

## **GRUNDSÄTZE DER TRADITIONELLEN CHINESISCHEN MEDIZIN**

*„Die alten Chinesen zahlten ihren Ärzten regelmässig einen Betrag, solange sie gesund blieben. Wurden sie krank, so stellten sie die Zahlungen ein.“*

Westliche Schulmedizin und Traditionelle Chinesische Medizin beruhen auf einem grundsätzlich unterschiedlichen Ansatz oder Menschenbild. Bei der über 2500 Jahre alten chinesischen Medizin stehen die Gesamtheit von Körper, Geist und lebendigen Lebensabläufen im Mittelpunkt.

Wir fühlen uns gesund, wenn die Lebensenergie (bei den Chinesen nennt man sie Qi) ungehindert durch den ganzen Körper fliesst, d.h. alle Organe mit genügend – aber auch nicht zu viel - Energie versorgt werden.

Ein Ungleichgewicht im Energiefluss äussert sich in verschiedenen Erkrankungen, Krankheitsbildern oder Symptomen.

Die chinesische Medizin hat zum Ziel, mit verschiedenen Methoden das Gleichgewicht der Lebensenergien entweder sicherzustellen (Prophylaxe oder Vorbeugung), oder aber, bei Vorliegen eines Ungleichgewichtes (Erkrankung), wieder herzustellen.

Sind die Symptome eines Leidens oder einer Krankheit bekannt, so wird versucht festzustellen, wo im Körper ein Mangel oder ein Überschuss an Lebensenergie besteht und welches die Ursachen des Ungleichgewichtes sind. Mittels verschiedener Methoden wie Akupunktur oder Arzneimitteltherapie wird dann versucht, das gesunde Gleichgewicht an der Basis wieder herzustellen und damit die Heilung herbeizuführen.

Dies im Gegensatz zur Schulmedizin wo der Mensch aufgrund einzelner Messwerte, Laboranalysen, Daten und Fakten eher symptomatisch behandelt wird.

### **BEI WELCHEN ERKRANKUNGEN ODER SYMPTOMEN KANN TCM HELFEN ?**

Die Weltgesundheitsorganisation WHO hat eine Liste von Erkrankungen erstellt, bei denen die Traditionelle Chinesische Medizin TCM besonders geeignet ist:

#### **Erkrankungen des Bewegungsapparates**

- Tennisellbogen
- Schulter- und Armschmerzen
- Knie-, Hüft- und Rückenschmerzen
- Arthrosen
- Muskelschmerzen
- Rheumaschmerzen
- Hexenschuss, Ischias

#### **Erkrankungen der Atemwege**

- Husten, Bronchitis
- Heuschnupfen
- Erkältungen
- allergisches Asthma
- Schnarchen

### **Magen- Darmerkrankungen**

- Verstopfung und Durchfall
- Appetitmangel oder Heisshunger
- Reizdarm, Magenschleimhautentzündungen

### **Gynäkologie, Frauenheilkunde**

- Menstruationsbeschwerden, PMS
- Zyklusstörungen
- Kinderlosigkeit
- Beschwerden in der Menopause

### **Augenerkrankungen**

- Netzhautentzündungen
- Kurzsichtigkeit bei Kindern
- Bindehautentzündungen
- bestimmte Formen des grauen und grünen Stars
- Makuladegeneration (feucht und trocken)

### **Suchterkrankungen**

- Entwöhnung bei Suchterkrankungen

### **Urologische Erkrankungen**

- Blasenentzündungen
- Potenzprobleme

### **Hauterkrankungen**

- Ekzeme
- Neurodermitis
- Gürtelrose
- Akne

### **Tinnitus**

### **Neurologische, somatische und psychosomatische Erkrankungen**

- Schlafstörungen
- Erschöpfungszustände
- Migräne
- Kopfschmerzen, Cluster-Kopfschmerz
- Panikattacken
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Leichte bis mittlere Depressionen
- Stress-Symptome
- Atemnot
- Schleudertrauma
- POS-Kinder
- Restless Legs Syndrom
- Tics
- Epilepsie (unterstützende Therapie)
- Parkinson (unterstützende Therapie)
- MS – multiple Sklerose (unterstützende Therapie)

## **HEILVERFAHREN – WELCHE METHODEN UND APPLIKATIONEN WERDEN IN DER TCM EINGESETZT ?**

Ausgangspunkt einer jeder TCM-Behandlung ist ein ausführliches Gespräch ohne Zeitdruck bei dem die Beschwerden ermittelt und gemeinsam mit dem Patienten eine Behandlungsstrategie entwickelt wird.

Nebst den Informationen, die aus dem Gespräch stammen, fliessen in die Diagnose auch der körperliche Allgemeinzustand, der Puls sowie das Aussehen der Zunge des Patienten ein.

Die Traditionelle Chinesische Medizin unterscheidet über 30 verschiedene Pulsarten und das Aussehen der Zunge (Farbe, Beläge, Trockenheit usw.) gibt über Blut, Körperflüssigkeiten und den inneren Energiefluss (Qi) Auskunft.

Für die Behandlung stehen verschiedenste Methoden zur Verfügung:

**Akupunktur** Die wohl bekannteste Heilmethode besteht in der Reizung verschiedener Akupunkturpunkte mittels feinsten Nadeln (im Durchmesser bis zu 0.14 mm dünn, also um ein Vielfaches dünner als eine Stecknadel !). Durch die Nadel wird der Akupunkturpunkt gereizt und der harmonische Fluss wieder aktiviert. Da die Nadeln so dünn sind, verspürt man bei den allermeisten Akupunkturbehandlungen bei Einstich weniger als bei einer normalen Impfung.

**Moxa-Behandlung** Die Moxa-Behandlung ist eine Variation der Akupunktur, die auf der wärmende Wirkung beruht. Bei bestimmten Symptomen werden die Nadeln vor oder während der Anwendung mit brennenden zusammengepressten Kräutern („Moxa-Zigarren“) erwärmt.

**Phytotherapie (Kräuterheilkunde)** Wie in der westlichen Medizin verwenden auch die Chinesen in ihrer Medizin eine Vielzahl von Arzneimitteln, die aus pflanzlichen, mineralischen oder tierischen Substanzen bestehen bzw. speziell hergestellt werden.

**Tuina-Massage** Durch Massage, Schieben und Rücken von Haut und Muskeln und zum Teil durch kräftige Griffe werden verschiedene Punkte aktiviert und der Energiefluss wieder freigesetzt.

**Schröpfen** Eine nicht nur bei den Chinesischen, sondern früher auch in unseren Breitengraden bekannte Behandlungsmethode. Erwärmte Glaskugeln werden mit der Öffnung nach unten auf die Haut gesetzt. Die Wärme und der Unterdruck regen die Durchblutung an, was insbesondere bei der Behandlung von Entzündungen heilend wirkt.

### **Ernährungslehre nach den 5 Elementen**

Die Ernährung nach den 5 Elementen ist eine, ganzheitliche Ernährungslehre die auf klassischen Gesundheits- und Ernährungsempfehlungen aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und Diätetik beruht, welche mit sinnvollen neuzeitlichen Erkenntnissen verknüpft werden.

Ziel ist es, durch ausgewogene, auf die individuelle Konstitution, das Lebensalter und die Jahreszeit ausgerichtete Ernährung, die Harmonie im Körper zu erhalten oder - wenn diese gestört ist – wiederherzustellen.

Die 5 Elemente-Ernährung beruht auf einer ganzheitlichen, energetischen Sicht und dem diätetischen Wert der verschiedenen Lebensmittel:

- Temperaturverhalten (kalt, erfrischend, neutral, warm, heiss)
- Geschmack (sauer, bitter, süss, scharf, salzig)
- Element-Zugehörigkeit (Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser)
- Wirkrichtung (hebend, senkend, an der Oberfläche oder in der Tiefe wirksam)
- Qi-Gehalt

Diese Beschreibungen ermöglichen eine differenzierte Aussage über die Wirkung, die ein Nahrungsmittel in unserem Körper entfaltet. Es geht also weniger um den Gehalt an Vitaminen, Mineralien, Spurenelementen und Kalorien, wie das in der westlichen Ernährungswissenschaft der Fall ist, als viel mehr um die energetische Gesamtwirkung in unserem Organismus.

### ***KRANKENKASSEN***

Die Behandlungskosten der Traditionellen Chinesischen Medizin werden von den Krankenkassen grösstenteils übernommen, sofern eine Zusatzversicherung für alternative Heilmethoden abgeschlossen wurde.

### ***WEITERENTWICKLUNGEN DER TRADITIONELLEN CHINESISCHEN MEDIZIN***

Auch die TCM entwickelt sich aufgrund von Forschungen weiter:

**Lasertherapie** Anstelle von Nadeln werden Laserstrahlen eingesetzt, was insbesondere bei Kindern und schmerzempfindlichen Personen angenehmer ist. Darüber hinaus ermöglicht der Einsatz von Laser auch die Behandlung grösserer Flächen, wie zum Beispiel bei ausgedehnten Entzündungen, Hauterkrankungen (z.B. Prosiasis).

**Augenakupunktur** Die Bezeichnung Augenakupunktur bedeutet keineswegs die Verwendung von Akupunkturnadeln in den Augen, sondern Akupunktur für Augenleiden. Die Nadeln werden in anderen Körperteilen eingesetzt und können so zur Linderung oder Heilung von Augenleiden wie Makuladegeneneration, Bindehautentzündungen, grauem und grünem Star usw. beitragen. Neuartig an dieser von *B. Boel* entwickelten und Akupunktur 2000 genannten Methode ist, dass die Nadeln direkt über das Gehirn wirken und dort körpereigene Stoffe zur Schmerzlinderung und Selbstheilung freisetzen.

***Diese beiden neuen Applikationen Traditioneller Chinesischer Medizin werden in der Praxis von Brigitt Kamber auch angeboten***

## Die TCM Praxis von Brigitt Kamber

<b>Brigitt Kamber</b>	geb. 07. 09. 1956 Mutter von 2 erwachsenen Söhnen Sprachen: Deutsch, Italienisch, Französisch, English
1973	kaufmännische Ausbildung (Handelsdiplom in Zürich)
bis 1978	Hebammenschule in Zürich
1978	Umzug ins Tessin und Umschulung im landwirtschaftlichen Bereich
1982	
1983	Geburt der Kinder
bis 1994	Aufbau und Führung eines eigenen, im Anbau von Medizinalpflanzen und Kräutern spezialisierten Betriebes mit bis zu 10 Mitarbeitern
1994-96	Ausbildung in Trauer- und Krisenintervention
ab 1995	aus gesundheitlichen Gründen Umschulung auf Traditionelle Chinesische Medizin
ab 2000	Eigene Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin im Tessin
2004	Eröffnung einer 2. Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin in Luzern (Praxisgemeinschaft mit Jim Skoien)
seit 2007	Ausschliessliche Praxistätigkeit in Luzern

### TCM-Ausbildungen

- Dipl. Akupunkteurin SBO-TCM
- Dipl. Herbalistin SBO-TCM
- Ausbildung in Chinesischer Massage und Akupressur
- Ausbildung in Anatomie / Physiologie / Pathologie
- Ausbildung „Ernährungslehre nach den 5 Elementen“
- Ausbildung in Augenakupunktur
- Ausbildung in der Laserapplikation in der TCM

### TCM-Mitgliedschaften

- SBO-TCM Schweiz. Berufsorganisation für Traditionelle Chinesische Medizin  
A-Mitglied
- NVS Naturärztevereinigung der Schweiz gem. SPAK (Schulprüfungs- und Anerkennungskommission)  
A-Mitglied
- EMR Erfahrungs-Medizinisches-Register

***Ich freue mich darauf, Sie in meiner Praxis persönlich begrüßen zu dürfen. Für allgemeine Fragen zur Traditionellen Chinesischen Medizin stehe ich Ihnen auch gerne telefonisch zur Verfügung !***

*Brigitt Kamber*

Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin TCM  
Brigitt Kamber  
Sonnhaldenstrasse 34  
6032 Emmen

Mobil ++ 41 079 202 66 50

Tel ++ 41 041 310 11 09

Fax ++ 41 041 311 11 50

brigittkamber@freesurf.ch

praxis@brigittkamber.ch

[www.brigittkamber.ch](http://www.brigittkamber.ch)