gemüt</i>	ausgeprägte Unruhe Wutausbrüche	Reizbarkeit Neigung zu Zornausbrüchen	Reizbarkeit explosiver Zorn	Reizbarkeit ausgeprägte Unruhe Wutausbrüche	Reizbarkeit Wut, Groll Ungeduld
<i>Feuer erreicht Kopf</i>	Gesichtsrötung (ganzes Gesicht) ausgeprägter Schwindel Hitzgefühl im Kopf	rotes Gesicht Schwindelgefühl	rotes Gesicht Steifer Nacken	rotes Gesicht Schwindelgefühl	
<i>Feuer & Gallenblasen Qi erreichen Mund</i>	bitterem Mundgeschmack (den ganzen Tag) Mundtrockenheit	bitterer Mundgeschmack (den ganzen Tag)	bitterer Mundgeschmack Trockenheit von Kehle und Mund	bitterer Mundgeschmack Mundtrockenheit	
<i>Feuer erreicht Ohren</i>	Tinnitus (plötzlicher Beginn, hochfrequent) akute Schwerhörigkeit Hörsturz oder Taubheit	Tinnitus Schwerhörigkeit		Tinnitus Taubheit	
<i>Feuer erreicht Augen</i>	Augenrötung Konjunktivitis Augenflimmern	rote Augen	rote Augen verschommenes Sehen	rote Augen	
<i>Blut-Hitze</i>	evtl. Blutungen Hypermenorrhö Hämatemesis, Hämoptysis Nasenbluten	Epistaxis (Nasenbluten) Hämatemesis (Bluterbrechen) Hämoptysis (Bluthusten)		selten externe Blutungen	Menorrhagie Hautausschläge
<i>allg. Hitzezeichen</i>	Obstipation wenig dunkelgelber Urin	Durst Obstipation mit trockenem Stuhl dunkelgelber Harn		Obstipation rötlicher Urin	
<i>zu viel Yang kann nicht in Yin zurück ziehen</i>	Schlaflosigkeit unruhige Träume	durch Träume gestörter Schlaf	Schlafstörungen Alpträume	Schlafstörungen unruhige Träume	



ZUNGE	rot, tiefrot v.a. an den Rändern Ränder oft über gesamte Länge geschwollen gelegt. nur rote Punkte an seitlich schmaler Linie gelber, trockener Belag	roter Zungenkörper an den Rändern gerötet gelber, trockener Belag	rot stärker gerötete Ränder gelber, trockener Belag	rot gelber Belag	
PULS	schnell, saitenförmig evtl. voll, überflutend	voll, saitenförmig, schnell	schnell, saitenförmig	schnell, saitenförmig	

URSACHEN	chron. LE-Qi-Stagnation → Hitze Diätfehler: fettiges Essen, Alkohol, Tabak → Hitze in Leber und Gallenblase Stress	chron. Zorn, Groll, unterdrückter Ärger, Frust → Qi-Stagnation → Implosion mit Hitze Diätfehler: Alkohol, gebratenes Essen v.a. Fleisch (Lamm, Rind)		LE-Qi-Stagnation wg. unterdrückten Feuchte-Hitze-Pathogenen Diätfehler: zu viel Süßes und Fettiges, zu viel wärmende tonisierende Medikamente	
KOMPLIKATIONEN	Herz-Feuer (v.a. bei Stress)				Übergreif auf Herz, Magen, Lunge

THERAPIE	LE2- klärt LE-Feuer LE3- besänftigt Leber, bew. LE-Qi Taiyang beseitigt LE-Feuer GB20- besänftigt LE-Yang, LE-Feuer und Hitze im Kopf GB34- reguliert Leber und Gallenblase, besänftigt LE-Yang und LE-Wind GB13- beruhigt Geist, besänftigt LE-Yang BL2- klärt lokale Hitze, beruhigt Geist GB41- löst LE-Qi-Stau in Augenregion NI1- bei Scheitelkopfschmerz + Lokalpunkte	LE2- Hauptpunkt LE-Feuer LE3- beruhigt Leber Taiyang- beseitigt LE-Feuer, Schläfenkopfschmerz GB20- beseitigt LE-Feuer, unterdrückt aufst. LE-Qi, Augen-Probleme, Kopfschmerzen GB13- unterdrückt aufst. LE-Yang, beruhigt Geist		LE2- LE3- GB34- SJ6- GB43-	LE2- Taiyang Blüten lassen PE8- DU20- NI1- LE1 Blüten lassen PE9 Blüten lassen Yintang Blüten lassen
-----------------	--	---	--	---	--

1 C. Focks: «Leitfaden Chinesische Medizin», München: Urban & Fischer Verlag, 6. Auflage 2010

2 G. Maciocia: «Die Grundlagen der Chinesischen Medizin», Bad Kötzing: Verlag für ganzheitliche Medizin, 2. Auflage 1997

3 H. Montakab: «Chinesische Medizin heute», Bad Kötzing: Verlag systemische Medizin, 1. Auflage 2017

4 N. Wiseman, F. Yè: «A Practical Dictionary of Chinese Medicine», Seattle: Paradigm Publications, 3. Auflage 2014

5 J. Ross: «Akupunktur-Punktkombinationen – Der Schlüssel zum klinischen Erfolg», Uelzen: Medizinisch Literarische Verlagsgesellschaft, 1. Auflage 1998



Leber-Qi-Stagnation: Übersicht

	Focks¹ S.996	Maciocia² S.229	Montakab³ S.283	Wiseman⁴ S.130	Ross⁵ S.277
SYMPTOME	alles Symptome schlechter bei Stress			Epilepsie	
	Depression Reizbarkeit plötzliche Emotionsausbrüche Frustrationsgefühle	Depression, Melancholie Launenhaftigkeit rasche Stimmungswechsel einerseits unglücklich, andererseits wie aufgezogen	Depression Reizbarkeit Stimmungsschwankungen	Depression Reizbarkeit Ärger Unruhe	Depression
<i>Leitbahn: OE</i>	Globusgefühl Schluckbeschwerden	Kloßgefühl in der Kehle Schluckschwierigkeiten	Pflaumenkerngefühl	Globusgefühl Struma	
<i>Leitbahn: ME = lokal</i>	Spannung im Hypochondrium Knoten entlang LE-LB	schmerzhaftes Spannungsgefühl unterhalb des Rippenbogens	gespanntes Hypochondrium	Spannungsgefühl und Schmerz im Hypochondrium Akkumulationen unter den Rippen (wg. Blut-Stase) Gelbsucht	
<i>+Chong Mai-Stagnation</i>	unregelmässige Menstruation PMS: Brustspannung PMS Dysmenorrhö	unregelmäßige Menstruation PMS: Brustspannung Dysmenorrhö	unregelmäßige Menstruation PMS: Brustspannung PMS: Anspannung	unregelmäßige Menstruation PMS: Brustspannung	unregelmäßige Menstruation PMS: Brustspannung Mastitis Unterbauchschmerzen Dysmenorrhö
<i>+HE-Qi-Stagnation</i>	Spannung im Thorax Patient redet viel und aufgebracht	schmerzhaftes Spannungsgefühl im Thorax	Brustdruck Thorax Blockade	Thoraxenge	Schmerzen oder Unbehagen im Thorax Trauer
<i>+LU-Qi-Stagnation</i>	häufiges Seufzen	Seufzen	Seufzen	Seufzen	Seufzen behinderte Atmung
<i>+attackiert MI, MA, DI</i>	Appetitmangel Übelkeit, Erbrechen Schluckauf, Aufstoßen, Reflux Verdauungsstörungen Meteorismus Diarrhö	Übelkeit, Erbrechen Schmerz/Pulsation im Epigastrium schlechter Appetit Schluckauf, Aufstoßen, Reflux Borborygmen Diarrhö	gespanntes Epigastrium	Spannungsgefühl und Schmerz im Epigastrium	Spannung und Schmerzen im Abdomen und Epigastrium Übelkeit Verstopfung



ZUNGE	normal oder etwas blaviolett dünner, weißer Belag bei Hitze rote Zungenränder, die aufgerollt sind	normal	rötliche Ränder	normal	
PULS	saitenförmig v.a. links	saitenförmig v.a. links	saitenförmig (links, Mitte)	saitenförmig	gespannt, gehemmt

URSACHEN	Unterdrückung von Emotionen wie Zorn, Ärger und Wut	unterdrückter Frust, Zorn, Groll		Frustration → Depression, Wut Invasion von Feuchter-Hitze Blutmangel: unzureichende Versorgung der Leber	
KOMPLIKATIONEN	Leber attackiert Milz und Magen chron. LE-Qi-Stag → LE-Blut-Stase Stauungshitze → LE-Feuer	Leber attackiert Milz und Magen LE-Blut-Stase		LE-Feuer	

THERAPIE	<p>LE3- stärkt Leber, LE-Qi-Stau in LB +GB34- Qi-Fluss PE6- LE-Qi-Stau Thorax, entspannt SJ6- LE-Qi-Stau Körperseite</p> <p>LE14- LE-Qi-Stau im Hypochondr.</p> <p>+DI4- bewegt Qi & Blut überall LE13- stärkt Milz MI6- stärkt Milz</p> <p>GB41- prämenstr. Brustspannungen MA18- Brustspannungen MI8- Dysmenorrhö DI4- Dysmenorrhö MI4- Verdauungsprobleme DI4- bewegt Qi im DI, MA DI10- bewegt Qi im DI, MA</p>	<p>LE3- LE-Qi-Stau, wirkt auf Hals GB34- LE-Qi-Stau im Hypochondr. PE6- LE-Qi-Stau wg. Emotionen SJ6- LE-Qi-Stau Körperseite</p> <p>LE14- Leber attackiert Magen</p> <p>LE13- Leber attackiert Milz</p>		<p>LE3 GB34 PE6 SJ6</p> <p>LE13 MA36 BL18 LE2</p> <p>HE7, DU26 +Depression RM17 +Thoraxenge LE14, GB40, SJ5 +Spannung unter Rippenbögen RM17, LE14 +Brustspannung LE5, LE6, GB32 +Spannung im Epigastrium RM17, PE5, RM22 +Globusgefühl</p>	<p>+HE-Qi-Stagnation LE3, PE6, RM6, RM17, RM22 +HE-Blut-Stase LE3, LE14, PE8, PE1, RM17, MI6 +LU-Qi-Stagnation LE3-, LE14-, RM15-, RM17-, LU1-, LU7- +Brusterkrankung LE3, LE14, RM17, PE1, PE8, lokal +attackiert MI, MA, DI LE3-, GB34-, SJ6-, RM6-, GB28- nur rechts +Stagnation in Leber und Gallenblase LE3, GB21, GB34, MI6, Yintang +Qi- und Blut-Stagnation im UE LE3-, MI6-, DI4-, RM3-, Zigong-</p>
-----------------	--	--	--	--	---

1 C. Focks: «Leitfaden Chinesische Medizin», München: Urban & Fischer Verlag, 6. Auflage 2010

2 G. Maciocia: «Die Grundlagen der Chinesischen Medizin», Bad Kötzing: Verlag für ganzheitliche Medizin, 2. Auflage 1997

3 H. Montakab: «Chinesische Medizin heute», Bad Kötzing: Verlag systemische Medizin, 1. Auflage 2017

4 N. Wiseman, F. Yè: «A Practical Dictionary of Chinese Medicine», Seattle: Paradigm Publications, 3. Auflage 2014

5 J. Ross: «Akupunktur-Punktombinationen – Der Schlüssel zum klinischen Erfolg», Uelzen: Medizinisch Literarische Verlagsgesellschaft, 1. Auflage 1998

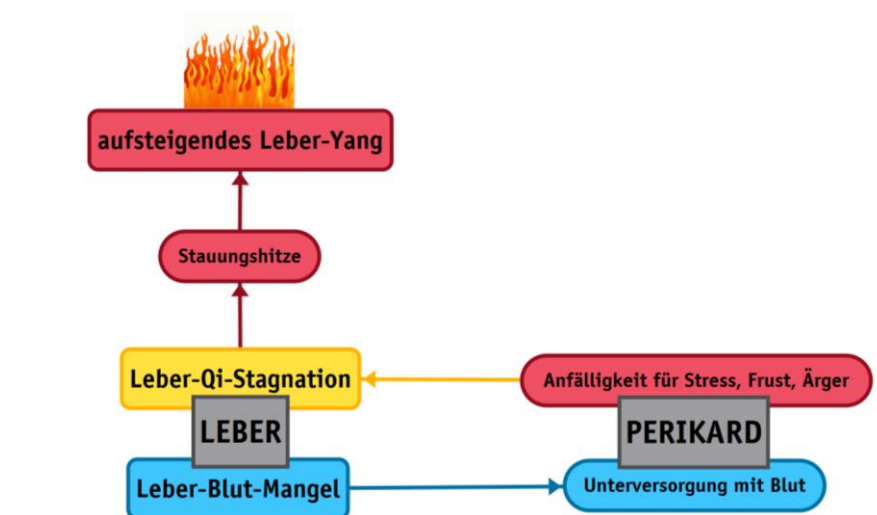


Aufsteigendes Leber-Yang

PATHOMECHANISMUS NACH ZANG FU

Bei aufsteigendem Leber-Yang ist die Leber in ihrer Substanz geschwächt. Sie wird unzureichend mit Blut und damit mit Nährstoffen versorgt. Es entsteht ein Leber-Blut-Mangel. Wird der Leber-Blut-Mangel chronisch, kann er sich zu einem Leber-Yin-Mangel entwickeln. Einen chronischen Blutmangel empfindet eine Person oft als «Dünnhäutigkeit». Das ist, weil das Perikard ebenso in Mitleidenschaft gezogen wird. Seine Pufferfunktion ist stark vom Leber-Blut abhängig und diese ist bei Leber-Blut-Mangel ebenso vermindert. Die Person fühlt sich anfälliger für Stress und den damit verbundenen negativen Emotionen wie Ärger oder Frust. Durch die erhöhte Sensibilität kann das Leber-Qi nicht frei fließen und es kommt zu einer Leber-Qi-Stagnation. Dabei bildet sich auch hier eine lokale Stauungshitze, die das ohnehin geschwächte Leber-Blut übermäßig verbraucht, so dass die Kontrolle des Yin (Blut) über das Yang (Leber-Qi plus Stauungs-Hitze) immer weniger wird. Sobald sie ganz wegfällt, rebelliert das Leber-Qi und erzwingt sich zusammen mit der Stauungshitze als aufsteigendes Leber-Yang seinen Weg entlang der Leberleitbahn- und seiner Yang-Partner-Leitbahn Gallenblase Richtung Kopf. Es kommt zu einem Migräneanfall.

Allgemein handelt es sich hier um ein Fülle-Leere-Muster aufgrund von einem Überschuss von Yang und einen Mangel von Yin.



URSACHEN

LEBER-BLUT-MANGEL & MILZ-QI/YANG-MANGEL

Die Leber speichert lediglich das Blut. Meist ist es nicht eine Störung in der Speicherfunktion der Leber, sondern ein Mangel an Blut, der zu einem Leber-Blut-Mangel führt. Dieser Blutmangel ist oft ein Blut-**Bildungs**-Mangel und durch eine Schwäche der Milz und/oder durch Diätfehler wie vegetarische oder vegane Ernährung bedingt. Des Weiteren kann er aufgrund von übermäßiger körperlicher Belastung oder erhöhtem Blutverlust wie zum Beispiel bei einer Geburt entstehen. Oftmals fängt ein Blut-Bildungs-Mangel am Anfang der Blutbildungskette an und «hangelt sich dann durch». Das heißt, er fängt mit Milz-Qi-Mangel an und vergesellschaftet sich dann mit einem Herz-Blut-Mangel. Erst später kommt der Leber-Blut-Mangel hinzu. Bleibt der Leber-Blut-Mangel lange Zeit bestehen, kann er sich zu einem Leber-Yin-Mangel steigern. Meine Erklärung dazu ist, dass eine permanente Unterversorgung der Leber dazu führt, dass Leberzellen nicht mehr so schnell nachgebildet werden können und deswegen immer weniger werden.



LEBER-BLUT-MANGEL & NIEREN-YIN-MANGEL

Leber und Niere haben eine gemeinsame Wurzel, so dass sich Leber-Schwäche und Nieren-Schwäche gegenseitig bedingen. So kommt es häufig zu einem kombinierten Muster aus Leber-Blut-Mangel & Nieren-Yin-Mangel. Die mangelnde Kontrolle des Nieren-Yin äußert sich in hyperaktivem Minister-Feuer, welches über den San Joao in die Gallenblase gelangt und von dort zum aufsteigenden Leber-Yang beiträgt. Meine Vermutung ist, dass je stärker die Gallenblase und ihre Leitbahn mit involviert sind, desto größer die Nieren-Yin-Schwäche am Pathomechanismus beteiligt ist.

Symptome, Ursachen, Komplikationen und Therapie von Blut-Mangel habe ich am Ende dieses Kapitels in der Tabelle «Leber-Blut-Mangel: Übersicht» zusammengefasst. Diese Tabelle ist eine Zusammenfassung aus fünf Büchern der chinesischen Medizin (Focks, Maciocia, Montakab, Wiseman, Ross – siehe Anhang). Die Symptome und Akupunkturpunkte, bei denen sich alle Autoren einig sind, habe ich fett hervorgehoben.

SYMPTOME

Der Kopfschmerz bei aufsteigendem Leber-Yang ist nicht so intensiv wie bei Leber-Feuer. Er wird beschrieben als meist einseitiger Schmerz an den Schläfen (San-Jiao-Hauptleitbahn), hinter den Augen (Leber-Hauptleitbahn, Gallenblasen-Hauptleitbahn) oder in der Scheitelregion (Leber-Hauptleitbahn). Damit stimmt er ebenso mit der schulmedizinischen Beschreibung des Migräne-Kopfschmerzes überein.

Ein weiteres Schlüsselsymptom des Krankheitsmusters ist ein Gemütszustand, nämlich die Reizbarkeit. Reizbarkeit bedeutet eine gestörte Emotionsregulation. Hier ist diese Reizbarkeit auf ein «schwaches Nervenkostüm» oder «Dünnhäutigkeit» zurück zu führen, welche durch den Blut- bzw. Yin-Mangel entsteht. Äußere Reize sorgen für eine übermäßige Anspannung, was sich auch im Puls niederschlägt.

Weitere Symptome sind davon abhängig, welchen Weg sich das aufsteigende Leber-Yang bahnt. Sobald es den Kopf erreicht entsteht ein Schwindelgefühl. Erreicht es die Ohren, entsteht oftmals ein plötzlicher hochfrequenter Tinnitus. Da das Yang sich nicht komplett ins Yin zurückziehen kann, weil zu wenig Yin da ist, entstehen Schlafstörungen.

Im Gegensatz zu Leber-Feuer wird aufsteigendes Leber-Yang **nicht** von allgemeinen Hitzezeichen wie Durst, Obstipation und wenig dunkelgelbem Urin begleitet.

Symptome, Ursachen, Komplikationen und Therapie von aufsteigendem Leber-Yang habe ich am Ende dieses Kapitels in der Tabelle «aufsteigendes Leber-Yang: Übersicht» zusammengefasst. Diese Tabelle ist eine Zusammenfassung aus fünf Büchern der chinesischen Medizin (Focks, Maciocia, Montakab, Wiseman, Ross – siehe Anhang). Die Symptome und Akupunkturpunkte, bei denen sich alle Autoren einig sind, habe ich fett hervorgehoben.

Schlüsselsymptome von aufsteigendem Leber-Yang sind:

- **Migräne-Kopfschmerz**
- **Reizbarkeit**
- **Schwindel**
- **Schlafstörungen**
- **Tinnitus**



KOMPLIKATIONEN

LEBER-WIND

Überall, wo ein Yin-Mangel herrscht, entsteht im Körper eine Leere. Wenn der Körper ein Objekt wäre, so hätte es an dieser Stelle ein Loch. Da der Körper jedoch kein Objekt ist, muss die Leere aufgefüllt werden. Womit? Es ist in der Regel der sogenannte «innere Wind» – nicht zu verwechseln mit äußerem Wind, der einer der pathogenen Faktoren ist.

Bei chronischem Leber-Blut-Mangel bzw. Leber-Yin-Mangel herrscht Leere in den Blutgefäßen. Deren «auffüllen» mit Wind führt zu Symptomen wie Tremor oder Taubheit der Extremitäten. Aufsteigendes Leber-Yang und Leber-Feuer können ebenso zur Entstehung von Leber-Wind führen. Die lokale Stauungshitze verbraucht wertvolles Yin und Blut. An deren Stelle treten Wind-Symptome. In diesem Fall sind das Schwindel, Bewußtseinsverlust, Krämpfe, Sprachstörungen oder Hemiplegie. Wer bei den Symptomen für Leber-Wind an einen Schlaganfall denkt, liegt richtig. Wenn innerer Leber-Wind zusammen mit Schleim auftritt, kann es zu einem Apoplex kommen.

Und tatsächlich – auch schulmedizinisch haben Migränepatienten ein um 41 Prozent höheres Risiko für einen Schlaganfall als die Allgemeinbevölkerung.¹⁷ Die gleiche Studie zeigt ebenso, dass Migränepatienten ein 16% erhöhtes Risiko haben, an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung zu erkranken. Meiner Meinung nach ist das ein weiterer Hinweis auf das enge Zusammenspiel der Funktionskreise Leber und Perikard bei Migräne.

THERAPIE

Bei der Therapie sind sich alle fünf Autoren (Focks, Maciocia, Montakab, Wiseman und Ross) in nur vier Akupunkturpunkten einig:

LE3 ist der Hauptpunkt für aufsteigendes Leber-Yang. Der Punkt wird drainierend genadelt.

GB20 unterdrückt lokal das aufsteigende Leber-Yang. Der Punkt wird drainierend genadelt.

Taiyang unterdrückt lokal das aufsteigende Leber-Yang. Der Punkt wird drainierend genadelt.

MI6 nährt das Yin und das Blut und behandelt den Blut-Mangel. Außerdem stärkt er die Milz und reguliert Leber und Niere. Der Punkt wird tonisierend genadelt.

Weitere Punkte Punkte werden vorgeschlagen:

GB43 und GB6,8,9 bei einseitigen Kopfschmerzen entlang der Gallenblasen-Leitbahn. Die Punkte werden drainierend genadelt.

NI3 um das Nieren-Yin zu nähren. Dieser Punkt wird tonisierend genadelt.

¹⁷ T. Kurth et al.: «Migraine and risk of cardiovascular disease in women: prospective cohort study», Washington: US National Library of Medicine, May 2016



Aufsteigendes Leber-Yang: Übersicht

	Focks¹ S.1000	Maciocia² S.237	Montakab³ S.283	Wiseman⁴ S.10f	Ross⁵ S.280
KOPFSCHMERZ	pulsierender Spannungskopfschmerz zyklusabhängige Migräne bei Frauen	Kopfschmerz	Kopfschmerz	Kopfschmerz Druck im Kopf	Migräne
LOKALISATION	meist seitlich und einseitig oder um GB14 in Augen- und Scheitelregion	an den Schläfen, in den Augen oder lateral am Kopf	Schläfen, Augen, Scheitel		

WEITERE SYMPTOME					
<i>LE-Yang erreicht Gemüt</i>	Reizbarkeit Neigung zu Wutausbrüchen innere Unruhe	Reizbarkeit, fühlt sich «zum Zerplatzen» schreit aus Wut	Reizbarkeit Zorn	Reizbarkeit Bewusstseinsverlust (selten)	emotionale Hypersensibilität
<i>LE-Yang erreicht Kopf</i>	Schwindel	Schwindelgefühl	Schwindelgefühl steifer Nacken (Wind)	Schwindel Hitze-Flushs und Hitze im Gesicht Schwerer Kopf, leichte Füße	Schwindel
<i>LE-Yang erreicht Mund</i>	Mund- und Rachentrockenheit	trockener Mund und Hals	Trockenheit von Kehle und Mund	trockener Mund und Kehle	
<i>zu viel Yang kann nicht in Yin zurück ziehen</i>	Schlafstörungen mit vielen Träumen	Schlafstörungen	Schlafstörungen	Schlafstörungen , viele Träume	
<i>LE-Yang erreicht Ohren</i>	Tinnitus (oft akut einsetzend) Schwerhörigkeit (oft akut einsetzend)	Tinnitus Schwerhörigkeit	Tinnitus	Tinnitus	Tinnitus
<i>LE-Yang erreicht Augen</i>	trockene, gerötete Augen + Augenerkrankungen				Photophobie

ZUNGE	rot, bes. Ränder Ränder rot & geschw. trocken, dünner oder fehlender Belag	ZF: rot, bes. Ränder	ZF: rot (bei ↓Yin) oder blass (bei ↓Blut), rötliche Ränder	ZF: rot	
PULS	saitenförmig, schnell, evtl. dünn	saitenförmig	saitenförmig	saitenförmig oder fein	gespannt, leer, veränderlich, dünn

1 C. Focks: «Leitfaden Chinesische Medizin», München: Urban & Fischer Verlag, 6. Auflage 2010

2 G. Maciocia: «Die Grundlagen der Chinesischen Medizin», Bad Kötzing: Verlag für ganzheitliche Medizin, 2. Auflage 1997

3 H. Montakab: «Chinesische Medizin heute», Bad Kötzing: Verlag systemische Medizin, 1. Auflage 2017

4 N. Wiseman, F. Yè: «A Practical Dictionary of Chinese Medicine», Seattle: Paradigm Publications, 3. Auflage 2014

5 J. Ross: «Akupunktur-Punktombinationen – Der Schlüssel zum klinischen Erfolg», Uelzen: Medizinisch Literarische Verlagsgesellschaft, 1. Auflage 1998



ÄTIOLOGIE	LE-Qi-Stau → Flussbehinderung des warmen Yang-Qi → lokale Stauungshitze → verbraucht Blut im Inneren → hyperaktives Yang steigt nach oben auf, weil Yin nicht kontrollieren kann	Wasser ist schwach und kann das Holz nicht nähren Holz wird trocken und steigt auf Leber-Yin in Leere, Leber-Yang in Fülle		Ungleichgewicht zw. LE-Yin und LE-Yang, LE-NI-Yin kontrolliert LE-Yang nicht mehr und es steigt auf	
URSACHEN	emotionale Probleme, chron. Wut & Frust oder chron. Depressivität LE-Qi-Stau ↓LE-Blut / ↓LE-Yin ↓LE-Yin + ↓NI-Yin (Alter) ↓Yin + ↓Jing (chron. Alkohol)	emotionale Probleme, v.a. Wut ↓LE-Blut / ↓LE-Yin ↓NI-Yin ↓NI-Yang		Depression, Ärger und Angst beeinträchtigen Qi-Fluss → gestautes Qi verwandelt sich in Feuer → schädigt Yin-Blut → Yin kann Yang nicht halten/kontrollieren	
KOMPLIKATIONEN				kann erzeugen: -Wind -rebell. Qi und rebell. Blut +Schleim verstopft → Apoplex	

THERAPIE	<p>LE3- aufst. LE-Yang LE2- aufst. LE-Yang GB43- aufst. LE-Yang, KS, Tinnitus</p> <p>GB34- aufst. LE-Yang SJ5- aufst. LE-Yang, KS auf GB-LB GB38- chron. therapieresist. KS DI4- Kopfschmerz</p> <p>MI6+ NI-Yin, Schlafst. LE8+ LE-Yin & LE-Blut NI3+ NI-Yin</p> <p>GB20- KS Taiyang aufst. LE-Yang, Kopfschmerz GB6,8,9- seitlich DU20- Scheitel BL2- hinter Augen</p>	<p>LE3- unterdrückt LE-Yang GB43- unterdrückt LE-Yang, GB-KS</p> <p>SJ5- aufst. LE-Yang, GB-KS GB38- chron. therapieresist. KS</p> <p>MI6+ nährt NI-Yin LE8+ stärkt LE-Yin NI3+ nährt NI-Yin</p> <p>GB20 unterdrückt LE-Yang, lok. Taiyang aufst. LE-Yang, Kopfschmerz GB6,8,9 lokal seit.</p>		<p>LE3- LE2- GB43-</p> <p>DI4- Kopfschmerz</p> <p>MI6+</p> <p>BL18+ BL23+</p> <p>GB20 +Schwindel Taiyang aufst. LE-Yang, Kopfschmerz</p>	<p>LE3- LE2-</p> <p>GB34- aufst. LE-Yang GB14- aufst. LE-Yang</p> <p>GB41, SJ5 Dai Mai LE1 bluten lassen MI6 RM4 NI3</p> <p>GB20- Taiyang</p> <p>DU20-</p> <p>GB1-, GB14-, GB21-</p>
-----------------	---	---	--	--	---



Leber-Blut-Mangel: Übersicht

	Focks ¹ S.994	Maciocia ² S.236	Montakab ³ S.283	Wiseman ⁴ S.373	Ross ⁵ S.280
SYMPTOME					
<i>Schlaf</i>	Schlafstörungen chron. Müdigkeit	Schlafstörungen	traumgestörter Schlaf	Schlafstörungen viele Träume	Schlaflosigkeit Müdigkeit
<i>Verfassung</i>	Vergesslichkeit		Gedächtnisschwäche		Gedächtnisstörungen
<i>Augen</i>	verschwommenes Sehen trockene Augen Nachtblindheit	unscharfes Sehen Mouches volantes	verschwommenes Sehen verminderte Nachtsicht	unscharfes Sehen	Sehstörungen
<i>Kopf</i>	Schwindel mattblasse Gesichtsfarbe blasse Lippen	Schwindelgefühl stumpf-blasser Teint blasse Lippen	Schwindelgefühl blasses Gesicht	Schwindel	Schwindel Kopfschmerzen
<i>Extremitäten</i>	Muskelschwäche Sehnenverkürzungen Spasmen, Zittern, Parästhesien	Taubheitsgefühl der Extremitäten Muskelschwäche Muskelkrämpfe	Taubheitsgefühl Krämpfe	verkürzte Sehnen	Muskelschwäche
<i>Haut, Haare, Nägel</i>	stumpfe, blasse, brüchige Nägel trockene Haut & Haare	trockene, brüchige Nägel	trockenes Haar Haarausfall brüchige Nägel	glanzlose Fingernägel	
<i>Menstruation</i>	unregelmäßige, spärliche Mens	Hypomenorrhö Amenorrhö	Hypomenorrhö Amenorrhö	Hypomenorrhö Amenorrhö	Hypomenorrhö Amenorrhö
<i>etc.</i>	Anorexie milder, dumpfer Schmerz im Hypochondrium		Tinnitus Unruhe Depression, Gefühl der Beneblung		Anämie

ZUNGE	blass v.a. Ränder, schwergradige Fälle: orange Belag dünn, trocken, wenig	blass v.a. Ränder, in extremen Fällen: orange Belag trocken	blass, trocken oder an den Rändern orange		
PULS	dünn, rau, saitenförmig	rau, dünn	fein oder rau		dünn und rau, evt. gespannt, unregelmässig oder leer

1 C. Focks: «Leitfaden Chinesische Medizin», München: Urban & Fischer Verlag, 6. Auflage 2010

2 G. Maciocia: «Die Grundlagen der Chinesischen Medizin», Bad Kötzing: Verlag für ganzheitliche Medizin, 2. Auflage 1997

3 H. Montakab: «Chinesische Medizin heute», Bad Kötzing: Verlag systemische Medizin, 1. Auflage 2017

4 N. Wiseman, F. Yè: «A Practical Dictionary of Chinese Medicine», Seattle: Paradigm Publications, 3. Auflage 2014

5 J. Ross: «Akupunktur-Punktkombinationen – Der Schlüssel zum klinischen Erfolg», Uelzen: Medizinisch Literarische Verlagsgesellschaft, 1. Auflage 1998



Patientenfall

Die 42jährige Patientin unterrichtete das Fach Sport für gehörlose Kinder. Sie selbst hatte keine Kinder und lebte ohne Partner. Sie war von normaler Statur und ihr Erscheinungsbild war harmonisch und gepflegt. Sie besaß eine aufmerksame, freundliche und überlegte Art. Ich hatte den Eindruck, dass sie ihr gesamtes Herzblut in ihre Arbeit mit den Kindern legte. Diese Arbeit forderte jedoch mehr Energie als ihr Körper zur Verfügung stellen konnte. Verhaltensauffällige Kinder und desinteressierte Eltern sorgten bei ihr beruflich für besonders viel Anstrengung. Sie bekam ihre erste Schulklasse und trug die Verantwortung zum ersten Mal. Ihre positive Ausstrahlung wurde deswegen von einer tiefen Erschöpfung überlagert.

MIGRÄNE-KOPFSCHMERZEN

Die Patientin litt an starkem Migränekopfschmerz mit Aura. Der Schmerz wurde als pochend hinter dem rechten Auge beschrieben. Häufig begann eine Migräneattacke mit Verspannungen im Nacken, die bis zum rechten Auge zogen. Die Aura äußerte sich in Form von verschwommenem Sehen und Lichtempfindlichkeit. Weitere Begleitsymptome waren Übelkeit mit gelegentlichem Erbrechen, des weiteren Schwindelgefühl. Die Migräneattacke hielt 1-2 Tage an, konnte in seltenen Fällen jedoch bis zu 4 Tage lang dauern. Die Häufigkeit der Migräneattacken war am Anfang der Behandlung ca. 1x pro Monat. Angefangen hatte die Migräne vor ca. 20 Jahren während des Studiums. Getriggert wurde die Migräne durch Stress bzw. histaminhaltige Lebensmittel wie Rotwein. Die Kopfschmerzen waren nicht zyklusunabhängig.

Analyse: Stressbedingte Migräne ist ein sicheres Zeichen für eine unterliegende Leber-Qi-Stagnation. Wichtig ist hier, dass die Migräne erst nach der Pubertät eingesetzt hat. Das ist ein Hinweis auf Leber-Blut-Mangel. (Vor der Pubertät wäre das ein Hinweis auf Nieren-Jing-Mangel). Der Verlauf der Spannungsschmerzen vom Nacken bis zum rechten Auge entspricht dem Verlauf der Gallenblasen-Leitbahn. Die Begleitsymptome Übelkeit/Erbrechen sind ein Hinweis auf eine unterliegende Schwäche der Milz. Ursache davon kann eine Leber-Qi-Stagnation sein, die Milz und Magen angreift. Die Aura mit den Sehstörungen ist ein weiterer Hinweis auf Leber-Blut-Mangel.

Zang-Fu-Muster: Leber-Blut-Mangel, Leber-Qi-Stagnation, Milz-Qi-Schwäche, Leber greift Milz und Magen an
Leitbahn: Gallenblase

ESSEN & TRINKEN / STUHL & URIN

Seit dem 13. Lebensjahr ernährte sich die Patientin vegetarisch mit viel Obst und Gemüse (Rohkost). Milchprodukte nahm sie nur selten zu sich. Auf Kohlehydrate reagierte ihr Körper mit Blähungen und Bauchschmerzen. Auf ihrer Arbeit als Lehrerin aß sie in den Pausen schnell und hastig. Oft fühlte sie sich nach dem Essen müde, besonders im Winter. Sie bekam Heißhunger auf Süßes, besonders Kuchen. Der Stuhlgang war regelmäßig, eher hart, selten weich. Das Durstgefühl war nicht vorhanden, obwohl sie pro Tag relativ wenig – koffeinfreien Kaffee und Schwarztee - trank. Dafür musste sie vor häufig Wasser lassen, nachts stand sie bis zu 3x deswegen auf.

Analyse: In unserer Kultur gilt Rohkost zwar als gesunde Ernährung, ist jedoch aus Sicht der chinesischen Medizin sowohl thermisch als auch energetisch kühl. Dies beansprucht das Verdauungsfeuer übermäßig und resultiert langfristig in einer Milz-Qi-Schwäche. Schnelles Essen unter Stress schränkt die Funktion von Milz und Magen zusätzlich ein. Das Resultat sind Nahrungsstagnation im Magen (Blähungen und Bauchschmerzen) und Milz-Qi-Mangel, der sich in Form von Müdigkeit und Heißhunger äußert – beides Anzeichen dafür, dass dem Verdauungsprozess nicht genügend Energie zur Verfügung steht. Typisch wäre außerdem weicher Stuhl, der bei dieser Patientin aber eher selten auftritt.

Was die vegetarische Ernährung betrifft, sollte man sich bewusst sein, dass Fleisch ein wichtiger Eisenlieferant ist. Wenn dieses Eisen nicht irgendwie substituiert wird, kann es zur Eisenmangelanämie führen. Tatsächlich wurde bei einem darauffolgenden Bluttest ein leichter Eisenmangel attestiert.

Ein vermindertes Durstgefühl tritt häufig bei Milz-Qi-Mangel auf. Der Funktionskreis Milz ist für den Transport von Feuchtigkeit zuständig. Bei verminderter Leistung der Milz passiert das nicht und es ist im Körper generell zu viel Feuchtigkeit vorhanden. Lust auf warme Getränke ist ein Hinweis darauf, dass der Milz-Qi-Mangel zu einem Milz-Yang-Mangel avanciert. Zusätzliche Kältezeichen wie kalte Hände und Füße bis zu den Knöcheln und nicht «nur» kalte Finger und Zehen wären dann zu finden. Das war nur im Winter der Fall. Der häufige Harndrang vor allem nachts war ein Zeichen dafür, dass das Nieren-Qi nicht fest war.

Zang-Fu-Muster: Milz-Qi-Mangel mit Tendenz zu Milz-Yang-Mangel, Nieren-Qi-Mangel



SCHLAF, SCHWITZEN, TEMPERATUREMPFINDEN

Der Schlaf war oberflächlich und die Patientin wachte verfrüht gegen 4 Uhr morgens ohne Erholung auf. Das Aufstehen viel ihr trotzdem relativ leicht, denn die Müdigkeit trat erst besonders gegen Mittag auf. Die Patientin kam schon bei leichter Belastung schnell in Schwitzen.

Tags fror sie schnell, vor allem an Händen und an der Nase. Ab und zu konnte sie jedoch gleichzeitig Hitzewallungen haben. Abends ging sie mit Socken und dicker Decke ins Bett. Nachts dagegen schwitzte sie stark (Nachtschweiß). Weitere Erschöpfungssymptome wie körperliche und geistige Müdigkeit, Gesichtsrötlichkeit und eine Neigung zu Erkältungen konnte die Patientin bestätigen.

Analyse: Bei Durchschlafstörungen kommen sowohl Leber-Qi-Stagnation als auch eine Kombination aus Milz-Qi-Mangel und Herz-Blut-Mangel in Frage. Weitere Symptome eines Herz-Blut-Mangels wie Palpitationen, Angstzustände, Schreckhaftigkeit oder Vergesslichkeit hatte sie jedoch nicht. Allerdings hatte ihre Zunge eine Mulde an der Zungenspitze – nur in der Zunge fand sich ein Hinweis auf Herz-Blut-Mangel. Die Aufwachzeit dagegen war nach der Organuhr die Zeit der Lunge.

Das Schwitzen bei leichter Belastung war ein Hinweis auf allgemeinen Qi-Mangel oder einen Lungen-Qi-Mangel. Der Nachtschweiß war ein Alarmzeichen für einen Yin-Mangel. Ebenso waren die Hitzewallungen ein Zeichen für einen Verlust an Yang. Die weiteren Erschöpfungssymptome sind sichere Zeichen für einen Lungen-Qi-Mangel.

Zang-Fu-Muster: Leber-Qi-Stagnation, Lungen-Qi-Mangel

weitere Muster: Yin-Mangel

MENSTRUATION

Die Patientin hatte lange Jahre starke Blutungen und Beschwerden bis bei ihr ein Uterusmyom entdeckt und entfernt wurde. Seitdem war die Menstruation nur von einem leichten Ziehen im Bauch begleitet. Der Zyklus war unauffällig, das Blut war jedoch spärlich und klumpig. Gelegentlich trat mit der Menstruation Übelkeit und Erbrechen auf.

Analyse: Myome entstehen durch eine Kombination aus Qi- und Blut-Stase, Schleim und Hitze. Das Übermaß an Feuchtigkeit durch Milz-Qi-Mangel traf auf die Stagnationshitze der Leber-Qi-Stagnation und verdickte sich dadurch zu Schleim. Außerdem führte die Leber-Qi-Stagnation zu einer Blut-Stase im unteren Erwärmer, so dass sich dort der Schleim in Form eines Myoms ablagern konnte. Das Myom wurde schließlich zwar entfernt, aber die Ursache wurde nicht behoben. Die Menstruation zeigt, dass die Beschwerden auftreten, wenn Blut mit Hilfe vom freien Leber-Qi-Fluss und der Absenkungsfunktion des Lungen-Qi abwärts nach unten bewegt werden muss. Bei Leber-Qi-Stagnation und Lungen-Qi-Mangel kommt es zu Beschwerden. Die Spärlichkeit des Blutes ist ein Hinweis auf Leber-Blut-Mangel, die Klumpen ein Hinweis auf Blut-Stase. Da die Beschwerden jedoch nicht in der Blutbildungsphase, der postmenstruellen Phase auftreten, ist hier der Leber-Blut-Mangel weniger präsent als vielmehr die Leber-Qi-Stagnation. Die Übelkeit/Erbrechen sind ein Zeichen dafür, dass sich das stagnierende Leber-Qi Platz verschafft, indem es Magen und Milz attackiert.

Zang-Fu-Muster: Leber-Qi-Stagnation, Leber-Blut-Mangel, Milz-Qi-Mangel,

Pathogene: Tendenz zu Feuchtigkeit im unteren Erwärmer

Qi, Blut & Körperflüssigkeiten: Blut-Stase im unteren Erwärmer



ZUNGE

Die Zunge war blass, zittrig und mit orangefarbenen Rändern. Sie war in der Mitte eher trocken und an den Rändern nass. Ausserdem besaß sie viele kleine horizontale Risse im Zentrum und Zahnmarken am Rand. Der Zungenbelag war generell vermindert, außer im Areal vom unteren Erwärmer. Dort war er Weiß und nass. Die Zungenspitze war rot und hatte eine Mulde. Die Unterzungenvenen waren symmetrisch gestaut.

Analyse: In der Zunge zeigte sich ein komplexes Bild. Wir finden hier Milz-Qi-Mangel (das Zittern, die Blässe, die Zahnmarken), chronischer Leber-Blut-Mangel (die orangefarbenen Ränder) und einen Magen-Yin-Mangel (die vielen kleinen horizontalen Risse, die Trockenheit im Magen-Areal und der verminderte Belag). Die Zungenspitze zeigte mit ihrer Rötung das Herz-Feuer an und mit ihrer Mulde den Herz-Blut-Mangel. Der nasse, weiße Belag im unteren Erwärmer war ein Zeichen für innere Feuchtigkeit oder Kälte und die gestauten Zungenvenen waren ein Zeichen für Blut-Stase.

Zang-Fu-Muster: Milz-Qi-Mangel, Leber-Blut-Mangel, Magen-Yin-Mangel, Herz-Blut-Mangel, Herz-Feuer

Pathogene: innere Kälte im unteren Erwärmer

Qi, Blut & Körperflüssigkeiten: Qi-Mangel, Blut-Stase

PULS

Der Puls war insgesamt leer und auf der gesamten rechten Seite (Lunge, Milz, Perikard) deutlich noch schwächer. Im Laufe der Behandlung stellte ich fest, dass der Puls an der Gallenblasen-Position vor und noch einige Zeit nach einer Migräneattacke voll war. In Ruhephasen dagegen war er an beiden mittleren Positionen gespannt. Dann war er auf der Nierenposition ebenso gespannt.

Analyse: Die Leere in der Milz- und Lungenposition waren ein weiterer Hinweis auf Milz-Qi-Mangel und Lungen-Qi-Mangel. Beides zusammen ergab einen Mangel an nachgeburtlichem Qi. Ein leerer Puls an der Perikard-Position zeugte von einer Unterversorgung des Perikards mit Blut. Ich persönlich interpretiere das mittlerweile als einen Hinweis auf Leber-Blut-Mangel. Den Leber-Blut-Mangel an der Leber-Position direkt zu ertasten, fällt mir schwer. Oft wird er vom Leber-Qi-Stau überlagert, was den Puls dann gespannt werden lässt. Der volle Puls an der Gallenblasen-Position zeigte die Fülle in der Leitbahn an. Es war das aufsteigende Leber-Yang, das sich in der Gallenblasen-Leitbahn befand. Der gespannte Puls an den mittleren Positionen dagegen war ein Hinweis auf eine Leber-Qi-Stagnation, die Milz und Magen attackierte. Weshalb die Nierenposition ebenso gespannt war, kann ich leider nicht eindeutig sagen. Die Patientin litt weder an Nierensteinen, noch an Blasenentzündung.

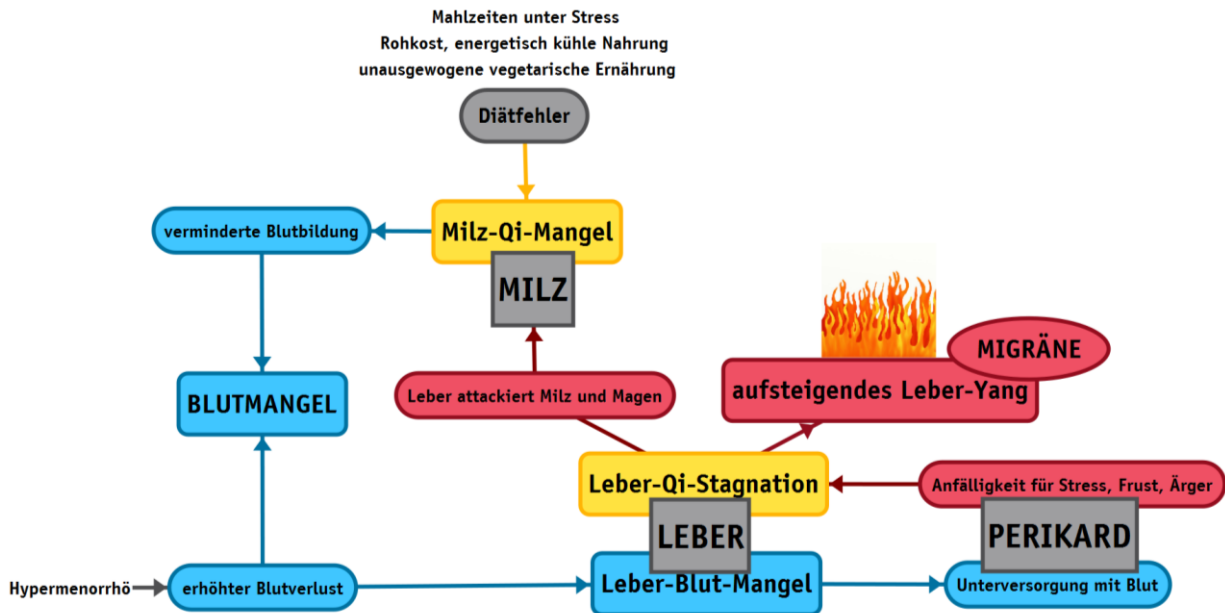
Zang-Fu-Muster: Milz-Qi-Mangel, Lungen-Qi-Mangel, Herz-Blut-Mangel, Leber-Blut-Mangel, Leber-Qi-Stagnation attackiert Milz und Magen

Pathogene: aufsteigendes Leber-Yang in der Gallenblasen-Leitbahn



DIAGNOSE

Jahrelange Diätfehler haben das Milz-Qi und Magen-Yin stark geschwächt: das Verdauungsfeuer läuft seitdem auf Sparflamme. Zusätzlich werden Milz und Magen bei Stress von der Leber angegriffen. Zur gleichen Zeit fand jahrelang ein übermäßiger Blutverlust durch Hypermenorrhö statt, der das Leber-Blut übermäßig verbraucht hat. Die geschwächte Milz konnte das Blut nicht ausreichend nachbilden und es kam zu einem generalisierten Blutmangel. Das Perikard wurde durch den Leber-Blut-Mangel nicht ausreichend mit Blut versorgt und konnte seine Pufferfunktion nicht ausreichend erfüllen – die Patientin wurde anfälliger für Stress, Frust und Ärger. Dies schnürte das Leber-Qi bei jeder Form von übermäßigem Stress ein, so dass das Leber-Qi stagnierte, rebellierte und sich andere Wege suchte. Ein Weg war die Attacke auf Milz und Magen, der andere Weg war aufsteigendes Leber-Yang in Form von Migräne. Über die Verbindung der Leber zu den Augen traten in diesem Zusammenhang Sehstörungen und Lichtempfindlichkeit auf.



Da Blut und Qi sich gegenseitig bedingen, zog der generalisierte Blutmangel auch einen generalisierten Qi-Mangel mit sich. Ich bin mir relativ sicher, dass Lungen-Qi-Mangel und Nieren-Qi-Mangel eine Folge davon sind. Ebenso ist die Feuchtigkeit im unteren Erwärmer und die Tendenz zur Blutstase eine Folge vom Qi-Mangel. Hauptaugenmerk ist deswegen auf den Milz-Qi-Mangel und die Leber-Qi-Stagnation zu richten, damit die Blutbildung wieder erfolgen kann.

THERAPIE

Bei dieser Patientin musste vor allem das Blut genährt werden: die Milz als Blutbildungsorgan musste gestärkt und das Magen-Yin genährt werden. Die Leber musste besänftigt werden, damit sie nicht mehr Milz und Magen angriff. (Ich ging allerdings davon aus, dass die Leber besänftigt wäre, sobald sie ausreichend mit Blut genährt würde.) Das Leber-Qi musste bewegt werden. Die Behandlungen erfolgten zweiwöchentlich.

(r) = rechts (l) = links keine Angabe = beidseitig gestochen

BEHANDLUNG NR.1 (2.5.18)

PUNKTE: DI4 + LE3, SJ5, MI6, LE8, NI3

Yintang, Bitong, MA3, LU7 (zusätzliche Punkte aufgrund einer Sinusitis nach einem grippalen Infekt)

Erklärung

DI4 + LE3

Die berühmten «Vier Tore» bewegen sowohl Qi als auch Blut. Ein guter Behandlungsauftritt, um das Qi zum Fließen zu bringen. Außerdem ist LE3 der Hauptpunkt für aufsteigendes Leber-Yang.

SJ5

Der Luo-Punkt besitzt eine Verbindung nicht nur zum Perikard, sondern auch zu seinem Shao-Yang-Partner, der Gallenblase. Aufgrund seines regulierenden Charakters unterdrückt er aufsteigendes Leber-Yang und wird er häufig bei Migräne im Schläfenbereich verwendet.

MI6

Der Punkt heißt «Treffpunkt der drei Yin» nährt Yin und Blut. Er wirkt vor allem im Bereich des unteren Erwärmers, wo er das Blut auch bewegt. In diesem Punkt treffen sich die drei Leitbahnen der Milz, Leber und Niere und gleichen sich energetisch aus. Dadurch wird die Milz tonisiert und kann Feuchtigkeit besser beseitigen. Die Leber wird reguliert und damit auch der Leber-Qi-Fluss. Der Einfluss des Punktes auf die Nieren-Leitbahn war in diesem Fall weniger wichtig.

LE8

Tonisierend genadelt zum Nähren vom Leber-Blut.

NI3

Zur Stärkung der Nieren und des Yuan-Qi.

YINTANG, BITONG, MA3 - Lokalpunkte

LU7 – entfernt äußere pathogene Faktoren durch Öffnen der Oberfläche (Poren)

SJ5 - schmerzlindernd im Bereich Kopf und Augen, entfernt äußere pathogene Faktoren, klärt Hitze



BEHANDLUNG NR.4 (6.6.18)

GUA SHA AM OBEREN RÜCKEN

PUNKTE: MI6, LE8, BL20 + BL23

BAXIE(r), SJ5(r) (zusätzliche Punkte aufgrund einer beruflichen Überlastung der Hand)

Erklärung

Gua Sha wurde wegen der starken Verspannung von Schulter und Nacken gemacht. Dieses Gefühl der Verspannung war bei der Patientin auch ein Vorbote der Migräneattacke.

MI6, LE8 siehe Behandlung Nr.1

BL20

Hauptpunkt zur Stärkung von Milz und Magen. Hier verwendet als Stimulation der Milz für die Blutbildung.

BL23

Zur Stärkung der Niere. Aufgrund der Funktion der Niere in der Blutbildung hier verwendet in Kombination mit BL20.

Ba Xie – Lokalpunkte

SJ5 siehe Behandlung Nr.1

BEHANDLUNG NR.7 (5.9.18)

PUNKTE: LE3, MI6, LE8 + NI10, DU20, RM12

(DI15 + DI7 + SJ14 + SJ7 + DÜ7)(r) + BAFENG(l) (Balance-Akupunktur aufgrund einer berufl. Überlastung der Hand)

Erklärung

LE3, MI6 siehe Behandlung Nr.1

LE8 + NI10

Hier in Kombination der He-Meer-Punkte zusammen mit LE8. Da beide Wasserpunkte sind, macht das NI10 zum Ben-Punkt und LE8 zum Tonisierungspunkt. Nach dem Sheng-Zyklus der Wandlungsphasen nährt die Mutter-Niere so die Kind-Leber. LE8 außerdem ganz normal zum Nähren des Leber-Bluts.

DU20

Hier in dem Sinn, dass es aufsteigendes Leber-Yang unterdrückt und den Geist beruhigt.

RM12

Der Hauptpunkt bei allen Magenproblemen wurde hier verwendet, weil der Patientin der Arbeitsstress (neue Schulklasse) auf den Magen schlug (Blähbauch).



BEHANDLUNG NR.8 (12.9.18)

PUNKTE: (GB13 + GB20 + GB21 + GB24 + GB38 + GB41)(R), RM4, RM12

(DI2 + DI3 + DI4 + DI11 + DI15)(r) (zusätzliche Punkte aufgrund einer beruflichen Überlastung der Hand)

Erklärung

(GB13 + GB20 + GB21 + GB24 + GB38 + GB41) (r)

Ausschlaggebend für die Leitbahnbehandlung war der charakteristische Puls an der linken Guan-Position: er war unter der Oberfläche sehr voll, ließ sich aber leicht wegdrücken. Es bestand also eine Fülle in der Gallenblasen-Leitbahn, aber eine Leere in der Leber-Leitbahn. Außerdem hatte die Patientin das Gefühl, kurz vor einer Migräne-Attacke zu stehen. Besonders wichtig war hier GB38 als Feuerpunkt bzw. Sedierungspunkt. Er ist ein wichtiger Fernpunkt bei Migräne und unterdrückt aufsteigendes Leber-Yang.

RM4

So wie MI6 ist RM4 ein Kreuzungspunkt der Leitbahnen von Milz, Leber und Niere. Daher ist er im Charakter ähnlich: er nährt Yin und Blut und reguliert den Uterus. Durch seine Nähe zum Ming Men ist er allerdings mächtiger in der Wirkung, denn er unterstützt das Yuan Qi.

RM12

Siehe Behandlung Nr.7

BEHANDLUNG NR.10 (26.9.18)

PUNKTE: DI4+LE3, SJ5, GB34, LE8, MI10, 8X HEISSE NADEL AUF RM6

Erklärung

DI4 + LE3, SJ5, LE8

siehe Behandlung Nr.1

GB34

Hier eingesetzt wegen der Leber-Qi-Stagnation, die die Patientin in Form von Spannung an den Rippenbögen fühlte.

MI10

Stärkt unter anderem das Blut. Aber eigentlich wären MI6 oder RM4 dafür geeigneter.

RM6

Zusammen mit GB34 bewegt er gestautes Qi im Abdomen und wirkt so schmerzlindernd. Hier wurde er allerdings eingesetzt, um das Qi der Patientin zu stärken. Sie fühlte sich an diesem Tag besonders erschöpft.



BEHANDLUNG NR. 14 (5.12.18)

SCHRÖPFMASSAGE SCHULTER-NACKEN

PUNKTE: BL13, BL17, BL18, BL19, BL20, HEISSE NADEL AUF BL23, MI6(R), HE7, GB34(L)

Erklärung

BL13

Der Zustimmungspunkt der Lunge wurde bei dieser Behandlung mit einbezogen, weil die Patientin ihre Stimme überlastet hatte.

BL17 + BL19

Die Kombination BL17 + BL19 ist bekannt als die «Vier Blumen» und stärkt Qi und Blut. BL17 ist der Hui-Punkt des Blutes. BL19 wird dazu genommen, weil er das Zwerchfell entspannt und somit dort stagnierendes Leber-Qi löst.

BL18 + BL20

Eine zweite Kombination zur Stärkung von Blut. Die Zustimmungspunkte von Leber (Blut speichern) und Milz (Blut bilden) werden tonisierend genadelt.

Heiße Nadel auf BL23

Der Zustimmungspunkt der Niere komplettiert die Kombination BL18 + BL20, da die Nieren ebenso an der Blutbildung beteiligt sind. Im Nachhinein betrachtet hätte ich die heißen Nadeln auf BL20 gesetzt, da der Milz-Qi-Mangel ausgeprägter ist als eine Nieren-Schwäche.

THERAPIEBEGLEITENDE MASSNAHMEN

Neben der Behandlung empfahl ich der Patientin Kraftsuppen. Die bestehen aus Qi- und Blut-stärkenden chinesischen Kräutern, die man einfach in die Hühner- bzw. Gemüsesuppe gibt. Diese nahm die Patientin gern in ihr Repertoire auf und bereitete sie regelmäßig zu. Außerdem achtete sie mehr darauf, eisenhaltige Nahrung wie rote Beete, Petersilie und Hülsenfrüchte zu sich zu nehmen. Als Migräne-Notfallpunkt zeigte ich ihr, wie man LE3 findet und drückt.

ERGEBNIS

Zum Zeitpunkt der Anamnese kamen die Migräneattacken einmal im Monat. Jetzt, nach ca. einem dreiviertel Jahr kommen sie nur noch alle drei Monate. Während der Kopfschmerz am Anfang bis zu vier Tage anhalten konnte, beträgt die Dauer jetzt lediglich 1-2 Tage. Der Blutaufbau geht langsam, aber stetig voran. Ich bin zuversichtlich, dass wir die Attacken noch weiter hinaus zögern und den Körper weiterhin in seiner Substanz stärken können.

Im Nachhinein würde ich würde ich PE6 mit ins Repertoire aufnehmen. «Nei Guan» – Innere Schranke – heißt er. Wie der Name sagt, entscheidet dieser Punkt, welche Emotion durchkommt und welche abgepuffert wird. In Kombination mit dem bereits verwendeten Punkt SJ5 «Wai Guan» - Äußere Schranke - stärke ich die dringend benötigte Widerstandskraft der Patientin gegenüber negativen Emotionen wie Ärger, Stress und Wut.



Bibliographie

- C. Focks: «Leitfaden Chinesische Medizin», München: Urban & Fischer Verlag, 6. Auflage 2010
- G. Maciocia: «Die Grundlagen der Chinesischen Medizin», Bad Kötzing: Verlag für ganzheitliche Medizin, 2. Auflage 1997
- H. Montakab: «Chinesische Medizin heute», Bad Kötzing: Verlag systemische Medizin, 1. Auflage 2017
- N. Wiseman, F. Yè: «A Practical Dictionary of Chinese Medicine», Seattle: Paradigm Publications, 3. Auflage 2014
- J. Ross: «Akupunktur-Punktkombinationen – Der Schlüssel zum klinischen Erfolg», Uelzen: Medizinisch Literarische Verlagsgesellschaft, 1. Auflage 1998
- Wang J., J. Robertson: «Applied Channel Theory in Chinese Medicine», Seattle: Eastland Press, 1. Auflage 2008
- Ling Shu Jing: «Spiritual Axis. Das Zentrum des Wirkvermögens», Beijing: Peoples Health Publishing House 1981
- Willibald Pschyrembel, Christoph Zink: «Pschyrembel klinisches Wörterbuch», München: deGruyter Verlag 1986
- Mayer, Siems: «100 Krankheitsbilder in der Physiotherapie», Heidelberg: Springer-Verlag 2011
- Angelika C. Wagner: «Gelassenheit durch Auflösung innerer Konflikte», Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer, 1. Auflage 2007
-
- Prof. Dr. med. Dr. phil. Stefan Evers: «Die Medizingeschichte der Migräne», Universitätsklinikum Münster, migräne magazin Heft 52

<https://www.netdokter.de/krankheiten/migraene/>

International Headache Society Classification ICHD-II, <http://www.ihs-klassifikation.de>

<https://de.wikipedia.org/wiki/Migräne>

<https://de.wikipedia.org/wiki/Spannungskopfschmerz>

<https://de.wikipedia.org/wiki/Cluster-Kopfschmerz>

