

von Mike Adams

Wurzel- und Symptombehandlung im Meridian Shiatsu (Teil I)

Wurzel- und Symptombehandlung sind zentrale Begriffe in der japanischen Akupunktur. Die Wurzelbehandlung (hon chi ho) entspricht dem Fülle - Leere Ausgleich in den Meridianen und regelt im Sinne einer Homöostase das innere Gleichgewicht; die Symptombehandlung (hyo chi ho) behandelt gezielt Symptome und spezielle Leiden. Beide Aspekte sind wie Vorder- und Rückseite einer Münze und bewirken zusammen eine rasche Beschwerdefreiheit. Die Meridiantherapie (keiraku chiryo) ist eine Form der japanischen Akupunktur, wobei hier zur Symptombehandlung sehr häufig auch direkte Moxibustion eingesetzt wird und die Wirksamkeit nicht selten gerade auf dieser Technik beruht. Sowohl in der Meridiantherapie als auch dem Shiatsu nach Masunaga steht der Ausgleich von Fülle und Leere in den Meridianen im Mittelpunkt der Behandlung. Wie die bisherige Erfahrung zeigt, lässt sich die Idee der Wurzel- und Symptombehandlung aus der Akupunktur prinzipiell auf Shiatsu übertragen, was die Shiatsubehandlung durch verstärkte Einbeziehung von Akupressurpunkten methodisch und konzeptionell verändert. Auch beim Shiatsu ist durch die Anwendung dieser Methode eine rasche Beschwerdefreiheit bei Patienten zu beobachten.

Akupunktur, Moxa (mogusa), Kräuterheilkunde (Kampo), Shiatsu und Sotai sind Teilbereiche der japanischen Medizin. Blickt man nun über den Tellerrand des Shiatsu hinaus und sucht Berührungspunkte zu anderen Verfahren innerhalb der japanischen Medizin, so findet man diese in der Meridiantherapie, eine Akupunkturrichtung, wie sie häufig in Japan praktiziert wird. Seit meiner Ausbildung in Akupunktur nach Manaka und dem Besuch von Seminaren in Meridiantherapie bei Shudo Denmai (etwa 10 Jahre nach meiner Shiatsuausbildung bei IO-KAI unter K Sasaki Sensei), beschäftigt mich die Frage nach der Übertragbarkeit methodisch-praktischer Ansätze aus der japanischen Akupunktur auf Shiatsu. Hierbei interessiert mich konkret das Konzept der Wurzel- und Symptombehandlung. Wir finden diesen Ansatz in der Meridiantherapie (keiraku chiryo) (2), bei der Akupunktur nach Manaka (5) und auch in der japanischen Kinderakupunktur Shonishin (11).

Aufgrund starker Parallelen zwischen der Meridiantherapie und dem Shiatsu nach Masunaga möchte ich mich in den folgenden Ausführungen auf die Meridiantherapie beziehen. Die Akupunktur nach Manaka ist ebenfalls ein hoch interessanter Ansatz, der den Yin Yang Ausgleich in den Mittelpunkt der Überlegungen stellt. Y.Manaka stützt sich hauptsächlich auf die Behandlung der 8 außerordentlichen Gefäße und integriert viele Verfahren aus der fernöstlichen Medizin zu einer Konzeption (verschiedene Moxamethoden, Schröpfen, Bluten lassen, Ohrakupunktur und rhythmisches Beklopfen mit dem Holzhammer). Das erschwert die Übertragung auf Shiatsu. Dieses System muss natürlich als Ganzes gesehen werden und wegen der großen Komplexität möchte ich hier nicht näher darauf eingehen.

Wenn man nun Behandlungsprinzipien aus der Akupunktur auf Shiatsu übertragen möchte, so leuchtet es ein, dass die gezielte Stimulation von Akupunkturpunkten durch Akupressur zu einem technischen Schwerpunkt der Shiatsubehandlung wird. Die grundsätzliche Frage, ob Akupressur gleichermaßen wie die Akupunktur therapeutische Wirkung zeigt und manuelle Techniken mit der Wirkung der Akupunktur vergleichbar sind, ist durch verschiedene Studien belegt und wird in der Literatur bejaht (7, 10, 12). In den USA wird Akupressur häufig von Krankenschwestern zur Schmerzbehandlung und gegen Übelkeit bei der Krebsbehandlung angewandt (10). Häufig werden Akupressurtechniken auch in der Notfallbehandlung (2,3) oder bei Nebenwirkungen der Akupunktur eingesetzt (2). Andererseits sind bei sachgemäßer Akupressur bedeutend weniger Nebenwirkungen als bei der Akupunktur zu erwarten (9) Die schnelle Wirksamkeit von Akupressurtechniken entspricht wohl auch der allgemeinen Erfahrung der meisten Shiatsupraktiker, die gezielt Akupressurtechniken einsetzen.

Die Meridiantherapie ist seit Jahrzehnten in der täglichen Praxis von einer Vielzahl von japanischen „Meistern der Akupunktur“ aber auch auf internationaler Ebene millionenfach erprobt und in ihrer Wirksamkeit bestätigt. Dies und die Tatsache, dass Akupressur therapeutisch wirksam ist, spricht grundsätzlich für eine mögliche Integration der Wurzel- und Symptombehandlung durch Verwendung von Akupressur in die Shiatsubehandlung. Meine bisherigen Erfahrungen bestätigen



nicht nur diese Übertragbarkeit auf Shiatsu, sondern auch die oft erstaunliche therapeutische Wirksamkeit.

Daher möchte ich die Idee, das methodische Prinzip der Wurzel- und Symptombehandlung in die Shiatsubehandlung zu integrieren, den interessierten Lesern vorstellen – möglicherweise haben ja auch andere diesen Ansatz aufgegriffen und ebenfalls ähnliche Erfahrungen gesammelt; ein reger Austausch über diese Thematik könnte für Shiatsu von großem Interesse sein.

Wurzel- und Symptombehandlung in der Meridiantherapie

Bei Shudo Denmai ist zu lesen : „Die Meridiantherapie ist ein Akupunktursystem, das als Gegenreaktion zum modernisierenden Trend in der Akupunktur in den 40er Jahren (des 20. Jhdts) entwickelt wurde und sich eindeutig auf die Klassiker beruft“ (Denmai, S. 21) Die Meridiantherapie ist demnach als eigenständiges Akupunktursystem eher modern und leitet sich aus dem Ansatz der japanischen Akupunktur aus dem 17. Jahrhundert ab. (1,2)

Auch Shiatsu ist aufgrund der Entstehung zu Beginn des 20. Jahrhunderts relativ modern und beruft sich in der Anwendung ebenfalls auf die Klassiker und antike manualtherapeutische Techniken wie z.B. Anma (1,6).

Da die Begriffe Wurzel- und Symptombehandlung möglicherweise für viele Leser neu sind, möchte ich zunächst erläutern, was darunter zu verstehen ist. Hierzu einige Zitate von bekannten japanischen Meridiantherapeuten.

Die Wurzelbehandlung wird entsprechend dem Erkrankungsmuster vorgenommen, die symptomatische Erkrankung richtet sich nach den Symptomen. Erste Priorität hat die Korrektur abweichender Meridianbeziehungen im Sinne von Fülle und Leere... (Yamashita 1974 in Denmai, S.210)

Die Wurzelbehandlung bezeichnet denjenigen Aspekt der Behandlung, bei dem die Störungen des Gleichgewichts in den Meridianen, welche die Essenz der Erkrankungen bilden, durch Tonisierung und Sedierung korrigiert werden. Hierzu werden die fünf Wandlungsphasen-Punkte und die 5 essentiellen Punkte verwendet. Mit der symptomatischen Behandlung bezeichnet man denjenigen Aspekt der Behandlung, der entsprechend den Manifestationen der Erkrankung und den Beschwerden des Pa-

tienten vorgenommen wird; hier wird lokal behandelt. (Fukushima 1997 in Denmai, S.210)

...Es gibt natürlich auch Fälle, in denen die Symptome alleine durch die Wurzelbehandlung gelindert werden können...Doch in den meisten Fällen sind beide Aspekte der Behandlung gleichermaßen von Bedeutung und notwendig. (Takeyama 1944 in Denmai, S.210)

Zusammengefasst bedeutet dies, dass die Wurzelbehandlung sich auf ein Ungleichgewicht von Meridianbeziehungen hinsichtlich Fülle und Leere bezieht. Ich benutze hier anstatt Leere und Fülle bewusst nicht die Begriffe kyo und jitsu, da man darunter häufig eine umfassendere und/oder tiefer gehende Bedeutung impliziert (11,8), die ich an aber dieser Stelle nicht diskutieren möchte.

Leere in der Meridiantherapie bezieht sich auf den „Verlust oder Mangel an normalem Ki, der eine Schwächung des Geistes, einen Verlust der Vitalität und eine Reduktion der physiologischen Funktion mit sich bringt“ (Honma 1949 in Denmai, S. 59 f).

Ursachen können gemäß der fernöstlichen Medizinlehre innerer (Emotionen) oder äußerer (Wind, Kälte, Hitze...) Natur sein. Heute häufig vorherrschende Dauerstressbelastungen rechnet man zu den inneren Faktoren, obwohl sie nicht einer Emotion im eigentlichen Sinne gleichkommen. Dieser dauerhafte Distress verbraucht das Nieren Ki (2), was viele Leerezustände in anderen Meridianen nach sich ziehen kann.

Wie Shudo Denmai bei den Seminaren und in seinem Buch ausführlich erläutert, wird in der Meridiantherapie generell davon ausgegangen, dass Yin Meridiane zur Leere und Yang Meridiane zur Fülle tendieren. Herz-Leerezustände werden nicht behandelt, bzw. diagnostiziert, weil das Herz das Yin Organ mit dem stärksten Yang Aspekt ist und somit eher nicht zur Fülle tendiert. Ferner geht man davon aus, dass das Herz im Leerezustand aufgrund der engen Beziehung zum Geist Shin als nicht mehr mit dem normalen Leben vereinbar gesehen wird. Umgekehrt gilt ähnliches auch für Nieren Fülle; hier sieht man in der traditionellen fernöstlichen Medizin einen Widerspruch – das Nieren Ki kann niemals im Überfluß vorhanden sein (Fülle im Herz ist dagegen aber möglich). Man mag sich dieser Hypothese anschließen oder nicht; Meridiantherapeuten in Japan

behandeln sehr erfolgreich auch ohne Herzleere- bzw. Nieren Fülle-Muster.

Der Begriff Fülle bedeutet einen Übermaßzustand und kann als Reaktion auf einen äußeren pathogenen Faktor oder aber als Kompensationsreaktion auf eine Leere in einem anderen Meridian (Organ) verstanden werden (2,6, 11).

Ein Fülle-Leere Ungleichgewicht innerhalb der Meridiane wird als Muster (pattern) bezeichnet und ist die Grundlage der Wurzelbehandlung.

Allein der Ausgleich einer Fülle-Leere Dysbalance durch Sedieren und Tonisieren der entsprechenden Meridiane kann schon zur Linderung von Beschwerden führen.

Aus der täglichen Praxis wissen wir, dass Patienten sich häufig in einem Schwebezustand zwischen Noch-nicht-krank, -aber-nicht-ganz-gesund befinden und unklare Beschwerden aufweisen, die einer westlich medizinischen Diagnose nicht zugänglich sind. Gerade hier kann eine allgemein ausgleichende Therapie im Sinne der Wurzelbehandlung bereits ausreichen, um das Befinden des Patienten zu verbessern.

Oder Patienten schildern uns eine Vielzahl von Beschwerden. Die Beachtung bzw. Behandlung jedes einzelnen Symptoms könnte zu einer völligen Verwirrung oder Überforderung bei dem behandelnden Therapeuten führen, bei dem Wunsch, dem Patienten zu Wohlbefinden zu verhelfen. Mehrere geschilderte Beschwerden behandeln zu wollen, könnte auch eine Unmenge an Überlegungen und Maßnahmen nach sich ziehen. Hier erleichtert die Wurzelbehandlung den therapeutischen Zugang. Nach erfolgter Allgemeinregulation reduzieren sich häufig die Beschwerden in Umfang oder Intensität und erscheinen in einem klareren Zusammenhang. Die verbleibenden Symptome können dann einfacher und gezielt, im Sinne einer Symptombehandlung therapiert werden. Die Symptombehandlung richtet sich also gezielt auf den Ort der Erkrankung und ist ein gleichwertiges Element in der Gesamtbehandlung. Beide Verfahren werden als notwendig zur erfolgreichen Behandlung erachtet.

Im allgemeinen kann man zusammenfassend sagen, dass

- Eine Wurzelbehandlung die therapeutische Ausgangssituation und die grundlegende Gesundheit verbessert
- Eine Wurzelbehandlung häufig schon zur deutlichen Beschwerdelinderung führt
- Eine Symptombehandlung nach einer Wurzelbehandlung weniger aufwendig ist
- Eine Kombination von Wurzel- und Symptombehandlung zu außerordentlich schnellen und eindrucksvollen Behandlungserfolgen führt
- Nun möchte ich auf die Vorgehensweise bei der Wurzel- und Symptombehandlung in Anlehnung an die Meridiantherapie näher eingehen.

Die Vorgehensweise bei der Wurzelbehandlung

Es ist offensichtlich, dass eine Wurzelbehandlung nicht komplex, sondern einfach und klar sein muss. Auch wenn die nachfolgenden Ausführungen einem methodisch klaren und strukturierten System folgen, möchte ich doch betonen, dass eine Flexibilität in der Auslegung und ein individuelles Anpassen an die Bedürfnisse des Patienten immer mit berücksichtigt werden müssen.

Fukushima beschreibt bei seiner Definition (siehe oben) schon gleich den Behandlungsansatz, wie er in der Meridiantherapie in Bezug auf die Wurzelbehandlung üblich ist, nämlich die Be-

handlung über die 5 Wandlungsphasenpunkte sowie über die essentiellen Punkte. Darüber hinaus sind die einzelnen Schritte der Wurzelbehandlung folgende:

1. Schritt:

Herausfinden, welcher von 4 Yin-Meridianen das stärkste Kyo zeigt, wobei der Herzmeridian, unberücksichtigt bleibt. Man konzentriert sich also in der Diagnostik auf Lungen-Leere, Nieren-Leere, Leber-Leere und Milz-Pankreas Leere.

Dies geschieht durch Puls- und Haradiagnose, durch Meridianpalpation und Anamnese; überwiegende Bedeutung hat in diesem Zusammenhang die 12 Positionen Pulsdiagnostik entsprechend dem Nan Jing, wobei es in der Geschichte viele verschiedene Auslegungen der einzelnen Pulsbefunde gibt (4). Die verwendete Pulsdiagnose entspricht auch dem System, welches im Shiatsu üblich ist.

2. Schritt:

Tonisieren des am stärksten in Leere befindlichen Yin Meridians. Zur Tonisierung eines in Leere befindlichen Yinmeridians sind die Wandlungsphasenpunkte von zentraler Bedeutung. Der betroffene Meridian wird prinzipiell über den Wandlungsphasenpunkt tonisiert, welcher der Mutter-Wandlungsphase entspricht (Tonisierungspunkt).

Zusätzlich der Punkt auf dem vorangehenden Muttermeridian, der der jeweiligen (Mutter-)Wandlungsphase entspricht (Intrinsic point (2)). Bei einem Muster Leber Leere und Lungen Fülle wäre der entsprechende Tonisierungspunkt Le 8 (Wasserpunkt des Lebermeridians). Zusätzlich wäre der Wasserpunkt auf dem Nierenmeridian zu stimulieren, also Ni 10. Anschließend Pulsdiagnose zur Erfolgskontrolle.

3. Schritt

Man sucht den Yinmeridian mit der stärksten Fülle. Dies muss natürlich nicht zwangsläufig der Theorie der Wandlungsphasen (z.B. Kontrollzyklus) entsprechen, ist aber erfahrungsgemäß häufig so; z.B. Leere im Lebermeridian (Holz) und reaktive Fülle gemäß dem Kontrollzyklus im Lungen (Metall) und/oder Milzmeridian (Erde). Die Ermittlung der Fülle /Leere Zustände der Yang Meridiane hat hier zunächst eine untergeordnete Bedeutung; diese werden im Kontext des Dispergierens der Yin - Meridiane in Fülle oder in die Symptombehandlung mit einbezogen. Ich denke, in den obigen Ausführungen sind schon grundlegende Gemeinsamkeiten zwischen der Herangehensweise im Shiatsu nach Masunaga und der Akupunktur gemäß der Meridiantherapie erkennbar. Während es in der Chineschen Medizin eher um die Benennung von Syndromen geht, z.B. kalter Schleim bedrückt die Milz, geht es in der japanischen Meridiantherapie und im Shiatsu um das Identifizieren von Störungsmustern in den Meridianen.

Auch beim Shiatsu stützt sich die Behandlung auf einen Ausgleich von Fülle und Leere, wobei das Tonisieren der sich im stärksten Kyo befindlichen Meridians im Vordergrund steht (6). Prinzipiell geht es also immer um einen Yin-Yang Ausgleich auf der Meridianebene und Shudo Denmai betont, dass dieser Aspekt die grundlegende Bedeutung der Heilung durch Akupunktur darstellt (S.282).

Die Tabelle gibt Übersicht über die Wandlungsphasenpunkte. Die zur Tonisierung der Yin Meridiane gebrauchten Punkte sind fettgedruckt.

Meridian	Jing-Punkt (Shu I)	Ying-Punkt (Shu II)	Shu-Punkt (Shu III)	Jing-Punkt (Shu IV)	He-Punkt (Shu V)
Lunge	Lu 11 Holz	Lu 10 Feuer	Lu 9 Erde	Lu 8 Metall	Lu 5 Wasser
Dickdarm	Di 1 Metall	Di 2 Wasser	Di 3 Holz	Di 5 Feuer	Di 11 Erde
Magen	Ma 45 Metall	Ma 44 Wasser	Ma 43 Holz	Ma 41 Feuer	Ma 36 Erde
Milz (Milz-Pankreas)	MP 1 Holz	MP 2 Feuer	MP 3 Erde	MP 5 Metall	MP 9 Wasser
Herz	H 9 Holz	H 8 Feuer	H 7 Erde	H 4 Metall	H 3 Wasser
Dünndarm	Dü 1 Metall	Dü 2 Wasser	Dü 3 Holz	Dü 5 Feuer	Dü 8 Erde
Blase	Bl 67 Metall	Bl 66 Wasser	Bl 65 Holz	Bl 60 Feuer	Bl 40 Erde
Niere	Ni 1 Holz	Ni 2 Feuer	Ni 3 Erde	Ni 7 Metall	Ni 10 Wasser
Perikard	P 9 Holz	P 8 Feuer	P 7 Erde	P 5 Metall	P 3 Wasser
Drei-Erwärmer	3E 1 Metall	3E 2 Wasser	3E 3 Holz	3E 6 Feuer	3E 10 Erde
Gallenblase	Gb 44 Metall	Gb 43 Wasser	Gb 41 Holz	Gb 38 Feuer	Gb 34 Erde
Leber	Le 1 Holz	Le 2 Feuer	Le 3 Erde	Le 4 Metall	Le 8 Wasser

Tab. Wandlungsphasenpunkte

Symptombehandlung

Nur in einigen Fällen ist ein Patient nach der Wurzelbehandlung symptomfrei, aber die Erfahrung zeigt uns eher, dass Beschwerden häufig schon so manifest oder heftig sind, dass sie gezielt, also auch symptomatisch behandelt werden müssen. Leidet der Patient stark, kann möglicherweise zuerst eine gezielte Behandlung der Symptome vorgenommen werden, z.B. bei starken Schmerzen.

Es hat sich als Ziel führend erwiesen, nach folgenden Aspekten vorzugehen:

1. Zunächst nach auffälligen Punkten im betroffenen Gebiet suchen.

Auffällig bedeutet druckschmerzhaft, eingesunken leer oder knotig verhärtet. Bei umschriebenen Schmerzzuständen, wie Schulterschmerzen ist es relativ einfach, ein Gebiet danach abzusuchen, da hier die Lokalisation vorgegeben ist. Meistens sind diese Punkte zu sedieren.

2. Stimulation von gezielten, aus der Literatur oder der eigenen Erfahrung bekannten wirksamen Akupunkturpunkten. Als Tip: Hilfreich ist es, sich ein Büchlein anzulegen und für spezielle Leiden eigene Punkte sowie Akupunkturpunkte aus der Literatur aufzuschreiben.

Für die Symptombehandlung ist es also äußerst hilfreich, eine

Anzahl von spezifischen Akupunkturpunkten auswendig zu kennen. Zur Symptomkontrolle ist dann auch, wie erwähnt, die Behandlung der Yangmeridiane von großem Nutzen.

3. Hinzuziehen von anderen Techniken, wie direkte Moxa, Ohrakupunktur oder Press Tack Nadeln (Dauernadeln).

Fortsetzung in der No 66.

Mike Adams beendete im Jahre 2000 seine Shiatsu Ausbildung bei IOKAI. Er ist Dipl. Sportlehrer und Heilpraktiker und arbeitet in eigener Praxis.

Literatur

- Birch, S., Ida J.: Japanische Akupunktur, Uelzen 2001, S. 9-16
 Denmai, S.: Einführung in die Meridiantherapie, Uelzen 2003
 Hessler C et al.: Nichtmedikamentöse Methoden in der Notfallmedizin. Wien 2007, S.373, Heping, Y.: chinesische Pulsdiagnostik, Manaka Y.: Quantensprung, Uelzen 2004, Masunaga, S.; Ohashi, W.: Das große Buch der Heilung durch Shiatsu. 1993, Meng, A.: Chinesische Massage in der Therapie von psychosomatischen Störungen. – In: Dtsch.Zeit. Akup. 26 (1983), 68-71, Sasaki, K. in Greinius, H.: Kyo und Jitsu, Aachen, 2001, S.103 ff
 Stux, G.: Akupressur und Moxibustion. München: J.F. Bergmann, 1985
 Ullmann, C.: Fakten über die andere Medizin, Augsburg 2006
 Wernicke, Th.: Shonishin japanische Kinderakupunktur, Elsevier, München 2009, S.44-47
 Kein Autor.: Akupunkturmagazin 4/10