



**Die Wirkung des scharfen Geschmacks**  
nach einem Diagramm von Tao Hong-Jing,  
übersetzt von Dr. Gunter Neeb

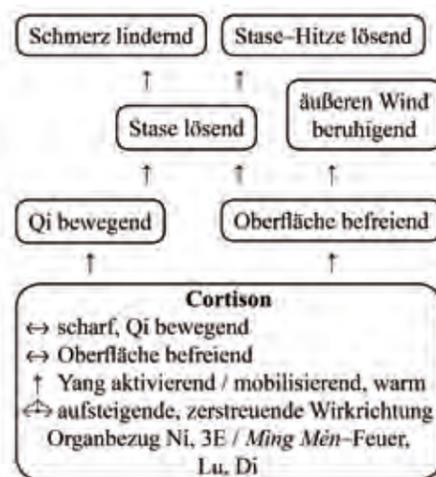
- + **Scharfes stärkt** das Holz beim Bewegen.
- **Scharfes leert** die Erde durch Antreiben.
- ☞ Dem Metall schadet das Stauen des Qi, **Scharfes zerstreut** das gestaute Metall.

funktionelle Beschreibung des Geschmacks 'Scharf'

**Die Nebenwirkungen von Kortison mit TCM behandeln**

Als Therapeut ist man oftmals mit Patienten konfrontiert, die unter Therapie mit Corticosteroiden stehen oder gestanden haben. Der Grund dafür ist, dass Kortison ein ganz besonderes «Medikament» ist: schließlich handelt es sich ja eigentlich um ein physiologisch vorkommendes Hormon der Nebenniere im Menschen. Als solches wird es nicht nur aus endokrinologischen Erwägungen heraus ( wie etwa beim Mangel daran im Falle einer Addison - Krankheit ), sondern - und das viel häufiger - zum übermäßigen Betonen der physiologischen Wirkung verschrieben. So nutzt man es gerne bei entzündlichen, allergischen und (auto-) immunologischen Erkrankungen: z.B. bei rheumatischen Beschwerden, Hauterkrankungen, verengenden Lungenerkrankungen (Asthma bronchiale, COPD) und chronisch entzündlichen Darmerkrankungen (CED).

Wenn Kortison zum Unterdrücken der akuten Beschwerden auch zumeist gute Dienste leistet, so klagen doch viele Patienten über damit verbundene Nebenwirkungen. Will man diese nun über die TCM behandeln, so ist es wichtig, die Störungen im Sinne der Diagnostik der TCM zu erfassen, um hier-nach entsprechende therapeutische Schritte über z.B. Akupunktur und Phytotherapie einzuleiten. Mit anderen Worten gilt es, die Wirkungsweise von Kortison im Sinne der TCM-Energetik zu erfassen. Da hierzu klassische Beschreibungen fehlen, führt der Weg über ein detektivisches Herausarbeiten anhand der physiologischen und pathologischen Wirkungen von Kortison. Als Pionier dieser Detektivarbeit ist ohne Zweifel Bob Flaws anzuführen. Das Ziel der Suche ist es, den gemeinsamen Nenner der erwünschten und nachteiligen Funktionen einer Arznei im Sinne einer TCM-Einteilung zu ermitteln. Solcherhand kommt man bei Kortison zu folgendem Ergebnis:



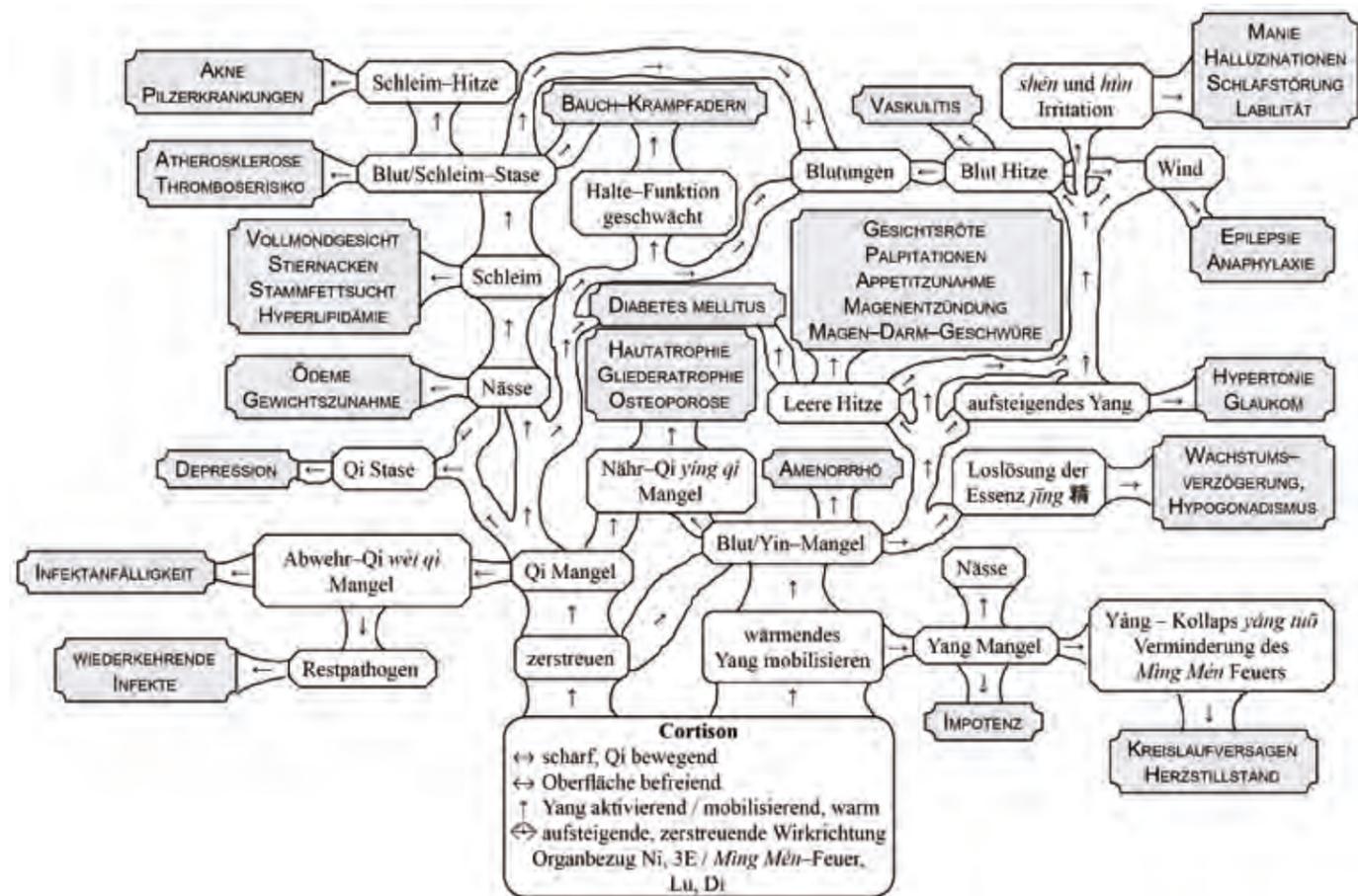
Physiologie von Kortison

Aus der übermäßigen physiologischen Wirkung leiten sich sodann auch die Nebenwirkungen ab. Um dies nachzuvollziehen, ist es von Vorteil, die Bedeutung der funktionellen

Geschmacksrichtung des gefragten Hormones zu betrachten. Die Funktion eines Geschmacks beschreibt nicht das, was man auf der Zunge wahrnimmt, sondern was das Zuführen eines solchen Mittels im Körper auslöst.

Man erkennt die Unterstützung der Schärfe beim Bewegen des Qi, also beim Lösen von Stagnationen und Befreien der Oberfläche. Konkret werden hierbei das Geschmeidighalten des Qi-Flusses seitens der Leber (Holz) und das Zerstreuen des Qi durch die Lunge (Metall) angeführt. Umgekehrt jedoch wird auch auf die Schwächung von Magen/Milz (Erde) hingewiesen, welche Schaden erleiden. Dies weist auf das enorme Schädigungspotenzial von Kortison für die Transport- und Umwandlungsfunktion *yun hua* der Mitte hin. Folgen daraus sind z.B. Qi-Mangel (insbesondere Nähr-Qi-Mangel *ying qi*) und Blut-Leere sowie Schleim-Ansammlungen.

Indem nun die Nebenwirkungen von Kortison ins diagnostische System der TCM gebracht wurden, kann man die konkreten Beschwerden des Patienten aus Sicht der TCM behandeln. Untermuert werden sollten die Hinweise aus der Pathophysiologie des Hormons freilich mittels Diagnoseverfahren wie etwa Zungen- und Pulsdiagnose. Schliesslich ist eine individuelle Therapieanpassung in der TCM oberstes Ziel.



Pathophysiologie-Baum von Kortison

Wie oben dargestellt, ist die Stärkung der Mitte ein zentrales Anliegen im Ausgleich der übermäßigen Zerstreung von Qi, Yin und Blut. Um den vielschichtigen und vernetzten Charakter der Pathophysiologie zu erfassen, bieten sich zur Behandlung eher Rezepturen als Einzelstrategien an. In der Akupunktur wählt man hierfür beispielsweise Techniken aus dem «Reigen der Meridiane» (eine Weiterentwicklung der Balance-Akupunktur). Dabei werden Leitbahnen,

die miteinander in Beziehung stehen, also einen «Reigen» bilden, unter Nutzung geeigneter Punkte stimuliert. Zur Harmonisierung und Stärkung der Mitte bietet sich besonders der «Rund - Reigen der Mitte» an, welcher das zirkulierende Netzwerk der Gefäße Pc/3E und Ma/Milz nutzt. Im folgenden Beispiel werden zusätzlich Ausserordentliche Gefäße über die Aktivierung von Pc6 - MP4 aktiviert (Abb. 1)

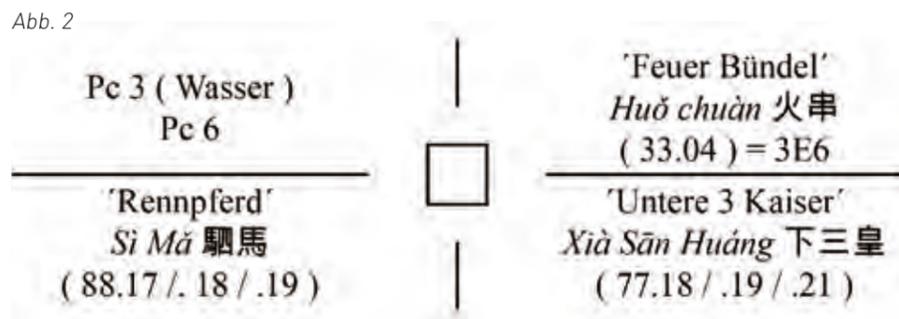
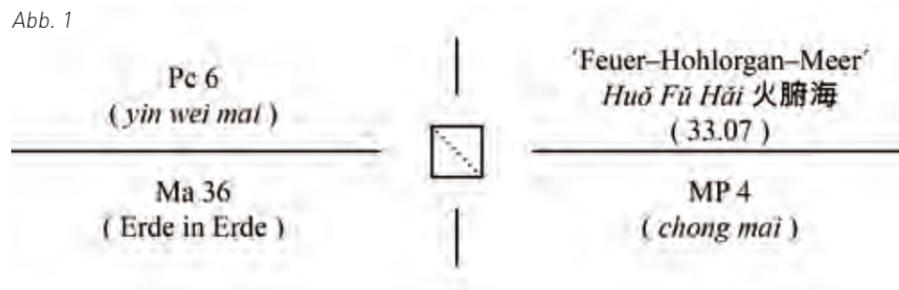
Neben der Aktivierung der Sondergefäße werden der Erde-Punkt der Erde-Leitbahn Magen Ma36 sowie der u.a. aufs Blut tonisierend wirkende Master Tung-Punkt der 3E-Leitbahn 'Feuer-Hohlorgan-See' *Huo Fu Hai* 火腑海 (33.07), knapp ulnar von Di10 gelegen, gereizt.

Zur Behandlung fortgeschrittener Zustände mit Qi-Mangel und nachfolgender Nässe/Schleim-Ansammlung sowie beginnender

Hitze-Symptomatik durch Stagnation oder beginnendem Yin-Mangel lässt sich folgende Variation des «Rund – Reigens der Mitte» einsetzen (Abb. 2)

Im Uhrzeigersinn gelesen (die Reihenfolge der Nadelung bleibt dem Therapeuten überlassen) nadelt man:

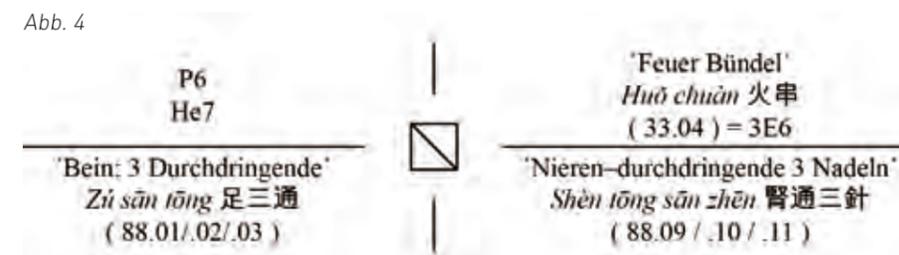
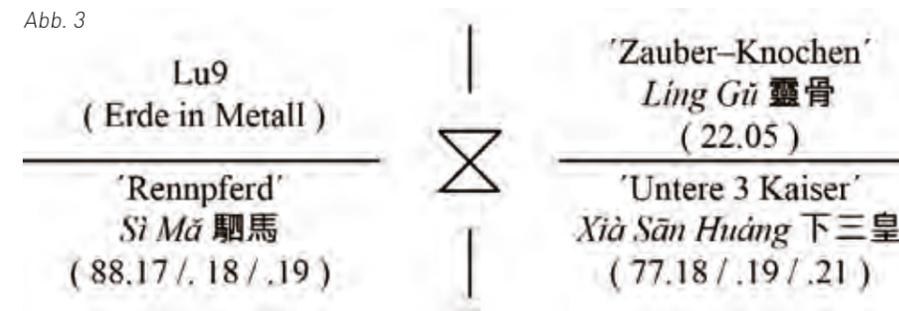
- den regulierenden He (=Meer) Punkt des Pericards mit der Wandlungsphase Wasser sowie Pc6
- den Hitze und Feuchtigkeit ausleitenden Master Tung-Punkt 'Feuer Bündel' *Huo chuan* 火串 [33.04], welcher dem Punkt 3E6 entspricht.
- das tonisierende und Feuchtigkeit ausleitende Punkte-Trio nach Master Tung 'Untere 3 Kaiser' *Xia San Huang* 下三皇 [77.18/.19/.21]. Der oberste Punkt liegt 1.5cun unter MP9 und besitzt ähnlich Feuchtigkeits-beeinflussende Eigenschaften. Der unterste Punkt befindetet



sich nahe MP6 und unterstützt das Kortison-zerstreute Yin des Körpers. Der verbleibende Punkt ist ca. auf halbem Weg zwischen den vorangegangenen auf der Milz-Leitbahn zu finden. Als Besonderheit wirkt dieses Milz-Punkte-Trio tonisierend auf die Niere, welche bei Kortison-Behandlung typischerweise geschwächt wird.

- das Master Tung-Trio 'Rennpferd' *Si Ma* 駟馬 [88.17/.18/.19] gilt mit seiner Lage auf der YangMing-Leitbahn Magen (jeweils 5, 7 bzw. 9cun über der Patella-oberkante gelegen) als stark tonisierend und wirkt zusätzlich kräftigend aufs Lungen-Organ-Qi.

Die Beeinträchtigung der Lunge gemeinsam mit der Niere führt zu einer Schwächung des Abwehr-Qi's *wei qi* 衛氣 mit der Ansammlung von Restpathogenen. Therapeutisch lässt sich dagegen folgender «TaiYin/TaiYang»-Reigen einsetzen (Abb. 3)



## ALTRA®-NADELN NEU IM SORTIMENT BEI ACUMAX.CH



- Unvergleichlich hohe Produktqualität
- Schmerzfreies Einstechen
- Super Preis-Leistungsverhältnis
- In sehr vielen Grössen lieferbar

Ab CHF **23.90**  
zzgl. Mwst u. Versand

### Altra® CP-Typ, 240er Packung

- Farbcodierter Plastikgriff mit Wellung – dadurch erhalten Sie besten Griff
- Unbeschichtet (silikonfrei)
- Exzellenter Schliff, aus hochwertigem Japanischen Edelstahl
- Neustes Design Crystal-Colour-Handle
- 240er Packung, 4 Nadeln mit 1 Führrohr pro Blister

Ab CHF **23.90**  
zzgl. Mwst u. Versand

### Altra® NS-Typ (Japan Nadel)

- Starrer Metallgriff – Japan Style Akupunkturnadeln
- Unbeschichtet (silikonfrei)
- Exzellenter Schliff
- Aus hochwertigem Japanischen Edelstahl
- 240er Packung, 4 Nadeln mit einem farbcodierten Führrohr pro Blister

Ab CHF **6.90**  
zzgl. Mwst u. Versand

### Altra® L-Typ

- Gedrehter Kupferwendelgriff ohne Führung
- Unbeschichtet (silikonfrei)
- Exzellenter Schliff
- Aus hochwertigem Japanischen Edelstahl
- Perfekt geeignet für die Elektrostimulation und Moxibustion
- 100 Nadeln pro Packung, Farbcodiert

**Gemütlich bestellen**

per WebShop [www.acumax.ch](http://www.acumax.ch)  
per Mail [info@acumax.ch](mailto:info@acumax.ch)  
per Telefon 056 249 31 31  
per Fax 056 249 38 18

**Sie haben noch Fragen?  
Wir freuen uns auf Ihre Nachricht!  
Ihr AcuMax-Team!**

**WWW.ACUMAX.CH**

**Phyto West-TCM & Akupunktur Weiterbildungen**  
mit Dr. med. Robert Trnoska

**Phyto West-TCM: Internistische Medikamente**  
Fr. 11. & Sa. 12. November 2016 | 12 Std. | CHF 408.–

**Tanz der Meridiane (Balance-Akupunktur)**  
So. 13. & Mo. 14. November 2016 | 12 Std. | CHF 408.–

**Phyto West-TCM: Neurologika**  
Fr. 10. & Sa. 11. März 2017 | 12 Std. | CHF 408.–

**Reigen der Meridiane (Balance-Akupunktur)**  
So. 12. & Mo. 13. März 2017 | 12 Std. | CHF 408.–

«Sei es seine Balance-Akupunktur, also der Tanz der Meridiane, seien es seine Phyto-West-TCM-Module: Was – und wie – Robert unterrichtet, ist einfach genial. Und hilft anderntags direkt in der Praxis», Peter von Blarer, Schulleitung.

Die Module sind unabhängig voneinander buchbar. Wir beraten Sie gerne.

Heilpraktikerschule Luzern | Luzernerstrasse 26c | 6030 Ebikon  
Tel +41 (0)41 418 20 10 | [info@heilpraktikerschule.ch](mailto:info@heilpraktikerschule.ch)

**Ausbildungen für die Höhere Fachprüfung HFP**  
Naturheilpraktikerin / Naturheilpraktiker mit eidg. Diplom

- Modul M1: Medizinische Grundlagen, 150/200/400/600/700 Stunden – für alle Ausbildungen der Komplementärmedizin – Start August 2016
- Modul M2: Diplomlehrgang TCM Akupunktur / Tuina oder Diplomlehrgang TEN (Traditionelle Europäische Naturheilkunde)
- Modul M3: Gesundheit und Ethik
- Modul M4: Arbeit als Therapeut
- Modul M5: Betrieb führen und managen
- Modul M6: Praktisches Arbeiten

Zertifikatslehrgang Reflexologie – Kurse, Fort- und Weiterbildungen

Unsere Ausbildungsangebote und Abschlüsse richten sich nach den Anforderungen von Kanton Bern, EMR, SBO-TCM und OdA AM.

Weitere Infos unter [www.sake.ch](http://www.sake.ch).

**SAKE Bildungszentrum AG**  
Scheibenstrasse 20 | 3014 Bern | Tel. 031 352 35 44  
[info@sake.ch](mailto:info@sake.ch) | [www.sake.ch](http://www.sake.ch)

EDUQUA



- Lu9 ist der Tonisierungspunkt der Lunge mit Wirkung aufs Quell-Qi  *yuan qi 元氣*.
- Ein halbes cun proximal von Di4 liegt der Nieren-tonisierende Master Tung-Punkt 'Zauber-Knochen'  *Ling Gu 靈骨* [22.05].
- Wie im vorigen Beispiel werden die Nieren- und Lungen-tonisierenden Punkte-Trios 'Untere 3 Kaiser' [77.18/19/21] und 'Rennpferd' [88.17/18/19] verwendet.

- P6 dient der Abschirmung des Herzens über den Herzbeutel und wirkt ausgleichend bei Arrhythmien. Eine Ergänzung des Reigens um den Sedierungspunkt He7 am selben Arm wie P6 beruhigt den Herzgeist  *shen 神* noch weiter und stört auch das Gefüge des Reigens nicht, da Herz und Milz Nachbarn auf der Organuhr sind [Balance-System Nr. 5].
- Der Punkt 'Feuer Bündel'  *Hua chuan 火串* [33.04] respektive 3E6 unterstützt P6 am kontralateralen Arm beim Ausleiten von Hitze aus dem Herzen, was harmonisierend auf Herzrhythmus und Herzgeist wirkt.
- Das Master Tung-Trio 'Nieren-durchdringende 3 Nadeln'  *Shen tong san zhen 腎通三針* [88.09/10/11] besteht aus den Punkten MP10 mit je einem flankie-

Ein weiteres häufiges Beschwerdebild bei Anwendung von Kortison sind Leere-Hitze-Erscheinungen wie Unruhe, Nervosität, Herzrhythmusstörungen, Schlafstörungen und Hitzewallungen. Um die zerstreute Wirkung auf das Herz- und Nieren-Qi abzufedern und Hitze auszuleiten, dient folgende Spielart des «Rund - Reigens der Mitte» [Abb. 4]

renden 2cun proximal und distal davon. Der Milz-Leitbahn zugehörig tonisieren und festigen sie das Nieren-Qi.

- Zentral vorne am Oberschenkel befinden sich die 3 Punkte 'Bein: 3 Durchdringende'  *Zu san tong 足三通* [88.01/02/03] auf selber Höhe wie die 'Rennpferde' [88.17/18/19]. Sie stabilisieren und stärken das Herz-Qi.

Der Vorteil der Meridian-Reigen ist das intensive Ineinandergreifen und gegenseitige Unterstützen der beteiligten Leitbahnen. Diese Wirkung kommt den ausgefeilten Kräuter-Rezepturen gleich, in denen die Einzelkräuter ein grösseres Ganzes bilden, das die Wirkung vielfach verstärkt. So stellt die Kombination aus Akupunktur und Phytotherapie auch eine ideale Kombination zum Ausgleichen der Nebenwirkungen von Medikamenten dar. Eine derartige Zusammenspiel von Nadeln und Kräutern könnte im oben erwähnten Fall eine Ergänzung der Akupunktur-Formel um diese Phyto-Rezeptur bedeuten:

Vergleicht man die Wirkung der verwendeten Akupunkturpunkte und Kräuter, so zeigen sich folgende ähnliche Therapieprinzipien:

- Der Herz-Organ-Qi tonisierende, regulierende und stabilisierende Effekt wird vermittelt über die 'Bein: 3 Durchdringende' [88.01/02/03] mit Pc6 und 3E6/'Feuer Bündel' [33.04]. Dies entspricht bei den Kräutern Crataegus-Leonurus-Passiflora-Avena. Das Nähren des Hafers

steht im Bezug zur Lage der Punkte 'Bein: 3 Durchdringende' [88.01/02/03] vorne am Oberschenkel zwischen den Leitbahnen Magen/*YangMing* und Milz/*TaiYin* in der muskulösen Gewebeschicht «Erde».

- Das Klären der Hitze findet sich bei He7-Pc6-3E6 und Leonurus-Passiflora-Cimicifuga-Salvia wieder.
- Zum Stärken des Nieren-Qi's werden die Punkte 'Nieren-durchdringende 3 Nadeln' [88.09/10/11] und Ruta-Scutellaria-Cimicifuga-Avena verwendet. Abermals fällt die Lage der Nieren-tonisierenden Punkte auf der Leitbahn Milz/*TaiYin* und die Entsprechung zu den Eigenschaften von Avena auf.

Abschliessend noch ein Hinweis zum Pathophysiologie-Baum von Kortison in Diagramm Nr. 3: Die Verzweigungen stellen ein eigenes Diagnostik-Werkzeug dar. Nimmt ein Patient Corticoide ein und entwickelt

prompt eine Nebenwirkung wie z.B. eine Blutdruckerhöhung, so ist dies ein Hinweis auf einen bereits vorbestehenden Mangel des Patienten an Yin mit der Konsequenz von aufsteigendem (Leber-)Yang. Denn je weiter von der unten stehenden «Kortison»-Wurzel die einzelnen Verzweigungen

entfernt liegen, desto länger ist üblicherweise der zeitliche Verlauf bis dorthin.

© Dr. Robert Trnoska, 2016



**Autor: Dr. Robert Trnoska**

Dr. Robert Trnoska hat Medizin studiert und in Graz promoviert. Parallel dazu hat er sich zusätzlich in Traditioneller Chinesischer Medizin ausgebildet. Seine Studienaufenthalte führten Robert u.a. nach Taiwan und China, um die Akupunkturmethoden verschiedener asiatischer wie auch westlicher Traditionen zu untersuchen. Robert ist ebenfalls Reiki-Meister und -Lehrer. Seine Praxis für Allgemeinmedizin hat er in Tobelbad bei Graz. An verschiedenen Orten in Deutschland und Österreich sowie an der Heilpraktikerschule Luzern unterrichtet er regelmässig Weiterbildungen zu Balance-Akupunktur sowie zur Unterstützung der Wirkungen und Ausbalancierung der Nebenwirkungen von Pharmazeutika durch Rezepturen der Phyto West-TCM.

<b>Herz- und Nieren-Qi-Leere sowie Leere-Hitze mit Herz-Qi-Unregelmäßigkeit und Herz-Geist-Störung: Unruhe, Nervosität, Herzrhythmusstörungen, Schlafstörungen und Hitzewallungen</b>	
Crataegus laevigata, flos et folium	Herz-Qi tonisierend, regulierend, stabilisierend
Leonurus cardiaca, herba	
Passiflora incarnata, flos	beruhigend
Ruta graveolens, herba	Nieren-Qi-Tonikum, „Nervinum“
Scutellaria lateriflora, herba	
Avena sativa, semen preparata	Qi tonisierend und stabilisierend, Yin nährend
Cimicifuga racemosa, radix	Leere-Hitze eliminierend
Salvia off., folium	

■ MASTER TUNG AKUPUNKTUR  
■ LASERTHERAPIE-SEMINARE

**Master Tung Akupunktur I und II und Lasertherapie**

■ Lasertherapie II	Samstag,	5. 11 2016
■ Master Tung Akupunktur Stufe I	Samstag,	12. 03 2016
	Samstag,	10. 09 2016
■ Master Tung Akupunktur Stufe II	Samstag,	19. 03 2016
	Samstag,	12. 11 2016

**Seminarleitung:**  
Dr. med. univ. (A) Sandi Suwanda  
(Akupunktur TCM / ASA, Gynäkologie FMH)  
40 Jahre Erfahrung in TCM-Akupunktur,  
Aurikulomedizin und Lasertherapie

Sie möchten sich anmelden oder haben noch Fragen?  
Wir freuen uns auf Ihre Nachricht! Ihr AcuMax-Team!

Internet [www.acumax.ch](http://www.acumax.ch)  
E-Mail [info@acumax.ch](mailto:info@acumax.ch)  
Telefon + 41 56 249 31 31  
Kursort AcuMax GmbH, 5330 Bad Zurzach, Schweiz

WEITERE INFORMATIONEN UNTER [WWW.ACUMAX.CH](http://WWW.ACUMAX.CH)

**TCM Zen Tao**  
Praxis für Traditionelle Medizin  
[www.tcmzentao.ch](http://www.tcmzentao.ch)

Wir suchen ab sofort oder nach Vereinbarung für unsere Praxen für Chinesische Medizin in der Schweiz, Kanton Aargau

**TCM-Therapeutinnen oder Therapeuten**

Anforderung: Abgeschlossenes TCM-Studium mit mehrjähriger Berufserfahrung.  
Aufgaben: Puls- und Zungendiagnose, Behandlungen mit Akupunktur, Tuina-Massage, Schröpfen und chinesischer Phytotherapie  
Senden Sie uns bitte Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen mit Foto an:  
**Zen Tao GmbH**  
Bahnhofstrasse 103c  
CH - 5430 Wettingen  
oder  
per Email an [xuezheng.li@tcmzentao.com](mailto:xuezheng.li@tcmzentao.com)