



Einleitung

Was ist Chinesische Medizin


Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

**Diese Präsentation richtet sich an Laien und Patienten.
Die Theorien der Chinesischen Medizin werden hier sehr vereinfacht dargestellt. Sollten Sie weiteren Informationsbedarf haben fragen Sie bitte nach. Sie erreichen mich über: <http://www-chin-med.de> **

Die hier dargestellten Informationen dienen nicht der Selbstbehandlung.

Bei Erkrankungen wenden Sie sich bitte an einen Arzt oder Heilpraktiker Ihres Vertrauens.

Torsten Ziegler
Heilpraktiker



Klassische
Chinesische
Medizin

Rheuma und Fibromyalgie Ursachen und Therapie aus Sicht der TCM

Praxis für
Chinesische Medizin
Akupunktur
Heilkräuter
Massage

Heilpraktiker
Torsten Ziegler

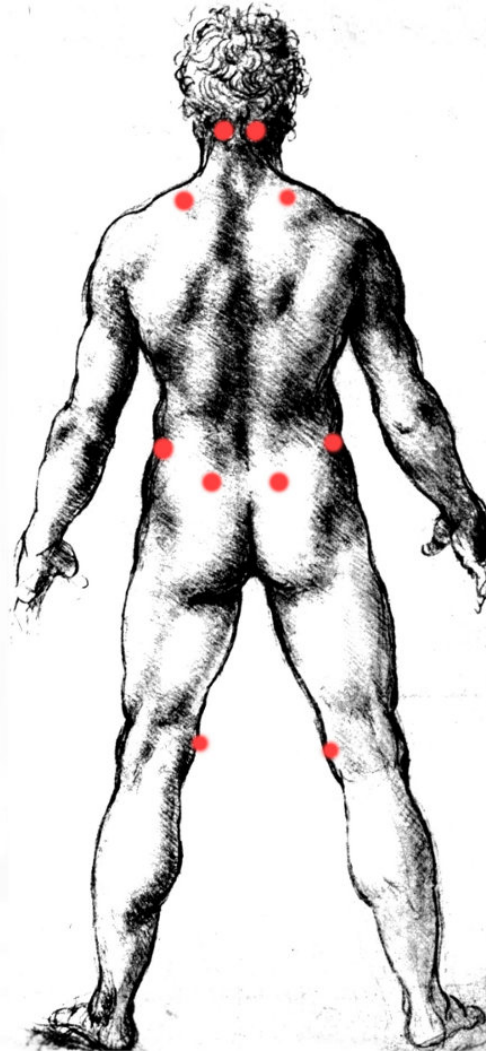
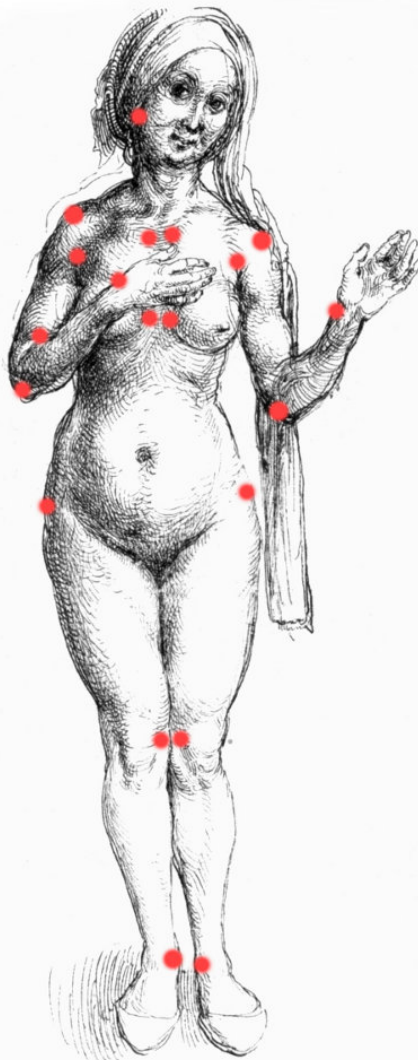
im Praxiszentrum
Aquariana

Am Tempelhofer
Berg 7d
10965 Berlin Krzb

Tel: 030 692 082 39

www.chin-med.de

info@chin-med.de





Inhalt des Vortrags

Einleitung

Was ist Chinesische Medizin

Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Was ist Chinesische Medizin**
- **Symptomenkreis: Schmerzen, Rheuma, Fibromyalgie**
- **Modell des Lebensfeuers, Hochofen, 3facher Erwärmer**
- **Patophysiologie der Muskel- und Gelenkschmerzen**
- **Therapiemethoden der TCM**
- **Fragen**



Torsten Ziegler: Über mich

Einleitung

Was ist Chinesische Medizin

Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Heilpraktiker**
- **3 jährige Ausbildung in Chinesischer Medizin am Ausbildungszentrum-Süd**
- **1 jährige Ausbildung in Chinesischer Phytotherapie**
- **Seit 2008 Dozent am ABZ-Süd**
- **Seit 2009 Weiterbildung in Kanonischer Chinesischer Medizin der Han Zeit**
- **früher:
Dipl. Ing. Elektrotechnik**



Torsten Ziegler: Über mich

Einleitung

Was ist Chinesische Medizin

Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Heilpraktiker**
- **3 jährige Ausbildung in Chinesischer Medizin am Ausbildungszentrum-Süd**
- **1 jährige Ausbildung in Chinesischer Phytotherapie**
- **Seit 2008 Dozent am ABZ-Süd**
- **Seit 2009 Weiterbildung in Kanonischer Chinesischer Medizin der Han Zeit**
- **Kam über Tanzausbildung zur Alternativen Medizin**



Was ist Chinesische Medizin ?

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenkbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

Chinesische Medizin

Akupunktur



Was ist Chinesische Medizin ?

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen





Was ist Chinesische Medizin ?

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

Chinesische Medizin

**Akupunktur
Moxibustion**

**Arzneimittel-
Kräutertherapie**

Tuīná Massage

**Ernährung und
Lebensführung**

**Bewegungs-
therapie Qì Gōng**

**Anamnese: Befragung,
Pulsdiagnose, Zungendiagnose**



Einleitung

Was ist Chinesische Medizin

Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

Was ist Chinesische Medizin ?

- **Beschreibung des Menschseins**
- **Aus der Naturbeobachtung entstanden komplexe Modelle der Funktionsabläufe**
 - **in der Natur**
 - **im Menschen**
 - **der Wechselwirkungen zwischen Mensch und Umwelt**
- **Über 2 Jahrtausende klinischer Einsatz und Überprüfung**



Symptomenkreis Rheuma - Fibromyalgie

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenkbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Beschwerden am Stütz- und Bewegungsapparat mit Schmerzen die oft mit funktionellen Einschränkungen einhergehen**
- **200-400 Erkrankungen mit diffizilen Unterscheidungen**
 - **Schmerzen in Muskeln, Gelenken, Bindegewebe**
 - **Steifigkeit, Bewegungseinschränkung**
 - **Entzündungszeichen**
 - **Verhärtungen, Schwellungen Triggerpunkte, Rheumaknoten**



Begeleitsymptome und/oder Ursachen

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Symptome die zusammen mit Rheuma und Fibromyalgie auftreten und als mögliche Ursache oder Komplikation angesehen werden**
 - **Müdigkeit, Schlafstörungen**
 - **Chronisches-Erschöpfungs-Syndrom**
 - **Stoffwechselkrankheiten, Diabetes**
 - **Nahrungsmittelunverträglichkeiten**
 - **Erhöhte Temperatur- (Hitze/Kälte) und Feuchtigkeitsempfindlichkeit**
- **Chinesische Medizin betrachtet den gesamten Symptomenkomplex**



Modell des Lebensfeuers

Einleitung

Was ist Chinesische Medizin

Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



- **Feuer = Lebenskraft**
- **Kochtopf = Lebensprozesse**
 - **Stoff- Nahrungsaufnahme**
 - **Transformation**
 - **Energieentfaltung / Ausscheidung**
- ⚠ **Anbrennen, Klumpen, Kälte, Versalzen**

Modell des Lebensfeuers

3facher Erwärmer - Hochofen

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

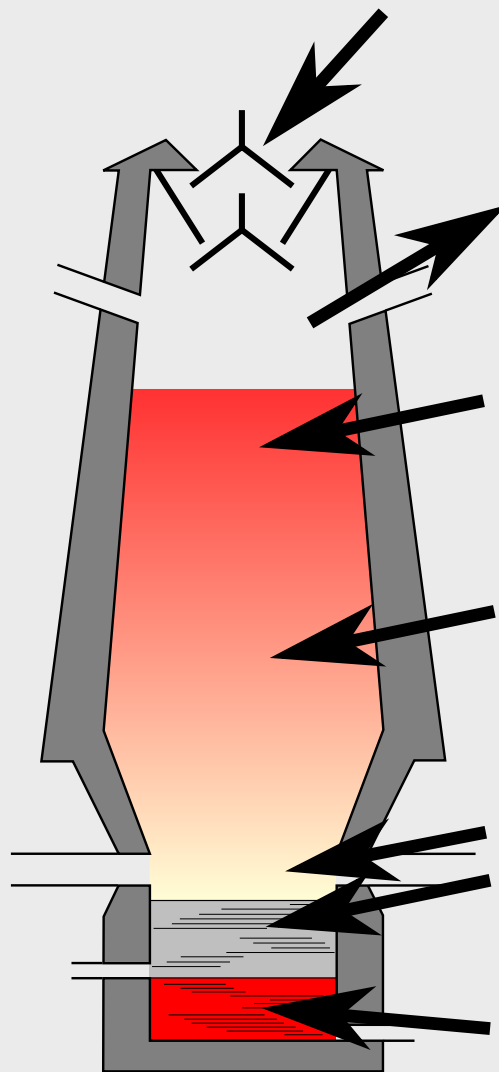
Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



Hochofen

- **Stoffaufnahme**
 - **Nahrung, Information**
- **Luftaustausch**
 - **Atmung**
- **Hitzeerzeugung**
 - **aus Nahrung**
- **Transformation**
 - **der aufgenommenen Stoffe**
- **Abscheiden von Schlacke**
 - **Ausscheidung**
- **Destillieren der Essenz**
 - **Lebensenergie**

Modell des Lebensfeuers

3facher Erwärmer - Hochofen

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

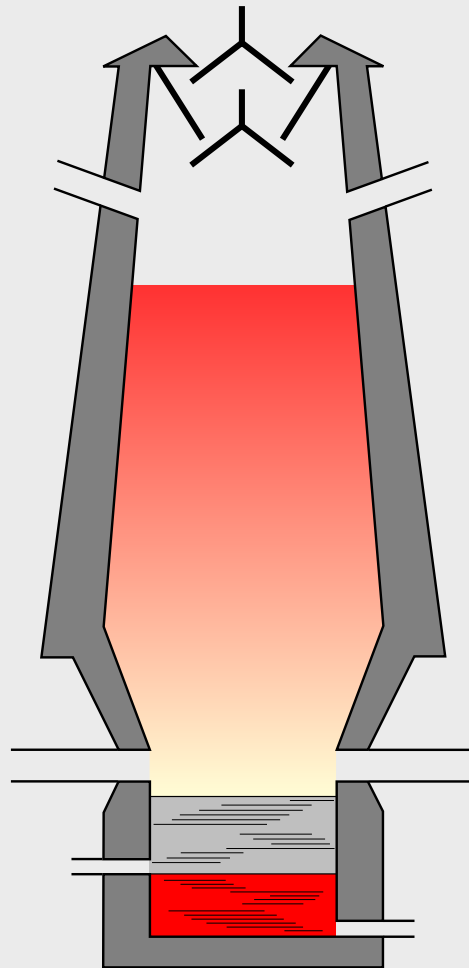
Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



Hochofen

- **Stoffaufnahme**
- **Luftaustausch**
- **Hitzeerzeugung**
- **Transformation**
- **Abscheiden von Schlacke**
- **Destillieren der Essenz**



Modell des Lebensfeuers 3facher Erwärmer - Hochofen

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

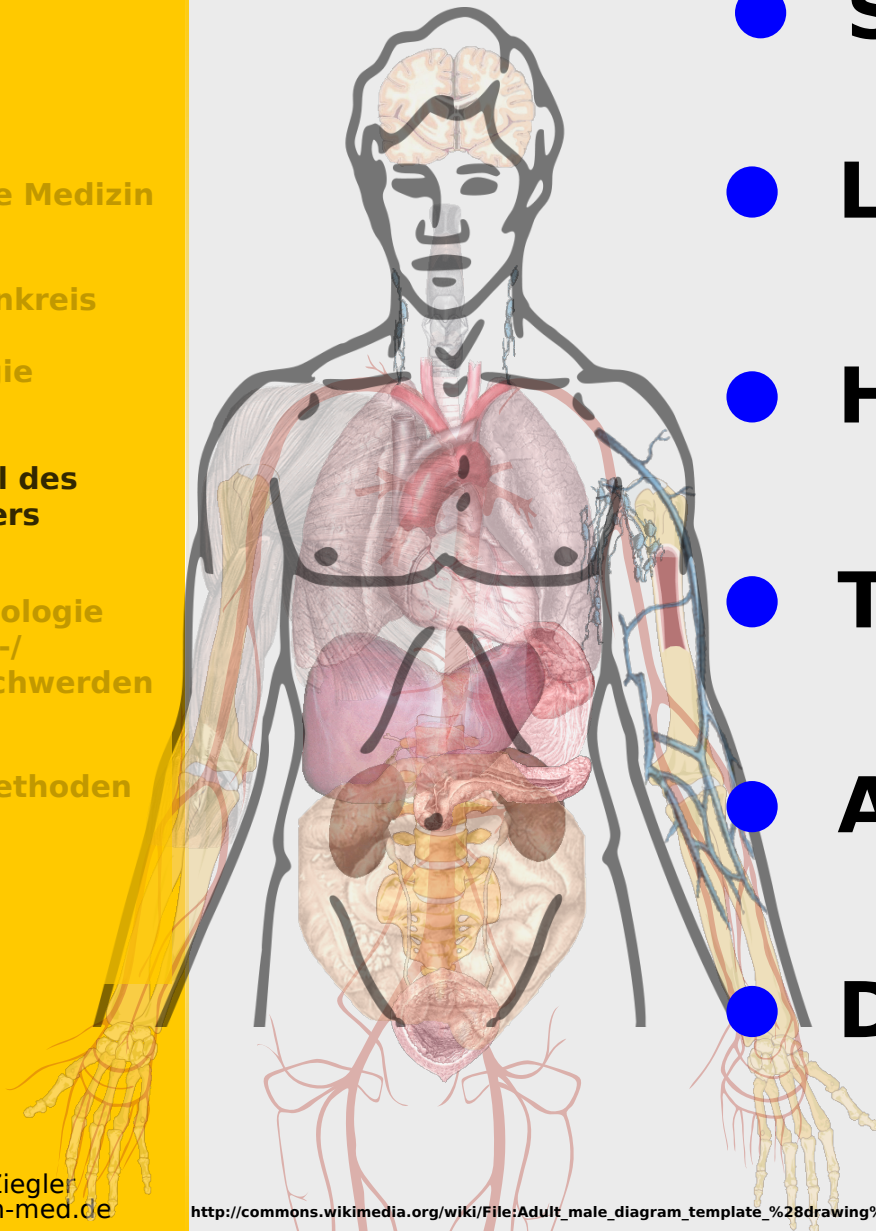
Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



- **Stoffaufnahme**
- **Luftaustausch**
- **Hitzeerzeugung**
- **Transformation**
- **Abscheiden von Schlacke**
- **Destillieren der Essenz**

Modell des Lebensfeuers

3facher Erwärmer - Hochofen

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

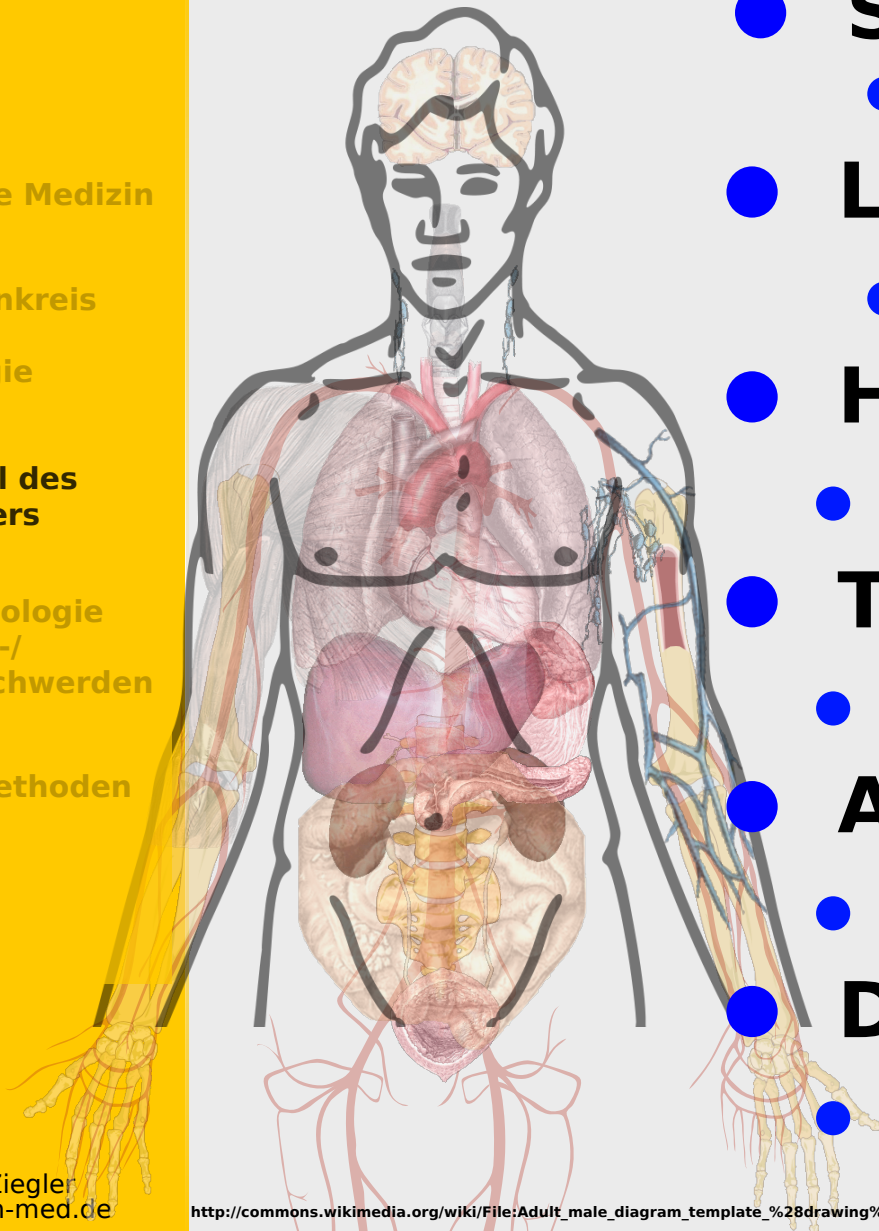
Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



- **Stoffaufnahme**
 - Mund, Sinne → Fk. Magen
- **Luftaustausch**
 - Atmung → Fk. Lunge
- **Hitzeerzeugung**
 - aus Nahrung → Fk. Leber
- **Transformation**
 - Verdauung → Fk. Milz
- **Abscheiden von Schlacke**
 - Ausscheidung → Fk. Blase
- **Destillieren der Essenz**
 - Lebensenergie → Fk. Niere

Patophysiologie Mangel / Fülle

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

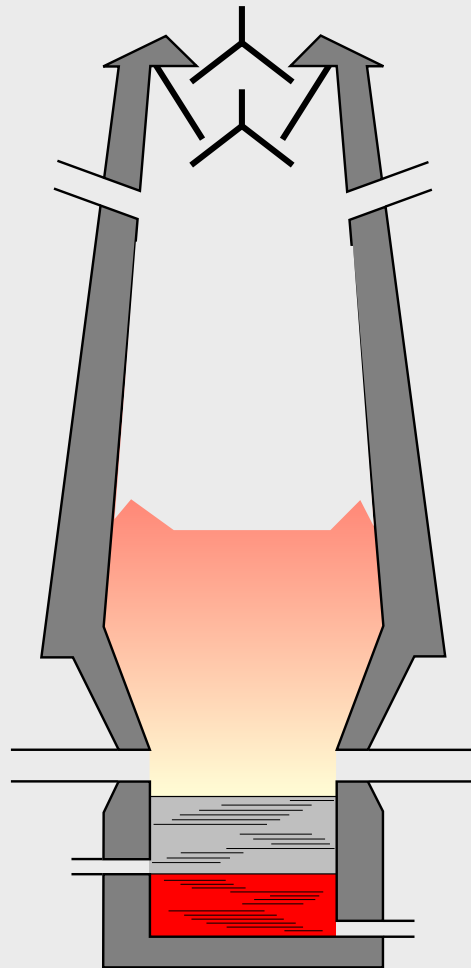
TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Zu wenig Nahrung**
- **Essstörungen,
viele Nahrungsmittel-
unverträglichkeiten**
- **Feuer erkaltet langsam**



Hochofen

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Blast_furnace_nocaption.svg

Patophysiologie Mangel / Fülle

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

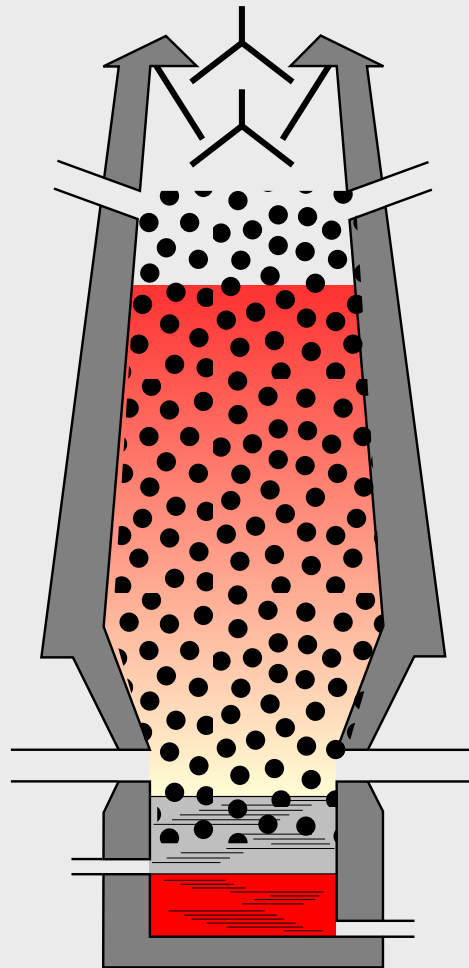
Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



Hochofen

- **Zu wenig Nahrung**
 - **Eßstörungen, viele Nahrungsmittelunverträglichkeiten**
 - **Feuer erkaltet langsam**
- **Zu viel Nahrung, schlechte Nahrung**
 - **Unregelmäßige Ernährung, Reizüberflutung**
 - **Zu viel z.B. Milchprodukte, Fleisch, Fett, Zucker**
 - **Folge: Verschlackung, Stagnation, partielle Hitze/Kälte**

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Blast_furnace_nocaption.svg

Patophysiologie Hitzeerzeugung

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

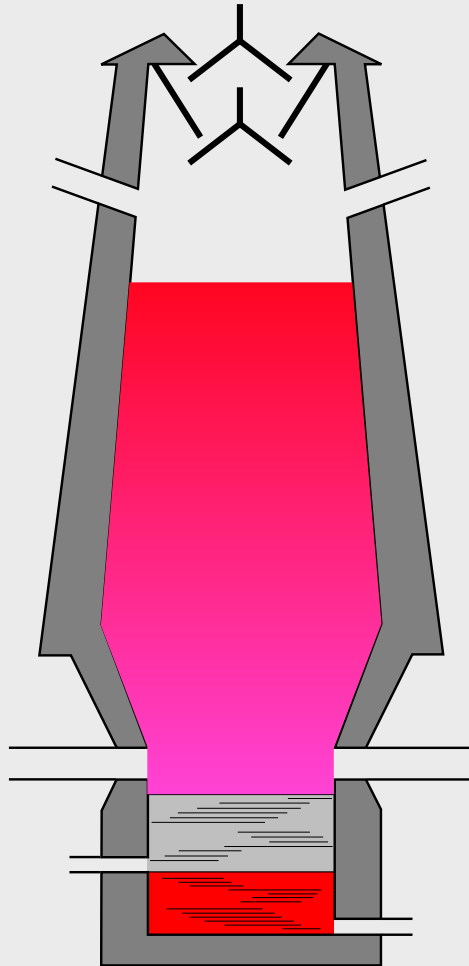
TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Zu viel Hitze**
 - scharfe Nahrung, Alkohol
Stress, → burn out
 - Hitzewallungen, Insomnia,
Verklumpungen



Hochofen

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Blast_furnace_nocaption.svg

Patophysiologie Hitzeerzeugung

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

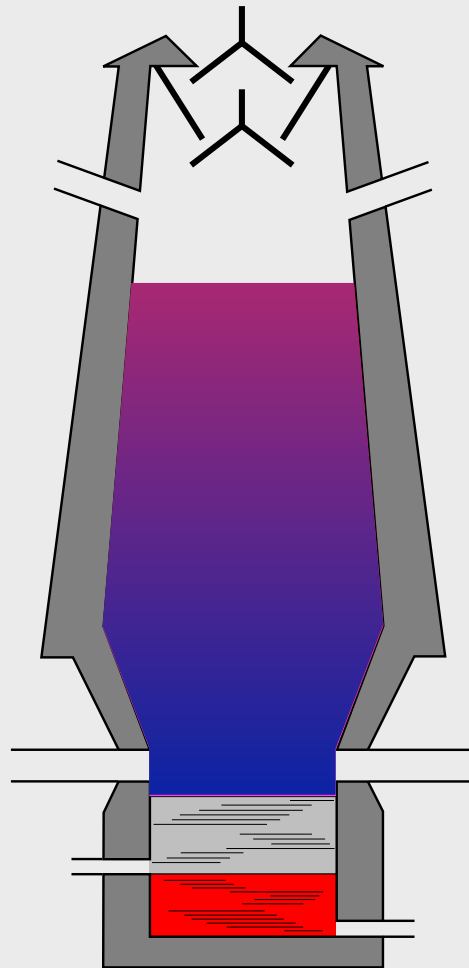
Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



Hochofen

- **Zu viel Hitze**
 - scharfe Nahrung, Alkohol
Stress, → burn out
 - Hitzewallungen, Insomnia,
Verklumpungen
- **Zu wenig Hitze**
 - Rohkost, kalte Getränke,
anhaltende Erschöpfung
 - Innere Kälte, Durchfall,
Müdigkeit, Depression, CFS

Patophysiologie Hitzeerzeugung

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

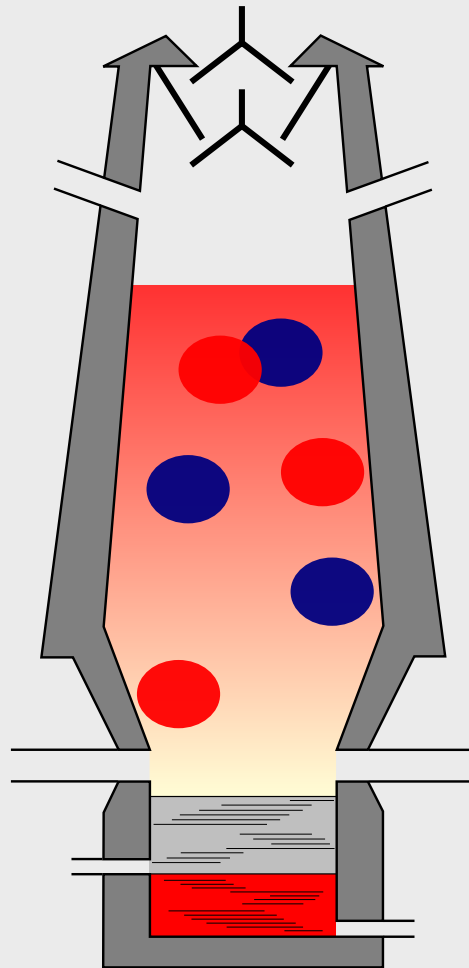
Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



Hochofen

- **Zu viel Hitze**
 - scharfe Nahrung, Alkohol Stress, → burn out
 - Hitzewallungen, Insomnia, Verklumpungen
- **Zu wenig Hitze**
 - Rohkost, kalte Getränke, anhaltende Erschöpfung
 - Innere Kälte, Durchfall, Müdigkeit, Depression, CFS
- **Partielle Hitze/Kälte**
 - Folge von Stagnation
 - Lokale Entzündungen, Kälte in einzelnen Organen

Patophysiologie Stagnation - Leitbahn Blockade

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

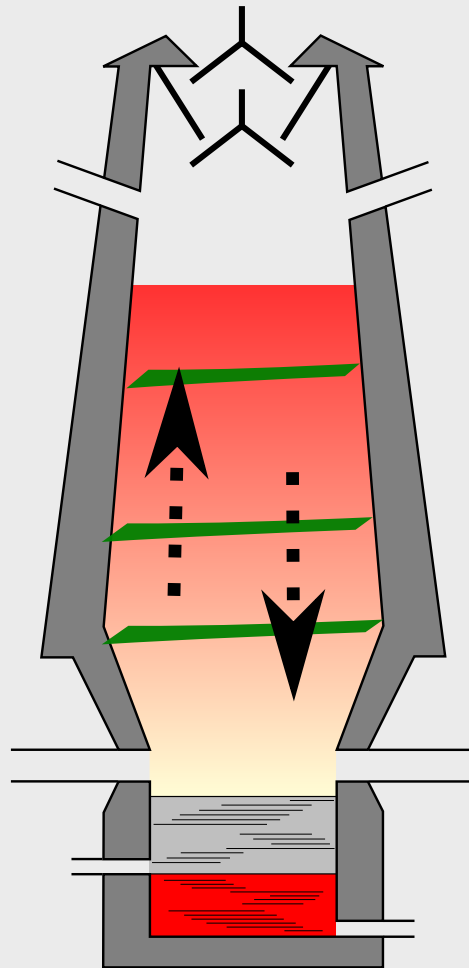
Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



Hochofen

- **Stagnation = Fluß der Körperflüssigkeiten und Energien ist gestört**
- **Stagnation = Schmerz**
- **Ursache:**
Verletzung, Kälte, Hitze
Fehlernährung,
Anfangs oft emotional
bedingt
- **Zuerst stockt die Energie,**
dann die Flüssigkeiten
- **Schmerzen, Taubheit,**
Schwellungen



Schmerz = Stagnation Leitbahn Blockade

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

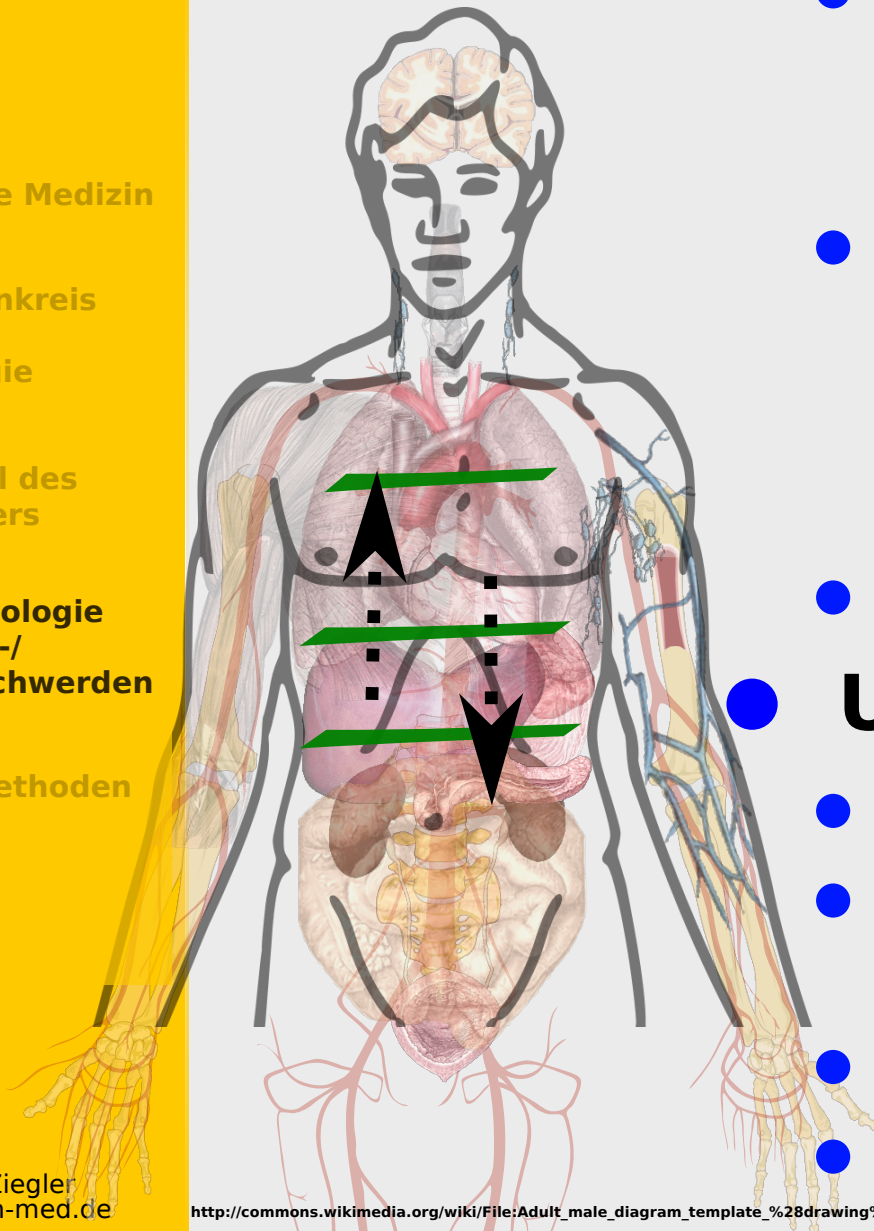
Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



- Stagnation in einzelnen Leitbahnen → örtlich begrenzter Schmerz
- Stagnation in einzelnen Körperarealen → z.B. Muskeln, Gelenken, Kopf, Extremitäten, Rumpf
- Umherziehende Schmerzen
- Ursache der Stagnation?
 - Kälte
 - Eintrocknen durch Hitze oder Flüssigkeitsmangel
 - Flußbehinderung
 - Mangelnde Fließkraft



Modell des Hochofens, Modell des 3 fachen Erwärmers

Einleitung

Was ist Chinesische Medizin

Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Konzept der TCM, das die Energieerzeugung und Verteilung im Körper beschreibt**
- **Bildet den gesamten Symptomenkomplex der Muskel- und Gelenkschmerzen ab**
- **Sowohl Zustandsbild, als auch Beschreibung der Physiologie**
- ◆ **Die Frage ist immer: Durch welche Reaktion erzeugt der Körper das gegenwärtige Symptomenbild**
- **Erfordert genaue Diagnostik um betroffene Meridiane und Körpersysteme zu erfassen**
- **Verständnis der Pathophysiologie ermöglicht Therapie mit Akupunktur, Moxibustion, Kräutern und Ernährung**

Beispiel: Rheuma / Arthritis / Gicht Großzehengrundgelenk

Einleitung

Was ist Chinesische Medizin

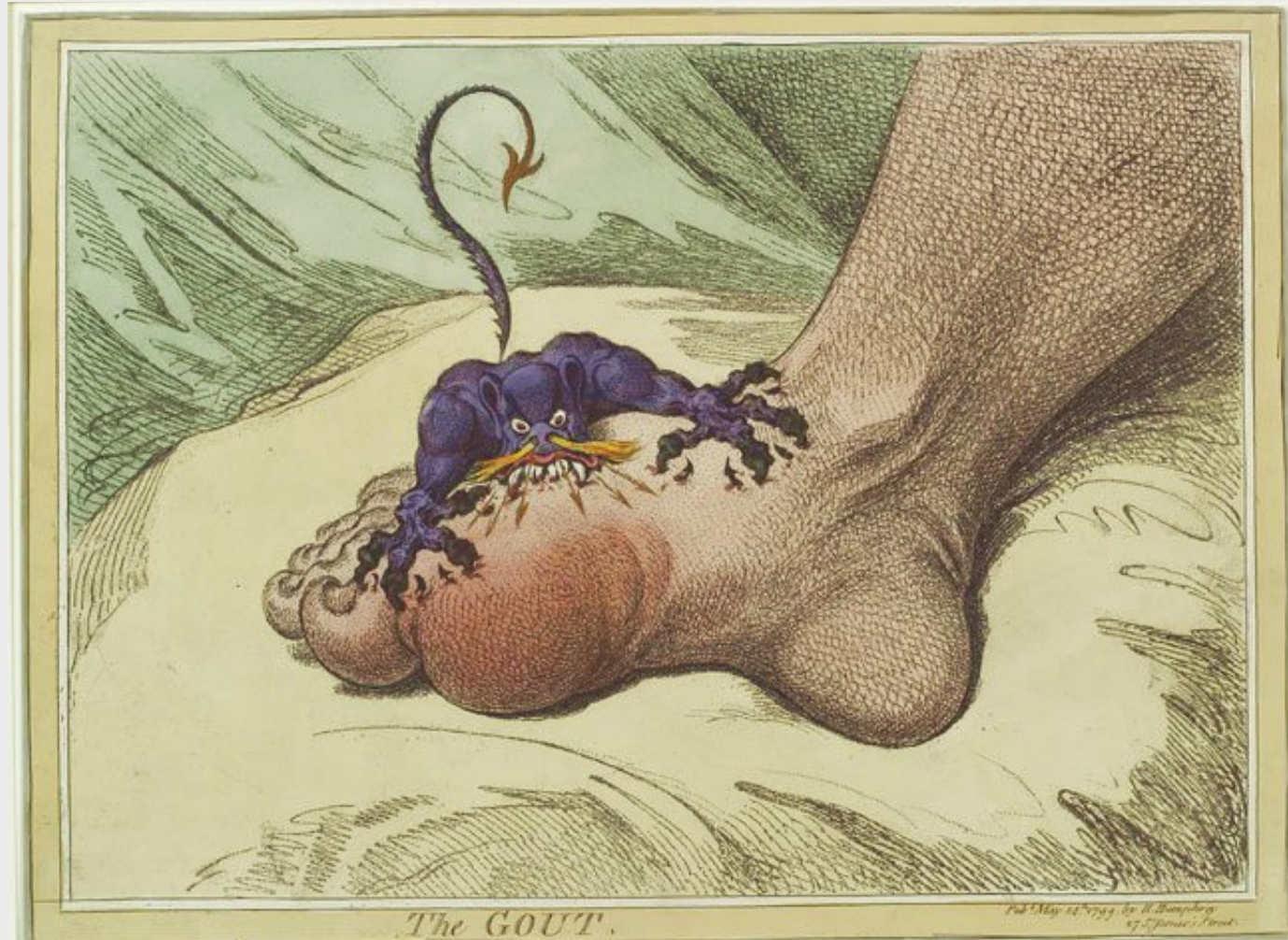
Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:The_gout_james_gillray.jpg

Beispiel: Rheuma / Arthritis / Gicht Großzehengrundgelenk

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

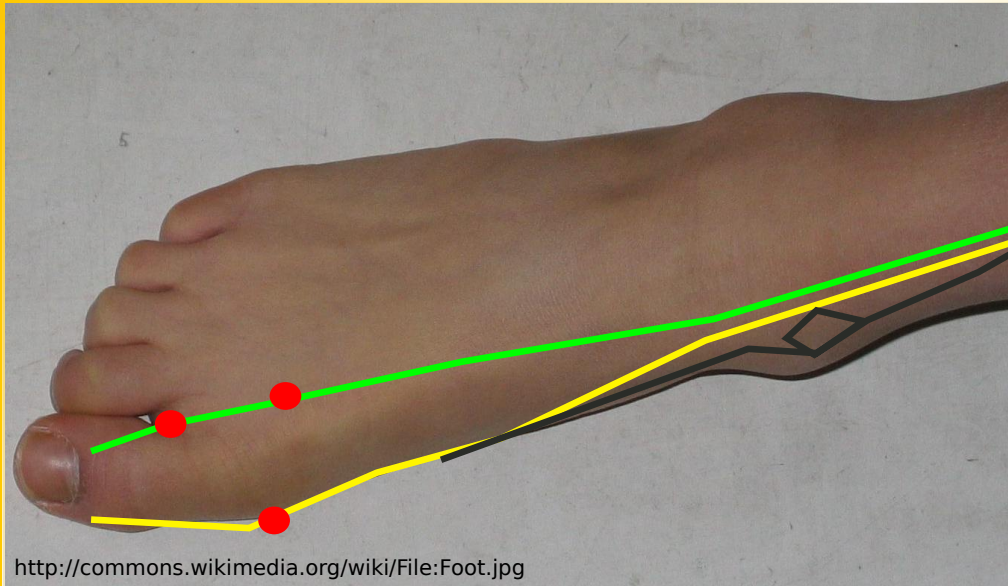
Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenkbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



- Umgeben von Leber, Milz und Nierenmeridian
- Entzündung Le 2
- Schwellung Mi 3
- Stagnation Le 3

- Fernpunkte: z.B. Ma 36 (Verdauung), Di 4 (Schmerz), Ni 9 (Rest-Pathogen)
- Leber Funktionskreis - freier Fluß der Energien und Säfte, geschwächt durch Stress
- Milz Funktionskreis - Transformation der Nahrung, geschwächt durch "zu viel"
- Nieren Funktionskreis - Lebensenergie, geschwächt durch Kälte, Erschöpfung

Beispiel: Fibromyalgie

Wandernde Muskelschmerzen

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

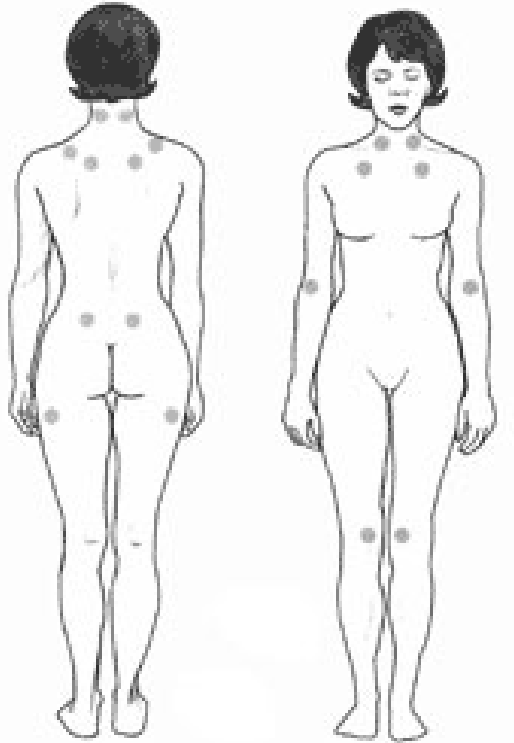
Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tender_points_fibromyalgia.gif

- **Wandernde Schmerzen = Wandlungsphase Holz, Akupunkturbehandlung über "Windpunkte"**
- **Schmerzpunkte liegen oft auf Blasenmeridian - Bezug zu Feuchtigkeit und Kälte**
- **Behandlung mit Kräutern je nach Schmerzdarstellung:**
 - **Dumpfer Schmerz - Feuchtigkeit ausleiten**
 - **Stechender, fixierter Schmerz - Kälte vertreiben, auch mit Moxibustion**
 - **Brennender Schmerz - Hitze ausleiten**
 - **Morgendlicher- oder Ruhe Schmerz - Yang und Qi nähren**



Therapie mit Chinesischer Medizin

Einleitung

Was ist Chinesische Medizin

Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Grundlage der Therapie**
 - **Ausführliche Anamnese mit Puls- und Zungendiagnose**
 - **Differenzierung nach Symptomen und Ursachen**
 - **Aktualisierung der Diagnose vor und während jeder Behandlung**
- **Für jeden Patienten individuelle Therapie**
- **Stimulation der körpereigenen Selbstheilungskräfte**
- ⚠ **Heilung bedeutet Veränderung**



Therapie mit Chinesischer Medizin

Einleitung

Was ist Chinesische Medizin

Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Akupunktur**
 - **Einstechen von dünnen, sterilen Nadeln in spezifische Körperareale**
 - **Um akute Zustände zu bessern, Vielzahl symptomatisch bewährter Punkte**
 - **Um die Energien im Körper zu harmonisieren, Impulse zur Selbstheilung zu setzen**
- **Moxibustion**
 - **Abbrennen von Kohle oder Kräutern über Akupunkturpunkten**
 - **Vertreibt Kälte, Bewegt Energien und Körperflüssigkeiten**



Therapie mit Chinesischer Medizin

Einleitung

Was ist Chinesische Medizin

Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Kräuter, Phytotherapie**
 - **Einnahme von Chinesischen Kräutern als Dekokt oder Pulver
Bezug über Apotheke**
 - **Um Leerezustände wieder zu füllen**
 - **Täglicher Heilungsreiz**
 - **Wirken meist langsamer als westliche Arzneimittel, aber substantieller**
 - **Keine Einzelmittel, sondern Rezepturen um Wirkung zu Verstärken und zu Harmonisieren.**
 - ⚠ **Langfristige Einnahme westlicher Rheumamittel schädigen das Immunsystem**



Therapie mit Chinesischer Medizin

Einleitung

Was ist Chinesische Medizin

Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Ernährung**
 - **Sehr individuell**
 - **Widerspricht oft unserem westlichen Vitaminhype**
 - **Fehlernährung vermeiden**
 - ◆ **Warme, leicht verdauliche Nahrung**
- **Lebensweise**
 - **Regelmässige Ernährung**
 - **Stressabbau,
ein gesundes Umfeld schaffen**
 - **Umgang mit eigenen Energien
verfeinern**



Therapie mit Chinesischer Medizin

Einleitung

Was ist Chinesische Medizin

Symptomenkreis Rheuma, Fibromyalgie

TCM Modell des Lebensfeuers

Pathophysiologie der Muskel-/ Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

- **Bewegungstherapie**
 - **Stagnation lösen**
 - **Sanft, z.B. Spazierengehen, Qi Gong**
 - **Kein Leistungssport**
 - **Keine Ablenkung,
sondern Konzentration auf den Körper**
 - **Der Geist lenkt das Qi**
 - **Bewegung und Meditation
ergänzen sich**

Torsten Ziegler
Heilpraktiker



**Klassische
Chinesische
Medizin**

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit**

Folien unter: www.chin-med.de

Fragen

Einleitung

Was ist
Chinesische Medizin

Symptomenkreis
Rheuma,
Fibromyalgie

TCM Modell des
Lebensfeuers

Pathophysiologie
der Muskel-/
Gelenksbeschwerden

Therapiemethoden

Fragen

