

Was bedeutet eigentlich „integrativ“?

Integrative Chinesische Medizin nach Jeremy Ross

Erich Wühr

Die Integrative Chinesische Medizin (ICM) ist in mehrfacher Hinsicht „integrativ“: Sie integriert Erfahrungen, Wissen und Verfahren

- aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und
- aus der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM) sowie
- aus der modernen Medizin und den Naturwissenschaften sowie
- aus den modernen Gesundheitswissenschaften.

Dabei konzentriert sich die ICM auf diejenigen Vorgehensweisen, die wir als Praktiker wirklich kennen und können müssen, um die Lebensqualität der Menschen zu verbessern, die sich uns anvertrauen.

Was uns die TCM nutzen kann

Das Besondere und eigentlich ausgesprochen Moderne an der TCM ist ihre Syndromdiagnostik: Die Verfahren der TCM werden nicht nur symptomorientiert ausgewählt und angewendet. Durch die Erkennung komplexer Symptom- und Befundkombinationen (= Syndrome, Muster) kann die TCM den Systemzustand von Patienten viel genauer und individueller erfassen und gezielter behandeln. Mittlerweile können wir mit statistischen Methoden (Faktorenanalysen) auch nachweisen, dass Symptome und Befunde von Menschen nie in willkürlichen Kombinationen vorkommen, sondern immer in diesen

bestimmten Mustern, die wir in der TCM Syndrome nennen.

In der ICM hat Jeremy Ross ein ebenso ausgeklügeltes wie einfaches und praktikables System von sogenannten Differenzialdiagnostischen Fragen entwickelt. Diese Methodik erlaubt uns Praktiker, schnell und sicher eine chinesische Diagnose zu stellen. Auch komplexe Fälle können wir beherrschen, denn Jeremy Ross beschreibt in der ICM auch, wie sich Syndrome – unter bestimmten Lebensumständen – aus anderen Syndromen entwickeln und in andere Syndrome weiterentwickeln. Durch das genaue Verstehen dieser dynamischen Entwicklungen können wir in der ICM für jede Patientin die genau passenden Verfahren der TCM auswählen und anwenden.

Außerdem stützt sich die ICM auf das sogenannte *Yang Sheng* – die chinesische Gesundheitsförderung und Prävention: Sie bezieht die eigenverantwortliche gesundheitsfördernde und krankheitsvermeidende Lebensführung der Patientinnen und Patienten ein und bringt ihnen entsprechende Techniken im Sinne der Selbsthilfe bei. Dies sind vor allem Techniken der Eigenmassage, des *Qigong* und der chinesischen Ernährungslehre.

Was uns die TEM nutzen kann

Auch die europäische Naturheiltradition hat uns Einiges zu bieten, mit der wir die Lebensqualität unserer Patien-

ten und Patienten verbessern können. Dies gilt vor allem für die Phytotherapie. Als Biologe und Botaniker ist es Jeremy Ross in der ICM gelungen, die Wirksamkeit westlicher Kräuter auf der Basis der Chinesischen Syndromdiagnostik auszuwählen und einzusetzen. Dadurch können wir in der ICM die westliche Phytotherapie dem individuellen Patientenzustand genau anpassen und auch komplexe Fälle wirksam behandeln.

Ebenso wie in der TCM kennen wir auch in der TEM Selbsthilfetechniken, die wir unseren Patienten beibringen. So können diese in eigener Verantwortung dazu beitragen, gesund zu werden bzw. gesund zu bleiben.

Was uns die moderne Medizin und die Naturwissenschaften nutzen können

In seinen Veröffentlichungen legt Jeremy Ross großen Wert darauf, sich immer auf den aktuellen Stand der phytotherapeutischen Grundlagenforschung zu beziehen. Es ist bemerkenswert, wie sich diese Forschung in den letzten Jahren bezüglich Quantität und Qualität der Studien entwickelt hat, und diese Dynamik scheint in den nächsten Jahren ungebremst weiterzugehen. Für uns Praktiker ist es schwierig, mit dieser rasanten Entwicklung Schritt zu halten. Jeremy Ross und andere Expertenn der ICM versuchen, immer auf dem neuesten

Stand zu bleiben und ihr Wissen an die Gemeinschaft der ICM-Praktiker weiterzugeben. In unserem Herbst-Symposium (s. u) wird Jeremy Ross auf den aktuellen Forschungsstand der vorgestellten therapeutischen Konzepte eingehen.

Außerdem wird Professor Dieter Melchart (Vorsitzender des wissenschaftlichen Beirats der TCM-Klinik Bad Kötzing) von den Ergebnissen seiner klinischen Forschung und seiner Literaturrecherchen zur TCM berichten. Auch wir als Praktiker sind aufgefordert, die Qualität unseres täglichen Tuns zu beobachten und ständig zu verbessern: In der ICM geschieht dies im Sinne eines wissenschaftlichen Qualitätsmanagements. Professor Erich Wühr wird dazu in unserem Herbst-Symposium ein ebenso einfaches wie praktikables Konzept vorstellen.

Was uns die modernen Gesundheitswissenschaften nutzen können

Sowohl in der TCM als auch in der TEM wird seit jeher die Eigenverantwortung der Patienten betont und gefordert. Dies ist unter den aktuellen Bedingungen in unserem Gesundheitswesen wichtiger denn je: 80% der Todesursachen fallen auf die so genannten Zivilisationskrankheiten: Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronische Lungenkrankheiten, Diabetes-Typ-II, chronische myofasziale Schmerzen, Immun-Defizit-Erkrankungen bis hin zu Tumorerkrankungen und Stressfolgeerkrankungen u.a.m.

Ebenso 80% ist der Anteil dieser Erkrankungen an den Diagnosen in den deutschen Allgemeinarztpraxen. Und diese Zivilisationskrankheiten sind nahezu ausschließlich durch einen belastenden Lebensstil der betroffenen Menschen verursacht. Im Umkehrschluss bedeutet dies, dass bei solchen Erkrankungen nicht die Behandlung im Vordergrund stehen muss, sondern

die Lebensstiländerung der Patienten. Dazu beraten und befähigen wir in der ICM unsere Patienten zu einem gesundheitsfördernden und präventiven Lebensstil.

Wir bringen ihnen Selbsthilfetechniken aus der TCM und der TEM bei und begleiten sie im Sinne eines modernen, gesundheitswissenschaftlich basierten Gesundheitscoachings über einen längeren Zeitraum.

Dabei machen wir in der ICM die Erfahrung, dass sich nicht nur Kranke auf diese Art der Gesundheitsbildung einlassen, sondern zunehmend auch gesunde Menschen, die gesund bleiben wollen. Im Herbst-Symposium (s. u.) werden Frau Dr. Claudia Nichterl und Professor Erich Wühr über das *Yang Sheng*-Gesundheitscoaching berichten.

Wie wir die ICM lernen und umsetzen können

Durch ihre logische und systematische Vorgehensweise ist die ICM schnell und sicher zu erlernen und praktikabel in der täglichen Praxis umzusetzen. In Zusammenarbeit mit Jeremy Ross und anderen Experten der ICM wurden dazu zahlreiche Medien entwickelt.

Diese sind multimedial aufbereitet: Es gibt Bücher in englischer und deutscher Sprache, ebenso eine zweisprachige Website sowie eine Facebook-Seite und einen YouTube-Kanal, kostenlose Videos und Online-Kurse, Webinare und Seminare sowie eine Basisausbildung.

Derzeit arbeiten wir zusammen mit Jeremy Ross an einer Software, die für Praktiker die tägliche Arbeit am Patienten deutlich beschleunigen und erleichtern wird:

Das Programm bereitet das Wissen und die Vorgehensweisen von Jeremy so auf, dass Syndrome schnell und sicher erkannt und die passende Therapie schnell und sicher bestimmt werden kann.

Herbst-Symposium „Integrative Chinesische Medizin nach Jeremy Ross“

Erstmalig veranstaltet der Verlag Systemische Medizin in Kooperation mit der TCM-Klinik Bad Kötzing ein Symposium zur Integrativen Chinesischen Medizin nach Jeremy Ross. In zwei Tagen berichten Jeremy Ross und andere Experten der ICM über Wissenschaft, Praxis und Gesundheitscoaching in der ICM.

Die Inhalte sind gleichermaßen für Einsteiger wie für fortgeschrittene ICM-Praktiker geeignet: Einsteiger gewinnen einen nützlichen Einblick und Überblick über die ICM; fortgeschrittene ICM-Praktiker können ihr Wissen und Können vertiefen. Am wichtigsten bei einer solchen Veranstaltung ist aber immer das Zusammenkommen von Gleichgesinnten und der entsprechende Erfahrungsaustausch.

Wir freuen uns, wenn wir Sie im Oktober auf unserem Herbst-Symposium persönlich kennenlernen und begrüßen können.

Unser Programm und alle weiteren Informationen zum Herbst-Symposium finden Sie auf <https://integrative-chinese-medicine.com/herbstsymposium/>



Professor Dr. Erich Wühr, M.Sc.

Wissenschaftlicher Beirat der TCM-Klinik Bad Kötzing, Gesundheitscampus Bad Kötzing der Technischen Hochschule Deggendorf, Lehrgebiet Gesundheitsförderung und Prävention“

