

Wenn Körper und Seele aus dem Gleichgewicht geraten – Hilfe durch Akupunktur

Bei der Erforschung und Behandlung von Krankheiten macht die moderne Medizin immer mehr Fortschritte. Dennoch leiden viele Menschen unter Beschwerden, deren organische Ursache nicht erkennbar ist. Dazu gehören auch so genannte funktionelle Störungen, die sich oft als andauernde Erschöpfung, Schmerzen oder Verdauungs- und Bauchbeschwerden bemerkbar machen. Zusammenfassend nennt man diese Krankheitsbilder "Funktionelle somatische Syndrome" (FSS). Heute vermuten Forscher, dass sowohl seelische als auch körperliche Faktoren zu ihrer Entstehung beitragen.



Bildquelle: Fotolia/ K.C.

Spannungskopfschmerzen, Reizdarm, andauernde Schmerzen im Kiefergelenk, Müdigkeit und Schlafstörungen, Konzentrations- und Gedächtnisprobleme, Allergien – das sind nur einige der Symptome, die Betroffene und Ärzte immer wieder vor scheinbar unlösbare Rätsel stellen: Fast ein Viertel aller Patienten kommt mit solchen oder anderen Beschwerden zum Arzt, deren Ursache nicht auszumachen ist. Oft sind die Symptome nicht auf ein Organ beschränkt, sondern betreffen verschiedene Bereiche des Körpers in unterschiedlicher Weise. Die Lebensqualität der Betroffenen ist dadurch erheblich beeinträchtigt. Hinzu kommen nicht selten depressive Verstimmungen und Ängste. Die Behandlung solcher Krankheitsbilder gestaltet sich für den Arzt schwierig. Meist beschränkt sich die Therapie auf die Linderung einzelner Symptome und ist insgesamt wenig erfolgreich. Außerdem kann es passieren, dass sich der Patient nicht ernst genommen fühlt. Was folgt, ist eine Odyssee von Arzt zu Arzt und immer wieder andere Diagnosen.

Funktionelle Störungen sind keine Einbildung

Die Symptome und Krankheitsbilder, die beim "Funktionell somatischem Syndrom" auftreten, bilden sich die Patienten nicht ein. Die heutige Wissenschaft geht auch nicht mehr davon aus, dass es sich um rein psychische Störungen, wie z.B. Angststörungen handelt. Vielmehr deutet alles darauf hin, dass funktionelle Störungen nicht nur einen einzigen Grund, sondern mehrere verschiedene Ursachen haben. Die organübergreifenden

Krankheitsbilder entstehen dann, wenn psychische und körperliche Belastungen zusammenwirken und das Gleichgewicht im Organismus stören.

Stressfaktoren bringen das Nervensystem durcheinander

Aufwendige Modellsysteme sollen jetzt helfen, die Hintergründe funktioneller Störungen besser zu verstehen. Das so genannte Allostase-Konzept ist ein sehr nützlicher Ansatz: Allostase beschreibt den Vorgang, dass der Körper auf bestimmte Belastungen von außen reagiert. Diese Belastungen oder Stressfaktoren können alles Mögliche sein: Zum Beispiel Wärme und Kälte, körperliche Anstrengungen, aber auch psychische Einflüsse wie Arbeitsstress oder bittere Enttäuschungen. Ziel des Körpers ist es, angemessen auf solche Reize zu reagieren, um letztendlich ein gewisses Gleichgewicht (Homöostase) aufrecht zu erhalten. Normalerweise funktionieren die körpereigenen Mechanismen sehr gut. Wenn die Stressfaktoren allerdings überhand nehmen, zu heftig werden oder zu lange andauern, kann der Körper nicht mehr ausgleichend reagieren. Wenn es dem Körper endgültig zu viel wird, hängt auch von genetischen Voraussetzungen ab. Doch ab einem bestimmten Maß geraten die natürlichen Regulationsmechanismen, die ganz unbewusst im Körper ablaufen, durcheinander und das Nervensystem wird gestört. Als Folge können Beschwerden im ganzen Körper auftreten – ohne dass die Ursache direkt ersichtlich wird.

Bildquelle: Lothar Bertrams

Geistiges und körperliches Wohlbefinden gehören zusammen

Obwohl sich die TCM (Traditionell Chinesische Medizin) schon vor Jahrtausenden und in einem ganz anderen Kulturkreis entwickelte, zeigen sich einige erstaunliche Ähnlichkeiten zwischen modernen westlichen und traditionellen östlichen Vorstellungen:

Auch in der TCM spielt das körperliche Gleichgewicht eine besondere Rolle. Gesundheit bedeutet hier optimale Balance zwischen den beiden Lebenspolaritäten Yin und Yang. Jeder Einzelne

Ganzheitlichkeit verbindet moderne und traditionelle Konzepte

Längst nicht alle Elemente der TCM lassen sich einfach mit den Vorstellungen westlicher Medizin vergleichen. Deutlich wird dennoch die offenbar zentrale Bedeutung des Gleichgewichtszustands, der im Körper erhalten werden soll.

Wenn es darum geht, Krankheitsbilder beim "Funktionell somatischem Syndrom" effektiv zu behandeln, könnte die Verbindung von TCM mit westlichen Erkenntnissen einen neuen, ganzheitlichen Ansatz darstellen. "Wir dürfen nie vergessen,



Bildquelle: Jens van Zoest

Neben Akupunktur verhilft vor allem gezielte Bewegung wieder zu mehr Wohlbefinden.

besitzt die angeborene Fähigkeit, diese Balance aufrecht zu erhalten. Abhängig von der persönlichen Lebensweise, Umwelteinflüssen, körperlichen und psychischen Stressfaktoren wird diese Konstitution im Laufe des Lebens gestärkt oder geschwächt. Emotionales Wohlbefinden und körperliche Gesundheit gelten dabei als unzertrennbar. Wenn nun verschiedene Stressfaktoren zum Ungleichgewicht der Körperkräfte Yin und Yang führen, zerreißt deren Einheit und es kommt zu Fehlregulationen, die sich in körperlichen Krankheitssymptomen ausdrgen. In der TCM betrachtet man alle Krankheitsanzeichen im gemeinsamen Kontext und untersucht den gesamten Körper, um die Fehlregulation zu erkennen. Diese Diagnose bildet dann die Grundlage für einen Behandlungsplan mit pflanzlichen Arzneien, Akupunktur, Ernährungsempfehlung und Bewegungstherapie (z.B. Qi Gong).

den Menschen in seiner Gesamtheit zu betrachten", sagt Professor Frank R. Bahr von der Deutschen Akademie für Akupunktur " (DAA). Dabei betont er, dass sich bewährte Methoden wie die Akupunktur auch hierzulande eignen, um vielschichtige Erkrankungen wie funktionelle Störungen zu behandeln.

Publisher: DAA

Quelle: Tan S et al.: Functional Somatic Syndromes : Emerging Biomedical Models and Traditional Chinese Medicine. eCAM (2004); 1(1): 35-40.