

## **Allergien behandeln mit Chinesischer Medizin:**

In der heutigen Zeit sind immer mehr Menschen von Allergien betroffen. Oft besteht die Behandlung dann in der Unterdrückung der Symptome oder der Desensibilisierung, die auch mit Risiken verbunden sein kann. Die Chinesische Medizin eignet sich in hervorragender Weise zur Behandlung von verschiedenen Allergien. Dabei ist es sinnvoll, zunächst anhand einer eingehenden Anamnese mit Befragung, Puls- und Zungendiagnose das beim Patienten zugrunde liegende Muster gemäß der Chinesischen Syndromdifferenzierung zu ermitteln, um dann gezielt behandeln zu können. Mit Hilfe der Chinesischen Medizin können sowohl Symptome gelindert werden, die Stärke liegt aber sicher in der Behandlung der tiefer liegenden Ursache. Erst durch die Einbeziehung der „Wurzel“ und Stärkung der Konstitution ist ein langfristiger Therapieerfolg möglich. Das angewandte Methodenspektrum und die Therapiedauer richten sich sowohl nach der Allergieform als auch nach der individuellen Konstitution des Patienten. Generell läßt sich sagen, daß bei allen Allergien auch die Ernährungslehre einbezogen werden sollte. Auf diese Weise hat der Patient auch die Möglichkeit, selbst etwas zu seinem Wohlbefinden beizutragen und Verantwortung für seine Gesundheit zu übernehmen. Immer wenn Schleim vorhanden ist wie häufig bei Heuschnupfen oder Asthma, sollten z.B. Milchprodukte reduziert, bestenfalls einige Zeit sogar ganz gemieden werden. Kuhmilch und deren Produkte belasten die Milz, die zum Erdelement gehört, und es kommt in der Folge zur Bildung von Schleim.

Bei einigen Allergieformen wie Heuschnupfen kann allein die Akupunkturbehandlung erfolgreich sein, sinnvollerweise wie oben schon erwähnt, kombiniert mit Ernährungsempfehlungen. Hierzu gibt es mittlerweile auch zahlreiche Studien, die die Wirksamkeit der Akupunktur belegen. In hartnäckigen Fällen und bei anderen Allergieformen wie dem Allergischen Asthma oder der Neurodermitis dagegen sollte unbedingt die chinesische Kräutertherapie hinzugezogen werden.

Beim Heuschnupfen ist es sinnvoll, schon ab dem Herbst mit der Behandlung zu beginnen, um die Konstitution zu stärken und die Anfälligkeit für das Allergen zu verringern. Dies benötigt Zeit, besonders bei einem Leere-Muster wie Milz-Qi-Mangel oder Lungen-Qi-Mangel ist zusätzlich zur Akupunktur die Kräutertherapie in vielen Fällen sinnvoll. In der Folge eines schwachen Milz-Qi und Lungen-Qi liegt oft eine Schwäche des Abwehr-Wei-Qi vor, so daß äußere pathogene Faktoren einfacher eindringen können. Ein weiteres Kennzeichen für ein schwaches Abwehr-Wei-Qi ist Infektanfälligkeit. Im Fall von Heuschnupfen handelt es sich beim äußeren pathogenen Faktor in der Regel um Wind, je nach Ausprägung und weiteren Symptomen kann man das Syndrom weiter in Wind-Hitze und Wind-Kälte unterteilen und dann gezielt ausleiten. Ist also z.B. Wind-Kälte eingedrungen und manifestiert sich in Form von Niesreiz oder fließendem Sekret, so kann man mit Hilfe der Akupunktur im Akutfall die Symptome lindern, indem man den pathogenen Faktor ausleitet. Je nach individuellem Zustand sind meist zwischen 8 und 12 Akupunkturbehandlungen nötig, in hartnäckigen Fällen wird auch die Kräutertherapie hinzugezogen.

Daneben gibt es aber auch verschiedene Formen der ganzjährig auftretenden Rhinitis wie z.B. die Hausstaubmilben- oder Katzenhaarallergie. Hier ist die Stärkung der Konstitution noch wichtiger und damit ist die Einbeziehung der Kräutertherapie wahrscheinlicher.

Bei allergischen Bindehautentzündungen, die oft auch durch Pollenallergene ausgelöst werden können, ist besonders der Funktionskreis Leber betroffen, der starken Bezug zu den Augen hat und

**PRAXIS FÜR CHINESISCHE MEDIZIN UND MASSAGEN**  
Heilpraktikerin und Humanbiologin Dr. rer. nat. Anne-Kathrin Ziebandt  
Umlandstrasse 5 , 72072 Tübingen, Tel.: 07071-9798051 / 017623266451  
mail: [info@tcmpraxis-ziebandt.de](mailto:info@tcmpraxis-ziebandt.de), Webseite : [www.tcmpraxis-ziebandt.de](http://www.tcmpraxis-ziebandt.de)

wiederum ist Wind der pathogene Faktor. Neben Akupunktur kann der Patient über die Ernährung einiges für sich tun, z.B. Nahrungsmittel meiden, die Wind als krankheitsauslösenden Faktor begünstigen. Dazu zählen u.a. Schweinefleisch, Hühnerfleisch, Eier oder Garnelen. Auch Augenkompressen z.B. mit einer Ankochung aus Chrysanthemenblüten (Flos Chrysanthemi) können gut selbst angewandt werden.

Beim allergischen Asthma handelt es sich um ein tiefer gehendes Krankheitsbild, was z.T. bedrohliche Ausmaße annehmen kann. Häufig wird eine Cortisolbehandlung durchgeführt, die allerdings ihrerseits wieder Nebenwirkungen hat. Hier ist zu Beginn eine Behandlung parallel zur schulmedizinischen Therapie sinnvoll und Medikamente sollten erst ausgeschlichen werden, wenn die alternativmedizinische Therapie greift. So kann die Konstitution mit Chinesischer Medizin gestärkt werden und z.B. Schleim umgewandelt werden, für den Akutfall sollte der Patient aber zu seiner Sicherheit ein Spray dabei haben. Nach der Chinesischen Medizin können Asthma ganz verschiedene Syndrome zugrunde liegen: so kann es sich um eine Invasion von Wind-Kälte in die Lunge, um Lungen-Qi-Mangel, um Schleim oft in Kombination mit einem Milz-Qi-Mangel oder um eine Schwäche des Funktionskreises Niere handeln. Daher ist gerade hier eine genaue Musterdifferenzierung wichtig, da sich die entsprechenden Therapieansätze z.T. stark voneinander unterscheiden. Bei der Behandlung vom allergisch bedingten Asthma kommt meist die Kräutertherapie zum Einsatz, weil es sich um eine tiefer gehende Erkrankung handelt und Akupunktur allein oft nicht ausreicht. Neben der Süßholzwurzel und anderen chinesischen Kräutern ist auch der Einsatz von Heilpilzen insbesondere Reishi (*Ganoderma lucidum*) möglich. Auch Qigong ist als Ergänzung sinnvoll.

Neurodermitis ist eine multifaktorielle Erkrankung. Auch wenn sie sich an der Oberfläche, der Haut zeigt, so hat sie doch ihre Wurzeln in der Tiefe. Deshalb sind hier insbesondere die chinesische Kräutertherapie aber auch die Ernährungslehre von zentraler Bedeutung. Daneben wird die Akupunktur begleitend eingesetzt.

Auch Nahrungsmittelallergien lassen sich mit Hilfe der Chinesischen Medizin behandeln. Es wird zwischen echten Nahrungsmittelallergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten wie Laktoseintoleranz, Fruktoseintoleranz oder Histaminintoleranz unterschieden. Zu den häufigsten Allergenen zählen Kuhmilch, Eier, Weizen und Nüsse. Die Austestung gestaltet sich oft schwierig und kostspielig. Die sicherste Methode herauszufinden, ob etwas nicht vertragen wird, besteht im gezielten Weglassen einzelner Nahrungsmittel über einen gewissen Zeitraum und dem genauen Beobachten der Symptome. Da sich echten Nahrungsmittelallergien und Intoleranzen häufig ähnliche Symptome finden wie Völlegefühl, Blähungen, Durchfall oder Juckreiz, ist die Unterscheidung aus Sicht der Chinesischen Medizin nicht zwingend. In der Regel handelt es sich um eine Störung des Erdelementes, die mit Chinesischer Medizin und ergänzenden Methoden behandelt werden können. Zu Beginn ist eine oligoallergene Diät notwendig, um den Körper zu entlasten, parallel dazu wird die Konstitution gestärkt. Auch in der Folge kann der Patient selbst viel über seine Gesundheit über die Ernährung tun, die v.a. das Erdelement stärken sollte. Begleitend kann mit Akupunktur und Kräuter-Therapie behandelt werden.

© Dr. rer. nat. Anne-Kathrin Ziebandt 2012