

## Zu meiner Person

Torsten Ziegler, geb 1971

Heilpraktiker

3 jährige Ausbildung in Klassischer  
Chinesischer Medizin am Ausbildungszentrum  
Süd in Freiburg

1 jährige Fortbildung in chines. Pharmakologie

Seit 2009: 4 jährige Weiterbildung in  
Kanonischer Chinesischer Medizin

Seit 2008 Dozent für Chinesische Medizin am  
Ausbildungszentrum Süd für Traditionelle  
Chinesische Medizin & Akupunktur

Frühere Beschäftigungen:

Studium der Elektrotechnik, Betriebspädagogik  
und Angewandten Kulturwissenschaft

Langjährige Berufstätigkeit als Dipl. Ingenieur

1 jährige New-Dance Performance Ausbildung

## Was mich an der Klassischen Chinesischen Medizin fasziniert

In der Chinesischen Medizin verfügen wir über  
Modelle, die das Funktionsgefüge des  
Menschen in seiner Gesamtheit beschreiben.  
Geist und Körper werden dadurch in  
Gesundheit und Krankheit auf eine einfache  
aber tiefgreifende Art und Weise für mich  
erfass- und verstehbar.

Auch die Wirksamkeit der Akupunktur verblüfft  
mich immer wieder.

## Praxisinformationen

Kosten: (Stand 2010)

Erstanamnese, ca. 1,5 - 2 Stunden 80.- €

Folgebehandlung, ca. 50 - 60 Minuten 50.- €

Reine Bestellpraxis ohne Wartezeiten, darum  
bei Verhinderung bitte mind. 36 Stunden im  
Voraus absagen.

Aktuelle Veranstaltungshinweise und weitere  
Informationen im Internet unter:  
<http://www.chin-med.de>



**Klassische  
Chinesische  
Medizin**



HP Torsten Ziegler

## Praxis für Chinesische Medizin Akupunktur, Heilkräuter

Heilpraktiker Torsten Ziegler

- Diagnose nach den Regeln der  
Chinesischen Medizin mit Befragung,  
Puls-, Zungen- und Bauchdiagnose
- Behandlung mit Akupunktur,  
chinesischen Heilkräutern und  
Akupressur-Massage
- Individuelle Therapie und  
Ernährungsberatung

### Termine nach Vereinbarung

☎ 030 / 692 082 39

✉ [info@chin-med.de](mailto:info@chin-med.de)

### Praxisadresse:

Praxisgemeinschaft 山上 shān shàng

Mahlower Str. 25

12049 Berlin - Neukölln

ÖPNV:

U8 Boddinstraße

Bus 104 Fontane-/  
Flughafenstraße



In einem kostenlosen Vorgespräch können  
wir gerne besprechen, was ich mit der  
Chinesischen Medizin für Sie tun kann.



**Klassische  
Chinesische  
Medizin**

Reichen die Wurzeln tief,  
gedeihen die Zweige gut.

(Sprichwort aus China)

**Torsten Ziegler**  
Heilpraktiker

# Klassische Chinesische Medizin

In der Chinesischen Medizin wird zwischen der Wurzel einer Krankheit und ihren Blättern, das sind die sichtbaren Symptome, unterschieden. Je nach Dringlichkeit wird entweder die Wurzel gestärkt, damit der Körper selbst wieder ins Gleichgewicht kommt, oder es werden zusätzlich Symptome direkt therapiert.

## Diagnose

Gemäß dem Lehrspruch: „Betrachte das Außen um das Innen zu erkennen“, benutzt die Chinesische Medizin zur Diagnose keine Apparate mit denen nur einzelne Aspekte Ihres Körpers untersucht werden können. Vielmehr wird ein Bild von Ihnen als ganzer Mensch gezeichnet. Durch eine ausführliche Befragung, durch Betrachten Ihrer Zunge und Betasten Ihres Pulses werden Sie als Mensch in Ihrer Gesamtheit erfasst. Sowohl der Zustand ihres Körpers, als auch Ihr Verhalten in Ihrer Umwelt geben Aufschluß über die zugrundeliegenden Ungleichgewichte, die Wurzel der Krankheit

## Therapie

Die Therapie der Chinesischen Medizin zielt darauf ab einen gestörten Energiefluss wieder zu harmonisieren und die Energiereserven in Ihrem Körper wieder zu stärken, damit Sie den tagtäglichen Belastungen gewachsen sind und ihnen gelassen entgegen sehen können.

Je nach gestellter Diagnose kommen Akupunktur, Moxibustion, Kräutertherapie und Tuīná-Massage zur Anwendung. Eine ausgeglichene Ernährung sollte die Therapie begleiten.

## Hintergrund

Ziel der Chinesischen Medizin ist es ein Leben in Harmonie zu führen. Das Menschenbild der Chinesischen Medizin ist von der Philosophie geprägt. „Aus dem Einen entstehen die Zwei, aus Zwei entstehen Drei und daraus die zehntausend Dinge“, heißt es in den alten Texten. Der Mensch steht dabei immer im Spannungsfeld zwischen dem Geistigen und dem Dinglichen, beides muss in ihm harmonisch zusammenwirken.

## Akupunktur



Bei der Akupunktur werden sehr dünne, sterile Edelnadeln an speziellen Punkten in das Muskelgewebe gestochen. Viele wichtige Punkte befinden sich an den Extremitäten, aber auch an Rücken und Bauch. Die Nadeln verweilen für ca 20 Minuten, dabei kann es zu einem lokalen Schweregefühl oder einer ziehenden Ausstrahlung entlang des Meridianverlaufs kommen.

## Indikationen

Die Stärke der Chinesischen Medizin liegt darin auch bei komplexen Krankheitsverläufen mit vielen verschiedenen Symptomen an der Wurzel angreifen zu können. Die Diagnose betrachtet auch alle funktionellen Störungen, also Beschwerden bei denen (noch) keine organische Veränderungen nachgewiesen werden können.

Die Chinesische Medizin führt eine Krankheit auf ihre Wurzel zurück, wogegen unser westlicher Krankheitsbegriff sich an Symptome und Krankheitserreger hält. Darum wäre eine Liste mit behandelbaren westlichen Krankheitsnamen an dieser Stelle ein beliebige und unvollständige Auswahl.

In China wurden über mindestens zwei Jahrtausende alle Erkrankungen – akute und chronische jeglicher Art – mit Akupunktur und Heilkräutern behandelt.



## Diätetik und Lebensführung

Die Chinesische Diätetik gibt individuelle auf Ihren Gesundheitszustand angepasste Ernährungsempfehlungen. Der Fokus liegt dabei auf leicht verdaulicher, gekochter Nahrung.

Auch Qi Gong Übungen und Meditation unterstützen bei vielen Krankheiten den Heilungsprozess.

## Moxibustion

Die Moxibustion ist eine lokale Erwärmung um die Körperprozesse zu dynamisieren. Kleine Mengen von getrocknetem Beifußkraut oder Kohle werden auf Akupunkturpunkten abgebrannt, wobei die Haut durch dünne Scheiben von Ingwer oder ähnlichen Substanzen geschützt wird. Moxa kann auch auf Akupunkturadeln aufgebracht oder in Form von Zigarren angewandt werden.



## Tuī Ná

Die chinesische Variante der Massage arbeitet mit Druck, Vibration, Bewegung auf dem Gewebe und greifendem Kneten. Dabei geht es um die gezielte Beeinflussung und Befreiung der Energieströme in der Haut, dem Muskelgewebe und den Meridianen.



## Pharmakologie - Kräutertherapie



Oft als die Königsdisziplin der Chinesischen Medizin angesehen, kann sie aus dem reichen Schatz von mehr als tausend klassifizierten Arzneisubstanzen schöpfen. Ihre Anwendung wurde über mehr als zwei Jahrtausende verfeinert.

Eine Rezeptur setzt sich aus ca. 3-15 Einzeldrogen zusammen, die speziell auf Ihre Bedürfnisse hin zusammengestellt wird. Die effektivste Darreichungsform ist das Dekokt, wobei die Kräuter ca. 40 Minuten in Wasser ausgekocht werden, bis eine suppenartige Konsistenz entsteht. In leichten Fällen können auch modern hergestellte, einfach aufzubühende Granulate benutzt werden.

Die Kräuter beziehen Sie in kontrollierter Qualität über die Apotheke.

## Klassische Chinesische Medizin oder TCM

Die Klassische Chinesische Medizin basiert auf den über 2000 Jahre alten Schriften und Philosophien der langen chinesischen Medizingeschichte. Yin und Yang, die Prozesse der Wandlung, eine sehr differenzierte Energetik sind ihre diagnostischen und therapeutischen Grundlagen.

Die sogenannte Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) ist ein Versuch zur Systematisierung im 20. Jahrhundert. Vieles wurde vereinfacht, westlichen Medizinvorstellungen angepasst und teils in Akupunkturerezepte zusammengefasst.

Dabei hat sie ihre philosophischen Wurzeln durch die chinesische Kulturrevolution teilweise eingebüßt.

