

Traditionelle Chinesische Medizin in der Urologie

Die ganzheitliche Herangehensweise macht öfters mal den Unterschied

Die Integration der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) in die moderne Urologie schafft eine faszinierende und ganzheitliche Herangehensweise an urologische Erkrankungen. Während die TCM in der Frauenheilkunde und anderen Fachrichtungen schon viele Jahre integriert wird, gibt es in der Urologie in Deutschland bisher nur wenige Experten. Bedarf für dieses große Feld ist definitiv da.

Was ist die TCM?

Die TCM ist ein medizinisches System, das vor über 3.000 Jahren in China entwickelt wurde. Sie basiert auf der Theorie von Yin und Yang: diese beiden Kräfte repräsentieren Gegensätze, die sich ergänzen und im Gleichgewicht sein müssen, um Gesundheit zu gewährleisten. Sind Yin und Yang im Gleichgewicht, kann auch das Qi (unsere Lebensenergie) regelrecht fließen. Dabei ist Qi ein durchaus wissenschaftlicher Begriff – es kann als die Zusammenfassung physikalischer Energiezustände wie z.B. thermische, mechanische, elektrische und Bewegungsenergie erklärt werden. Befindet sich unser Körper im Ungleichgewicht, kann das Qi nicht fließen und Krankheiten können entstehen. Da in der TCM Körper, Geist und Seele nicht getrennt voneinander gesehen werden, gilt die TCM als ganzheitliche Medizin. Das Ziel einer Behandlung mit der TCM ist es, das Gleichgewicht im Körper wiederherzustellen, um Gesundheit und Wohlbefinden zu fördern. Die Behandlungsmethoden der TCM umfassen die Akupunktur, die Kräuterheilkunde, die Ernährungslehre, die Tuina (eine spezielle Massagetechnik) sowie Qi-

gong und Taiji als Bewegungstherapien. Wird die TCM im Sinne einer integrativen Medizin zur Behandlung der Schulmedizin ergänzt, kann eine Vielzahl an verschiedenen urologischen Erkrankungen mit dieser modernen Herangehensweise behandelt werden. Im Folgenden werden exemplarisch einige Erkrankungen, die in der Praxis häufig vorkommen, näher vorgestellt.

Blasen- und Prostataentzündungen
Harnwegsinfekte wie Blasen- und Prostataentzündungen sind ein häufiges Gesundheitsproblem. Von Blasenentzündungen können sowohl Männer als auch Frauen betroffen sein, insgesamt haben Frauen jedoch ein deutlich höheres Risiko. Etwa 10 von 100 Frauen haben mindestens eine Blasenentzündung pro Jahr. Die Prostata gehört zu den inneren männlichen Geschlechtsorganen. Es wird geschätzt, dass etwa 5 bis 10% der Männer im Laufe ihres Lebens eine Entzündung der Prostata bekommen. Typische Symptome eines Harnwegsinfekts sind: Schmerzen und Brennen beim Wasserlassen, häufiger Harndrang, Unterbauchschmerzen sowie ein trüber, verfärbter

und/oder stark riechender Urin. Manchmal tritt auch Blut im Urin auf, zudem kann es zu Fieber kommen. Aus Sicht der Schulmedizin werden Harnwegsinfekte durch das Eindringen von Bakterien in das Harnwegssystem erklärt und folglich mit Antibiotika behandelt. Nicht selten bestehen jedoch die Symptome eines Harnwegsinfekts, ohne dass Bakterien im Urin nachgewiesen werden können. In der TCM werden Harnwegsinfekte auf Ungleichgewichte im Körper zurückgeführt. Die moderne chinesische Medizin erkennt Bakterien und Viren als Auslöser von Krankheiten durchaus an – dann werden die Symptome jedoch weiter differenziert – bei Harnwegsinfekten nach Kälte, Feuchtigkeit und Hitze. Auch Stress und emotionale Belastungen können gemäß TCM eine auslösende Rolle spielen. Bei der Behandlung von Harnwegsinfekten kommen sämtliche Therapiesäulen der TCM zum Einsatz. Sind Sie auch öfters betroffen? Dann informieren Sie sich unbedingt bei ihrem TCM-Arzt/Ärztin. Denn gerade bei immer wiederkehrenden Harnwegsinfekten durch Feuchte-Hitze kann es sinnvoll sein, klassische Kräuterrezepturen wie



Viele denken bei der Urologie primär an Männer – dabei werden in der Urologie alle Geschlechter jeglichen Alters behandelt: vom Neugeborenen bis hochbetagten Menschen. Durch die TCM wird das Therapiespektrum ausgeweitet und dadurch kann häufig die Einnahme von westlichen Medikamenten reduziert werden, manch urologische Operation kann aufgeschoben oder gar ganz abgesagt werden und manch Paaren konnte durch diese Herangehensweise ein Kinderwunsch erfüllt werden.

das „Achtfache Mittel zur Wiederherstellung der Gradläufigkeit (Bazheng san)“ zu Hause zu haben, um direkt bei den ersten Symptomen handeln zu können.

Harninkontinenz

Harninkontinenz ist der ungewollte Verlust von Urin. Sie betrifft Menschen jeden Alters und Geschlechts, aber sie tritt besonders häufig bei älteren Menschen auf. Faktoren wie Alter, Anzahl der Geburten, Operationen, Verletzungen, genetische Veranlagung und bestimmte Krankheiten können das Risiko erhöhen. Auch Männer können von Harninkontinenz betroffen sein, häufiger auch nach einer Prostataoperation. In der TCM gibt es verschiedene energetische Dysbalancen, die zu einer Inkontinenz führen können. Dabei kann sowohl eine energetische Fülle als auch Leere die Ursache sein. Ganz wichtig für eine erfolgreiche Therapie ist eine umfangreiche Diagnostik und die Kombination der verschiedenen Therapie-Säulen. Insbesondere die Kräutertherapie und die Akupunktur sollten eng aufeinander abgestimmt werden. Bei einer Kälte und Schwäche kann man zu Hause selbst Wärme mithilfe einer Moxazigarre in

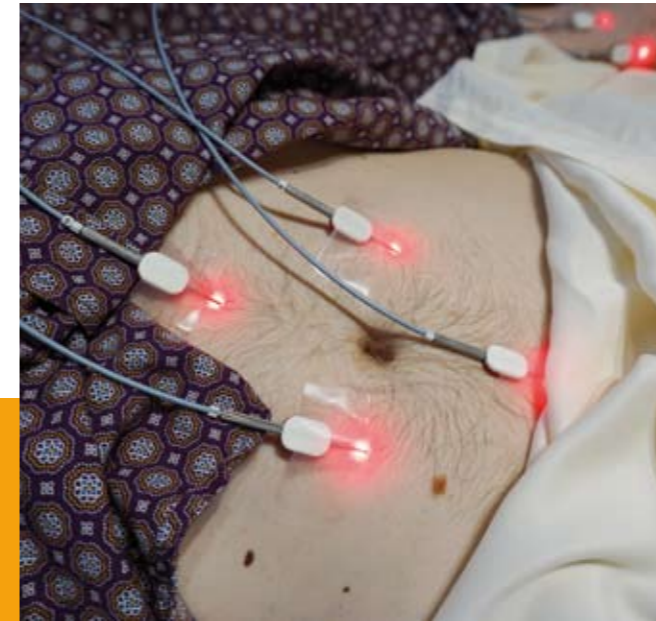
den Körper bringen. Moxibustion ist die Erwärmung von ausgewählten Akupunkturpunkten. Dies sollte allerdings auf keinen Fall auf eigene Faust ausprobiert werden, da es bei falscher Indikation oder Anwendung die Symptomatik sogar verschlimmern kann.

Benigne Prostatahyperplasie

Ungefähr die Hälfte aller Männer über 50 Jahre leiden unter einer gutartigen Prostatavergrößerung und fast 3/4 aller Männer über 70 Jahre sind betroffen. Die Prostata ist eine Drüse, die sich unterhalb der Blase befindet und die Harnröhre umschließt. Sie wächst meist spätestens ab dem 40. Lebensjahr aufgrund altersbedingter Veränderungen im Hormonhaushalt. Typische Symptome sind: schwacher oder unterbrochener Harnstrahl, Restharngefühl, häufiger oder auch nächtlicher Harndrang. Die Schulmedizin kennt Medikamente, die die Muskulatur von Blasenhalshals und Prostata entspannen und welche, die die Prostata bei manchen Patienten verkleinern können. Häufig sind diese Medikamente auf die Dauer nicht erfolgreich bzw. wird die Prostata trotzdem immer größer.

Dann folgt oftmals eine Prostata-Operation. Sowohl Prostata-Medikamente als auch eine OP werden von vielen als allerletzte Option angesehen. Interessanterweise wurde die Prostata in den alten chinesischen Schriften gar nicht selbst als Organ erwähnt. Vielleicht gibt es gerade deswegen im modernen China sehr viele Studien zu diesem Thema. Die Ursachen für die Prostatavergrößerung aus TCM-Sicht sind sehr komplex: neben einer Ansammlung von Feuchtigkeit und Schleim wird häufig eine Stagnation von Blut gesehen. Die Entstehung dieser Befunde können wiederum unterschiedlichster Natur sein. Wichtig ist es, dass man auch bei der TCM frühestmöglich mit der Behandlung beginnt und nicht erst, wenn man mit der Schulmedizin um eine OP nicht mehr herumkommt. Der beste Zeitpunkt zum Start einer Therapie sind allererste Symptome. Aufgrund der Komplexität der Krankheitsbilder sollte auch hier immer eine Kombination aus Kräutertherapie und Akupunktur erfolgen. Auch eine Ernährungsumstellung ist dringend anzuraten: schleimende Nahrungsmittel wie beispielsweise Milchprodukte, Zucker oder Weißmehl

... Fortsetzung Traditionelle Chinesische Medizin



sowie (zu viel) Alkohol können die Symptome verschlimmern. Zur Anregung der Mikrozirkulation im kleinen Becken kann auch eine hoch moderne Behandlung mit einer „Low-Level-Lasertherapie“ unterstützend zur klassischen TCM-Therapie eingesetzt werden.

Harnsteine

Etwa 10 bis 15% der Europäer bilden im Laufe ihres Lebens Nierensteine. Männer sind häufiger betroffen als Frauen. Löst sich ein Nierenstein aus dem Nierenbecken, rutscht er in den Harnleiter und verursacht Nierenkoliken. Während große Harnsteine operativ entfernt werden müssen, können kleinere spontan mit dem Urin ausgeschieden werden. Die TCM spielt eine besondere Rolle in der Prävention und Metaphylaxe von Harnsteinen und durch gezielte Kräutherapie und Akupunktur kann ein Spontansteinabgang erleichtert werden. Man hat übrigens beobachtet, dass die besten Ergebnisse mit der TCM erreicht werden, wenn die Akupunktur zum Zeitpunkt des Schmerzes erfolgt.

Nächtliches Einnässen bei Kindern

Die Enuresis ist definiert als unwillkürliches Einnässen im Schlaf mindestens einmal pro Monat nach dem 5. Lebensjahr. Die schulmedizinische Therapie umfasst mehrere Ansätze: neben einer Verhaltenstherapie können Medikamente ausprobiert werden. Reichen diese Maßnahmen nicht aus, kommen nächtliche Weckapparate wie eine „klingelnde Hose“ zum Einsatz. Solch eine Therapie ist für die Kinder als auch für Eltern meist sehr belastend. Früher sah man in der TCM energetische Schwächemuster als Ursache der Enuresis an, heute sehen einige Experten eher eine energetische Fülle als Ursache. Während die einen Kinder ruhig und schüchtern sind, sind die anderen recht hyperaktiv und nervös. Bei Kindern punktet die TCM durch eine schmerzlose Therapie mittels Laser-Akupunktur oder Ohrsamen in Kombination mit entsprechenden Kräutern.

Erektionsstörungen

Ein Thema über das keiner gerne spricht. Unter erektiler Dysfunktion versteht man die wiederholte Unfähigkeit, eine für den Geschlechtsverkehr ausreichende Erekti-

on zu erreichen oder aufrechtzuerhalten. Die Ursachen sind vielfältig: Krankheiten wie beispielsweise Diabetes mellitus, Nierenerkrankungen, Gefäß- und Nervenkrankungen, Alkoholabusus, Operationen, Nebenwirkungen von Medikamenten wie beispielsweise Blutdrucksenker, Rauchen, Übergewicht, mangelnde Bewegung, Stress, Angst, Schuldgefühle, Depressionen und viele mehr. Etwa 40% der Männer über 18 Jahren leiden an Erektionsstörungen. In der Schulmedizin werden oft schnell Tabletten verschrieben. Doch diese haben häufig auch schwerwiegende Nebenwirkungen oder helfen nicht ausreichend. In China gibt es aufgrund der Häufigkeit der Problematik viele Studien. Dabei werden Akupunktur und auch Kräuter häufig in Kombination eingesetzt. Aber auch die anderen Therapiensäulen der TCM werden in die Therapie mit einbezogen, denn die TCM sieht als Ursache für Erektionsstörungen ein hohes Lebensalter, übermäßige sexuelle Aktivität, Ernährungsfehler, emotionalen Stress, übermäßige körperliche Aktivität sowie Überarbeitung. Der Einsatz der Diätetik, der Bewegungstherapie zur Stressregulation sowie die Tuina machen hier durch-

aus Sinn. Gerade jüngeren Patienten kann so ein Therapieversuch ohne die teils stark beeinträchtigenden Nebenwirkungen der schulmedizinischen Behandlung angeboten werden. Ein weiteres Therapiehighlight bei Erektionsstörungen stellt das Schröpfen dar: wiederholte Schröpfkopfbehandlungen können die Durchblutung der Genitalorgane positiv beeinflussen.

Unerfüllter Kinderwunsch

Fast jedes 6. Paar in Deutschland hat Probleme, ein Kind zu zeugen. Die Ursache für einen unerfüllten Kinderwunsch liegt etwa in 30% der Fälle bei der Frau, in 30% beim Mann und in 30% bei beiden Partnern. In 10 bis 15% der Fälle bleibt die Ursache trotz modernster Abklärung unklar. Die Mitbehandlung der betroffenen Frauen mit TCM hat sich in vielen Kinderwunschzentren bereits etabliert. Doch auch bei betroffenen Männern ist es zu empfehlen, die TCM miteinzubeziehen. Nach einer ausführlichen TCM-Diagnostik und schulmedizinischen Abklärung kann unter Einbeziehung des Spermogramms

die zugrundeliegende energetische Dysbalance identifiziert und mit ausgewählten Akupunkturpunkten und Kräutern behandelt werden. Da die Spermienreifung 72 Tage dauert, sollte die Therapie 10 bis 12 Wochen vor der geplanten Befruchtung begonnen werden. Zusätzlich sollte eine Lebensstilberatung und -änderung erfolgen: Ernährung, Bewegung und Entspannung spielen auch hier eine entscheidende Rolle. Und in einem sind sich Schulmedizin und TCM einig: Rauchen, Alkohol und auch hohe Dosen an Koffein können die Spermienqualität deutlich reduzieren.

Fazit

Die Integration der TCM in die Urologie bietet eine wertvolle Ergänzung zu konventionellen Behandlungsmethoden. Die Therapie wird individuell an jeden Patienten angepasst. Durch den ganzheitlichen Ansatz der TCM können nicht nur die Symptome, sondern auch die zugrunde liegenden Ursachen behandelt und das allgemeine Wohlbefinden verbessert werden.



Autorin: Frau Dr. med. Maren Gruner, Fachärztin für Urologie, FEBU, TCM-Ärztin. Bereits während ihres Studiums lernte Frau Dr. Gruner die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) kennen. Nach ihrer Facharztausbildung war sie jahrelang als Oberärztin tätig. Sie begann ihre langjährige TCM-Ausbildung und ist mittlerweile an der Seite von Thomas Neuerer in der TCM-Praxis Scheidegg als TCM-Ärztin und eine der ersten „TCM-Urologinnen“ in Deutschland tätig. Selbstverständlich behandelt sie nicht nur urologische Patienten. Zudem ist sie eine der Gastgeberinnen des TCM-Podcasts „Die TCM-Docs“ und Dozentin der Akademie für Naturheilkunde.