



Naturheilpraxis Andrea Brockmann

Fachpraxis für Traditionelle Chinesische Medizin und Schmerztherapie

Qi Gong – und Tai Chi Kurse

Newsletter 03-2017 Myositis



Unter Myositis versteht man i.d.R. chronische Muskelentzündungen.

Die Ursache ist zumeist unbekannt, häufig handelt es sich um Autoimmungeschehen, die in vielen verschiedenen Formen auftreten können.

Konventionell werden die auftretenden Beschwerden mit Formen der Immunmodulation behandelt (Immunsuppressiva, Immunglobuline), moderater Bewegung und Physiotherapie.

In der Traditionellen Chinesischen Medizin wird es als eine Form des Bi-Syndroms beschrieben.

Unter Bi-Syndrom werden alle Erkrankungen (zumeist chronischer Natur) zusammengefasst, die mit einer Blockade oder Verstopfung der Leitbahnen und damit Schmerzen einhergehen.

Für die TCM gibt es nur einen Grund für Schmerzen: Energie und Blut können nicht fließen.

Die Gründe hierfür können vielfältig sein.

Zunächst können äußere Faktoren (Wind, Kälte, Hitze, Nässe, Trockenheit) auf die Leitbahnen einwirken (z.B. steifer Nacken bei Zugwind), aber auch innere Faktoren, die Emotionen können zu Stockungen im Energiefluss führen (z.B. Bauchschmerzen bei Prüfungsangst).

Diese Pathogene können umso leichter stören, je niedriger das Energieniveau ist.

Diese Unterbrechung des Energieflusses wirkt wie eine Staumauer in einem Fluss. Auf der einen Seite kommt keine Energie an, die dort angesiedelten Bereiche werden unterversorgt, auf der anderen Seite herrscht eine Überschwemmung.

Das dort ankommende Blut/Energie bzw. das Wasser benötigt dort immer mehr Raum (Schwellung und Funktionseinschränkung), wodurch der Druck in diesem Gebiet steigt. Dieser Druck erzeugt wiederum Wärme (Entzündung) und damit auch Schmerzen.

Wie kann die Traditionelle Chinesische Medizin hier helfen, zumal, wenn die Ursache ein Autoimmunprozess ist.

Genau wie bei anderen Erkrankungen des Rheumatischen Formenkreises gilt es die bestehende Schwäche, das heißt den Mangel an Energie und Blut, soweit wie möglich auszugleichen.

Hierzu steht wie immer die ganze Bandbreite der Therapiemöglichkeiten zur Auswahl.

Andrea Brockmann
Heilpraktikerin

Dolberger Str. 61
59229 Ahlen

02382/7043299

www.naturheilpraxisahlen.de

Naturheilpraxisbrockmann@t-online.de
Termine nach Vereinbarung



Naturheilpraxis Andrea Brockmann

Fachpraxis für Traditionelle Chinesische Medizin und Schmerztherapie

Qi Gong – und Tai Chi Kurse

Als erstes können Ungleichgewichte durch eine Optimierung der Ernährung angegangen werden. Hier werden grundlegende Prinzipien der chinesischen 5-Elemente-Ernährung dargelegt und angewandt. Für den Patienten bedeutet dies eine ausgewogene und schmackhafte Ernährung auf die man nicht mehr verzichten möchte.

Der nächste Baustein ist die Akupunktur. Hier kann der Schmerzzustand gezielt symptomatisch behandelt werden, aber auch Körperprozesse harmonisiert und die Energie- und Blutproduktion angeregt werden.

Die Kräutertherapie bietet dem Körper weitere Rohstoffe an, die zur Harmonisierung und Kräftigung beitragen. Die verwendeten Kräuter werden auf Schadstoffe geprüft und entweder als Tee (Instant) oder in Kapsel-/Tabletten eingenommen. Für Kinder gibt es auch Präparate in Tropfenform.

Als letzter großer Baustein ist noch die Bewegungs- und Atemtherapie zu nennen. Das Qi Gong bietet eine Vielzahl an verschiedenen Formen, denen eine sehr moderate, immer im Bereich der eigenen Möglichkeiten liegende Bewegung zugrunde liegt. Kombiniert mit einer tiefen, entspannten und auch entspannenden Atmung fördert dies das Wohlbefinden, den Energie- und Blutaufbau und die Aufrechterhaltung bzw. die Anregung des Energieflusses im Körper. Die Muskulatur wird sanft gekräftigt, die Gelenke mobilisiert und die Koordination verbessert.

Warum ist die Kräftigung des Organismus so wichtig?

Bei Allergien und somit auch bei Autoimmunerkrankungen behandelt der Körper harmlose Eiweiße wie ähnlich aussehende Krankheitserreger. Dies aus der Angst heraus, einen Erreger zu übersehen und dann nicht mehr in der Lage sein zu können ihn zu bekämpfen. Er schießt quasi mit Kanonen auf Spatzen.

Die Erfahrung hat gezeigt, dass diese Prozesse umso heftiger ausfallen je gestresster, schwächer der Organismus ist.

Um beim Bild des Flusses zu bleiben, ist der Wasserstand sehr niedrig reicht eine kleine Mauer um ihn zu unterbrechen. Steigt der Wasserpegel aber deutlich an, so wird die Mauer überflutet und der Fluss des Wassers wird kaum noch behindert.

Durch die Methoden der Traditionellen Chinesischen Medizin kann die Lebensqualität deutlich verbessert oder zumindest gehalten werden.

Die Symptomatik kann deutlich reduziert werden, eine vollständige Heilung ist aber auch hier nicht möglich.