

# Chinesische Medizin für die westliche Welt

Heilen mit traditioneller chinesischer Medizin

Bearbeitet von  
Dr. rer. nat. Christian Schmincke

5., aktualisierte und erweiterte Auflage 2014. Buch. XIV, 326 S. Kartoniert

ISBN 978 3 662 43664 6

Format (B x L): 16,8 x 24 cm

[Weitere Fachgebiete > Medizin > Komplementäre Medizin, Asiatische Medizin \(TCM\),  
Heilpraktiker](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

The logo for beck-shop.de features the text 'beck-shop.de' in a bold, red, sans-serif font. Above the 'i' in 'shop' are three red dots of increasing size. Below the main text, 'DIE FACHBUCHHANDLUNG' is written in a smaller, red, all-caps, sans-serif font.

**beck-shop.de**  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung [beck-shop.de](http://beck-shop.de) ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

## Vorwort zur 5. Auflage

---

Vor 16 Jahren ist die erste Auflage dieses Ratgebers erschienen, damals noch unter dem Titel: »Heilen mit traditioneller chinesischer Medizin«. Seitdem haben Themen und Anschauungen der Chinesischen Medizin ihren Platz in unserem Alltagsleben gefunden:

Patientenumfragen zeigen, dass fast jeder Zweite Erfahrungen mit Akupunktur gemacht hat und zwar überwiegend positive. Auch die Hochschulen öffnen sich: An der TU München wird seit 2013 ein Masterstudiengang Chinesische Medizin angeboten. Und in unseren Küchen- und Diät-Workshops wird immer häufiger über die »Ernährung nach den Fünf Elementen« gesprochen. Dabei geht es nicht nur um die Gesundheit; auch unsere kulinarische Kultur profitiert von den »exotischen« Systemen der chinesischen Diätetik. Ganz nebenbei lernen wir, was Nahrungsmittel jenseits herkömmlicher Ernährungslehren leisten können.

Die wichtigste Methode der TCM, die Behandlung mit individuell zusammengestellten Rezepturen aus chinesischen Arzneipflanzen, verbreitet sich im Westen mit der Behändigkeit einer Schildkröte –immerhin im alten China Symbol für Langlebigkeit und Ausdauer. Warum dieser bedeutende Behandlungszweig so lange braucht, um im Westen anzukommen, dafür bieten sich 2 Erklärungen an: Zum einen ist die Ausbildung anspruchsvoll und langwierig, sodann wird immer deutlicher, dass die im heutigen China formulierten Behandlungsrezepte im Westen oft genug nicht passen. Vieles muss modifiziert und mit eigenen westlichen Erfahrungen untermauert werden. Das braucht Zeit, Intelligenz und funktionierende nichtkommerzielle Expertennetzwerke wie etwa die ärztliche Arbeitsgruppe der »DECA«.

Was hingegen in Kurkliniken und Volkshochschulen boomt, sind die Körperkünste Qi Gong und Taijiquan (früher »Tai-Chi« genannt). Wir sehen in dieser Form der Leibesertüchtigung ein Kontrastprogramm zu unserer auf Leistung und Willensanstrengung basierenden modernen Sportphilosophie. Denn während die Leichtathletik des Westens Könnerschaft nach Zentimeter, Gramm und Sekunde bewertet, geht es beim Qi Gong um etwas so schwer Messbares wie die Kultivierung von Bewegung und vitaler Präsenz.

Alles in allem sehen wir ein kaum noch überschaubares Angebot an chinesischen Therapien und Methoden der Lebenspflege. Das macht es für Menschen, die auf der Suche sind, immer schwerer, die Spreu vom Weizen zu trennen. Hier soll dieser Ratgeber helfen.

Für die vorliegende Neuauflage schien es ratsam, einzelne Ergänzungen vorzunehmen.

Wiederholte Leseranfragen und zunehmende Aktualität führten zu einer Erweiterung unseres Diagnosekapitels im letzten Teil des Buches:

Drei Diagnosen werden im Hinblick auf Symptomatik und Behandlungskonzept neu beschrieben.

- *Arthrose*: Mit Arthrosen haben fast 25 % aller Deutschen und 100 % aller TCM-Therapeuten zu tun. Vielleicht ist das der Grund, warum dieses Krankheitsbild in den früheren Auflagen einfach vergessen wurde. Übersehen, weil »zu dicht dran«.
- *RLS* (restless legs syndrom): Syndrom der unruhigen Beine.
- *AD(H)S* (Aufmerksamkeits-(Hyperaktivitäts)-Syndrom): in ihrer Aufmerksamkeit gestörte Kinder.

Für die beiden letzteren Störungsbilder beobachtet man seit einigen Jahren einen Anstieg in der Häufigkeitsstatistik. Beide Krankheiten, insbesondere das AD(H)S, sind in der öffentlichen Diskussion heiß umstritten. Das hängt in erster Linie damit zusammen, dass die in beiden Fällen üblicherweise verordneten Medikamente problembehaftet sind. Die TCM bietet wirksame Alternativen.

- *Polyneuropathie*: Auch keine seltene Erkrankung, aber weniger bekannt als die Arthrose. Nachdem wir mehr als 1000 Patienten mit dieser Diagnose behandelt haben, war es naheliegend, den Abschnitt zu aktualisieren.

So hilfreich und geradezu verblüffend es sein kann zu spüren, wie eine dünne Nadel im Fuß Kopfschmerzen zum Verschwinden bringt – die chinesische Tradition erschöpft sich nicht in einer Sammlung von Behandlungsrezepten; sie hat vielmehr das Zeug dazu, unseren abendländisch-neuzeitlichen Denkhorizont zu erweitern.

Um dieses Leitmotiv unseres Ratgebers noch deutlicher anklingen zu lassen, haben wir einen neuen Abschnitt eingefügt, in dem wir die *Psychotonik* nach Prof. Glaser in Grundzügen darstellen. Der Arzt und Atemtherapeut Volkmar Glaser hat auf der Basis altjapanischer Schriften eine eigene Meridiantherapie entwickelt, die dem Beziehungsdenken der chinesischen Philosophie besonders nahe kommt und in der Tat Horizonte erweitern kann. Die soziale Dimension der Meridiane ist Glasers folgenreichste Entdeckung. Aus ihr erwachsen dem Therapeuten ebenso wie dem Lehrer neue Möglichkeiten, humane Potenziale zu wecken und zu entwickeln. Psychotonisch inspirierte Methoden bewähren sich in so unterschiedlichen Praxisfeldern wie Atem- und Körpertherapie, Musikunterricht, Coaching.

Erinnern möchte ich an meinen Freund Dr. phil. Gregor Häfliger, der im Jahre 2012 überraschend verstorben ist. Als Philosoph und Kenner der japanischen Kultur hat er die ersten Auflagen dieses Buches durch die Abfassung des Philosophiekapitels und durch mannigfache Hilfen maßgeblich mitgeprägt.

Ihm soll diese Auflage gewidmet sein.

**Christian Schmincke**

Gerolzhofen, im April 2014

<http://www.springer.com/978-3-662-43664-6>

Chinesische Medizin für die westliche Welt  
Methoden für ein langes und gesundes Leben  
Schmincke, C.

2014, XIV, 326 S. 117 Abb. in Farbe., Softcover  
ISBN: 978-3-662-43664-6