Andrea A. Kaffka
Die Chinesische Heilkunde für Frauen

Reading excerpt

Die Chinesische Heilkunde für Frauen
of Andrea A. Kaffka
Publisher: Joy Verlag

http://www.narayana-verlag.com/b15407

In the Narayana webshop you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.com
http://www.narayana-verlag.com

Narayana Verlag

MENSTRUATIONSSTÖRUNGEN

Gehen wir als jüngere Frauen zu unserer gynäkologischen Praxis und berichten von Zyklusstörungen, die sicherlich noch nicht im Zusammenhang mit den Wechseljahren zu sehen sind, wird der Arzt oder die Ärztin uns beruhigen und von »normalen« Zyklusunregelmäßigkeiten sprechen. Unabhängig davon, ob Sie regelmäßig sehr stark oder vielleicht auch nur noch ein bis zwei Tage bluten, ist dies aus schulmedizinischer Sicht kein Grund, sich Sorgen zu machen. Das sieht die Chinesische Medizin jedoch anders: Der Zyklus sowie unsere Blutungen sind ein Spiegel unseres gesamten Energiesystems. Wie wir zuvor gesehen haben, sind alle inneren Organe am Zustandekommen einer Periode beteiligt. Das bedeutet zum einen, dass es möglich ist, Rückschlüsse über die Aktivität unserer inneren Organe zu ziehen. Zum anderen können wir Frauen uns und unseren Körper über eine Zyklus- oder Periodenbehandlung auf ganzheitliche Art heilen. Insbesondere können wir auf die Kraft des Blutes, den Ausgleich unserer inneren Organe wie auch auf unser seelisches und geistiges Wohlbefinden positiv einwirken.

> Der Zyklus sowie unsere Blutungen sind ein Spiegel unseres gesamten Energiesystems

Ungefähr 60 % aller Frauen in den fruchtbaren Jahren leiden unter mindestens einer Form von Periodenbeschwerden, ganz unabhängig vom prämenstruellen Syndrom. Wenn es auch verständlich ist, dass heranwachsende Mädchen, die gerade ihre Blutungen bekommen haben, sich in ihre neue Rolle als fruchtbare junge Frau erst hineinfinden müssen - das Frausein scheint auch für die Mehrzahl der Älteren nicht gerade einfach zu sein! Studien zeigen, dass besonders diejenigen mit Schwierigkeiten zu kämpfen haben, deren Mütter von Schmerzen oder Unwohlsein im Zusammenhang mit ihrer monatlichen Blutung geplagt waren.[16] Der monatliche Zyklus, den uns die Natur auferlegt hat, zwingt uns alle vier Wochen, »die Wunde des Weiblichen« anzunehmen. Auch wenn wir keine Kinder gebären, müssen wir das von uns bereitgestellte, aber nicht »benutzte« Nest oft unter Schmerzen loslassen und es »gebären«. Stellen wir uns der uns zugedachten Aufgabe des Kinderkriegens nicht — der einzigen natürlichen Möglichkeit, der oft unerwünschten Menstruation zu entgehen -, müssen wir für diese Freiheit mit unserem Blut bezahlen. Doppelt schmerzhaft

> Auch wenn wir keine Kinder bekommen, müssen wir das von uns bereitgestellte, aber nicht »benutzte« Nest oft unter Schmerzen loslassen und es »gebären«

Leseprobe von A. Kaffka, „Die Chinesische Heilkunde für Frauen“
Herausgeber: Joy Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

ist dieser monatliche Verlust für Frauen, die sich vergeblich eine Schwangerschaft wünschen. Noch in keinem Zeitalter hat ein so großer Anteil der Frauen während ihres Lebens so häufig die Periode gehabt wie in unserem - und so unter den Blutungen gelitten.

Dysmenorrhö — schmerzhafte Menstruation

Mindestens jede fünfte Frau leidet unter einer schmerzhaften Regelblutung. Vor allem junge Frauen sind häufig betroffen. Erst mit 25 Jahren ist die Menstruationsblutung wirklich stabil.[17] Treten die Schmerzen von der Menarche an auf, spricht man von primärer funktioneller Dysmenorrhö; wird die Regel erst später schmerzhaft, bezeichnet man sie als sekundär. Während man die erste Form oft mehr im Zusammenhang von Problemen mit dem Frau-Werden sieht, begründet die Wissenschaft die zweite Form mit der Anwesenheit von Myomen, Schleimhautversprengungen (Endometriose) oder Polypen. Wir werden später über diese so genannten Neoplasien des Unterleibs sprechen (siehe Kapitel »Wasser - die Kraft aus dem Bauch«). Nach der Geburt eines Kindes werden die Beschwerden sehr häufig besser.

Angefangen bei Krämpfen vor der Periode, die oft dann verschwinden, wenn die Blutung richtig ins Fließen kommt, bis hin zu extrem starken Schmerzen, so dass Frauen in glühend heißes Badewasser steigen, um sie zu lindern, gibt es eine unendliche Bandbreite bei der Intensität der Symptome. Manche Frauen spüren die Schmerzen mehr im Rücken, andere mehr im Unterleib, von wo aus sie bis in die Oberschenkel hinein ausstrahlen können. Der Schmerz kann ziehend und wehenartig sein, oft aber auch stechend oder bohrend. Für die einen sind die Beschwerden so stark, dass sie ihrem Arbeitsplatz fernbleiben müssen. Andere planen die Beschwerden regelrecht in ihren Lebensalltag ein, weil sie keine Lösung für ihr Problem finden können.

Schmerzen haben aus Sicht der Chinesischen Medizin haben immer mit einer Blockade im Energiefluss zu tun

Schmerzen haben aus Sicht der Chinesischen Medizin haben immer mit einer Blockade im Energiefluss zu tun, also entweder mit einem gestauten Qi oder einer Blutstagnation. Befindet sich der *Stau der Energie im Qi,* so sind die Schmerzen typischerweise wellenförmig, sie kommen und gehen und verschwinden häufig bereits dann, wenn die Blutung am ersten oder zweiten Tag frei zu fließen beginnt.

Leseprobe von A. Kaffka, „Die Chinesische Heilkunde für Frauen“
Herausgeber: Joy Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Treten die Schmerzen allerdings erst so richtig während der Blutung auf, führt man das auf *Stasen im Blut (Blutstagnation)* zurück. Meistens lassen sich in diesem Fall auch Klumpen bei der Periode beobachten, deren Ausscheidung den Schmerz deutlich lindert.
Eine meiner Patientinnen hatte beispielsweise regelmäßig sehr starke Schmerzen am dritten Zyklustag, die sich so zuspitzten, dass sie, von den krampfartigen Schmerzen völlig gebannt, bewegungslos abwartete, bis der Schmerzgipfel endlich vorüber war. Ging sie anschließend auf die Toilette, lag ein kleines Klümpchen in ihrer Binde, und die Schmerzen waren für diesen Zyklus abgeschlossen. Doch nicht immer ist eine schmerzhafte Periode auf nur wenige Stunden beschränkt.
Kommen die Schmerzen in der Nacht, ist der Schlaf empfindlich gestört. Mit großer Ergebenheit liegen Sie vielleicht wach im Bett und warten darauf, dass dieses weibliche Drama endlich vorbei ist, während die kolikartigen Schmerzen wellenartig über Sie hinwegrollen. Blutstase ist ein Phänomen, das sehr häufig auftritt. Manche beschreiben bis zu eiergroße Blutgerinnsel, die sie mit ihrer Blutung ausscheiden.
Beginnen die Schmerzen erst *nach* der Blutung, liegt die Ursache in einer *Qi- und Blutschwäche* der Frau. Diese Form tritt nach meiner Erfahrung am seltensten auf.

Aus schulmedizinischer Sicht ist die eigentliche Ursache der Dysmenorrhö - ähnlich wie beim PMS — schwierig zu erheben. Die Schmerzen beruhen auf einer erhöhten Krampfbereitschaft der Gebärmutter, die durch die verstärkte Bildung eines bestimmten Prostaglandins (PGF_2cx) ausgelöst wird. Durch das Abstoßen der Gebärmutterschleimhaut gelangt dieses ins Blut. Die übliche Therapie bei behandlungsnotwendigen Menstruationskrämpfen sind daher Hormone: Selbst jungen Mädchen werden bereits vor ihrer endgültigen Reife Hormone verabreicht, um die Prostaglandinausschüttung einzudämmen und damit die Schmerzen zu lindern. Besonders in Fällen, in denen die Blutung sich noch nicht regelmäßig eingependelt hat, zeigt dieser Einsatz einmal mehr die Hilflosigkeit der konventionellen Medizin in diesem Bereich. Denn damit sind leider Schwierigkeiten bei einem späteren Kinderwunsch vorprogrammiert. Die anderen bekannten Helfer sind krampf- und schmerzlindernde Tabletten wie Ibuprofen und Buscopan, die sich viele Frauen regelmäßig zuführen, um diese monatliche Krise einigermaßen zu überstehen. Aber auch sie

Leseprobe von A. Kaffka, „Die Chinesische Heilkunde für Frauen“
Herausgeber: Joy Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

zerstört ist. Auch hier geht man davon aus, dass eine Schwäche des Yang die notwendigen Schritte verhindert, Flüssigkeiten in einen körpereigenen Saft zu verwandeln. Entsprechend könnte den betroffenen Frauen möglicherweise auch die Kraft fehlen, die eigenen schöpferischen Impulse umzusetzen und sich damit das Leben zu eigen zu machen.

GEBÄRMUTTER

Myome

Es ist schon erstaunlich, wie viele Frauen den Satz ihres Gynäkologen »Sie haben ein Myom!« hören müssen. In den fruchtbaren Jahren sehen sich ungefähr 20 % von uns mit dieser unangenehmen Diagnose konfrontiert,[20] die im Grunde genommen nur eine harmlose Muskelgeschwulst in oder an der Gebärmutter ist. Da die Entstehung von Myomen nur unter dem Einfluss von Östrogenen möglich ist, tauchen diese Knoten weder bei Kindern noch bei Frauen nach der Menopause auf. Die Gefahr der Entartung ist bei Myomen äußerst gering. Generell spricht man hier von einem gutartigen Tumor, auch wenn sich »Tumor« immer gleich gefährlich anhört. Aber ein Tumor bedeutet erst einmal nichts anderes als eine Geschwulst oder ein Knoten.

Die Entstehung von Myomen ist nur unter dem Einfluss von Östrogenen möglich

Myome werden nur dann unter Umständen problematisch, wenn sie sehr stark wachsen oder in großer Zahl vorkommen. Oft ist die Vielzahl der Myome im Ultraschall nicht erkennbar, weil sie an optisch schwer zugänglichen Stellen liegen. Abgesehen von raumfordernden Prozessen kann es bei Myomen immer wieder zu Blutungsstörungen kommen, weil sich die von Knoten durchwachsenen Gebärmutterwände nicht mehr wie gewohnt zusammenziehen können. Die Blutgefäße in der Gebärmutter werden nicht mehr ausreichend komprimiert und können so den Fluss des Blutes nicht mehr regulieren. Verstärkte oder verlängerte Blutungen sind dann die unangenehme Begleiterscheinung, die neben einer Anämie (Blutarmut) auch zu Schwindelattacken und einem starken Schwächegefühl führen können. Manchmal trauen sich die Frauen nicht mehr aus dem Haus, weil selbst dicke Binden-

Myome werden nur dann unter Umständen problematisch, wenn sie sehr stark wachsen oder in großer Zahl vorkommen

Leseprobe von A. Kaffka, „Die Chinesische Heilkunde für Frauen“
Herausgeber: Joy Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Packungen ein Durchbluten nicht verhindern können. Spätestens dann werden Myome häufig operativ entfernt.
Ein großes und strategisch ungünstig gelegenes Myom kann durch Druck auf die Nachbarorgane Blase oder Darm zu Symptomen wie Harndrang, häufigem Urinieren oder auch häufigem Stuhlgang führen. Ein diffuses und unangenehmes Druckgefühl im Becken kann die Verdrängung von Gewebe begleiten - doch ist diese Entwicklung eher selten.

Führt ein Myom allerdings nicht zu den erwähnten Beschwerden, ist es völlig ausreichend, seine Größe alle 6 Monate kontrollieren zu lassen. Bei einem Wachstum über 5 bis 6 Zentimeter hinaus rate ich normalerweise, das Myom durch einem kleinen Eingriff entfernen zu lassen. Dies gilt vor allem bei Kinderwunsch. In einer Schwangerschaft vergrößern sich nämlich die Myome durch den Anstieg der Östrogene sehr schnell und können mehr als nur lästige Probleme hervorrufen: Wasseransammlungen, Lageanomalien des Kindes, das Myom als Geburtshindernis und eine Verzögerung der Ablösung der Plazenta nach der Geburt sind Probleme, mit denen Sie unter Umständen dann rechnen müssen. Eine besondere Betreuung der Schwangerschaft ist auf jeden Fall unumgänglich.

Chinesische Ärzte gehen bei bis zu eiergroßen Myomen davon aus, dass sie mit chinesischen Kräutern zu heilen sind. Chinesische und japanische Studien haben gezeigt, dass größere Myome nur noch schwer mit alternativen Methoden zu beeinflussen sind.[21] Nicht selten habe ich erlebt, dass Frauen, die sich trotz aktiver Myome nicht operieren lassen wollten, nach dem unbemerkten Wachsen weiterer Myome sich zu guter Letzt sogar von ihrer Gebärmutter trennen mussten, da sich die Knoten nicht mehr aus dem Uterus herausschälen ließen. Bei einer Ultraschalluntersuchung lassen sich nicht unbedingt alle Myome darstellen, und so wird der operierende Arzt manchmal ad hoc vor die Entscheidung gestellt, die Gebärmutter nur auszuschälen oder sie ganz zu entfernen. Unter Zeitdruck ist es oft einfacher für den Arzt, die Gebärmutter als Ganzes herauszunehmen, als umständlich und mühevoll ein oder gar mehrere Myome aus der Gebärmutter zu operieren.
Die Gefahr, dass Ihnen bei einer Myomoperation die Gebärmutter entfernt wird, ist heute immer noch relativ groß. Nur das wachsende Bewusstsein vieler Frauen in den letzten Jahrzehnten, die ihre Gebärmutter möglichst behalten wollten, hat wahrscheinlich ermöglicht, dass uns heute nicht auch noch

Leseprobe von A. Kaffka, „Die Chinesische Heilkunde für Frauen“
Herausgeber: Joy Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

gleichzeitig die Eierstöcke genommen werden, wie das bis in die 1970er Jahre noch durchaus üblich war.
Steht eine Frau vor den Wechseljahren, erübrigt sich übrigens der Eingriff komplett. Unabhängig davon, wie groß ein Myom ist - es bildet sich durch den Rückgang der Östrogene zurück. Diese Möglichkeit entfällt jedoch, wenn Sie sich für eine Hormontherapie in den Wechseljahren entscheiden.

Die Hintergründe für die Entwicklung von Myomen sind für die heutige Medizin immer noch ein Rätsel. Man geht zunehmend von genetischen Komponenten aus. Es ist auch ein durchaus gängiger Ansatz geworden, einen versteckten Kinderwunsch dahinter zu vermuten.[22] Dafür spricht natürlich die Abhängigkeit des Wachstums der Myome vom Östrogenspiegel, unserem Fruchtbarkeitshormon. Nicht selten habe ich Konstellationen in der Praxis beobachtet, die solche Zusammenhänge vermuten lassen. Ob es dabei aber um biologische - also wirkliche - oder um »geistige« Kinder geht, also um Ergebnisse eines kreativen Prozesses, die wir gebären wollen und aus irgendwelchen Gründen nicht können, sei dahingestellt.

Die enge Verbindung von Lebersystem und Gebärmutter legt hinsichtlich der Bildung von Myomen eine Deutung nahe, die mit gebremster Kreativität zu tun hat. Der substantiellere Ausdruck unserer Energie fließt nicht mehr, wir können nicht unserem Wunsch entsprechend etwas Materielles in die Welt setzen. Der Uterus gilt in der Chinesischen Medizin als »Kammer des Blutes«. Aber auch Muskeln werden als Blutspeicher angesehen, ebenso das Lebersystem selbst, das die Muskeln regiert. Myome - als Knoten in der Muskelschicht - werden in der Chinesischen Medizin meist als Zeichen von Blutstagnation betrachtet und entsprechend behandelt. Die Erfolge zeigen, dass diese Sichtweise durchaus stimmig ist. Der Blutfluss kann durch Kälte, Qi-Schwäche oder — dies ist am häufigsten — durch Qi-Stagnation behindert werden. Wir hatten bereits erwähnt, wie häufig emotionale Ursachen zu einer Qi-Stagnation führen. Ein gestautes Qi kann das Blut nicht mehr ausreichend bewegen und zirkulieren lassen, das Blut beginnt zu gerinnen und zu verkleben. Langfristig kommt es zu Zusammenballungen und damit zu einer Neubildung von Gewebe. Myome sind ein klassischer Ausdruck dieser gebremsten Dynamik.

Myome – als Knoten in der Muskelschicht – werden in der Chinesischen Medizin meist als Zeichen von Blutstagnation betrachtet und entsprechend behandelt

Leseprobe von A. Kaffka, „Die Chinesische Heilkunde für Frauen“
Herausgeber: Joy Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Das gravierende Problem ist letztendlich nicht das Myom selbst, sondern die dahinterstehende Blutstagnation. Das Myom ist nur ein Symptom dieser systemischen Stagnation. Langfristig wird durch Blutstagnation sogar jede Neubildung von Blut behindert. Aus diesem Grund sollte auch nach einer Operation die eigentliche Ursache - nämlich die Blutstagnation - behandelt werden.

Emotionale Ursachen führen häufig zu einer Qi- und langfristig zu einer Blutstagnation

Was Sie gegen Myome unternehmen können:

Zur Behandlung wird das Blut durch die Einnahme bestimmter *Kräutermischungen* bewegt, damit es sich wieder frei bewegen kann. Entscheidend für die Behandlungsstrategie und die entsprechende Auswahl der Kräuter ist natürlich, dass man die Ursache für die Blutstagnation herausfindet. Um das Myom aufzulösen oder es zumindest zu verkleinern, werden blutaufbrechende Kräuter verwendet. Sie werden mit Kräutern kombiniert, die das Blut in seiner Substanz schützen sollen, da blutaufbrechende Kräuter durch ihre Schärfe das Blut im Ganzen schädigen können. Wenn Myome operativ entfernt worden sind, ist auch das grundlegende Problem zu lösen: Das Blut muss wieder in Fluss gebracht werden, da ansonsten eine Neubildung von Myomen nicht auszuschließen ist. Durch die Bewegung des Blutes wird die Neubildung von Blut ebenfalls wieder angeregt.

Medikamentöse Behandlungen, wie beispielsweise die Einnahme von *Gestagenen*, können die Größe der Myome reduzieren. *Natürliches Progesteron* aus der Yamswurzel ist sicherlich einem synthetischen Gestagen-Hormonpräparat vorzuziehen und kann das Gleiche bewirken. Wird die Behandlung jedoch abgesetzt, entwickelt sich das Myom erneut. Auch Kombinationen von verschiedenen Behandlungen sind möglich. Niedrig dosierte *orale Kontrazeptiva (Pille)* können ebenfalls dazu beitragen, das Wachstum eines Myoms unter Kontrolle zu halten. Der Einsatz von *GnRH-Antagonisten* blockiert die Östrogenproduktion in den Eierstöcken komplett und wird wegen der dann einsetzenden Wechseljahrssymptome nicht so gern verwandt. Eine hormonelle Lösung ist unter keinen Umständen wirklich befriedigend. Vor allen im Fall eines Kinderwunsches führt eine synthetische Hormonbehandlung zu einem großen Dilemma, da diese Medikamente eine (zeitlich begrenzte) gegenteilige Wirkung auf die Fruchtbarkeit haben.

Leseprobe von A. Kaffka, „Die Chinesische Heilkunde für Frauen“
Herausgeber: Joy Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Andrea A. Kaffka

Die Chinesische Heilkunde für Frauen

Frauenbeschwerden ganzheitlich verstehen und behandeln

272 pages, pb
publication 2012

order

More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life www.narayana-verlag.com