

Denkmodell der Transkulturellen Bewegungsforschung zum Thema Schmerzen am Bewegungsapparat in TCM

Wenjun ZHU

08.03.2019

0. Hypothese¹

Ein Prinzip bei Kniebeschwerden ist, wenn eine konservative Therapie wirkt, muss keine operative Therapie durchgeführt werden.

Nach der Meinung der westlichen Medizin können Meniskus und Knorpel des Kniegelenkes nicht regenerieren werden, deswegen behandelt man Meniskus und Knorpelschäden fast immer operativ.

Für eine konservative Therapie habe ich die Qi-Kraft als eine Heilkraft in der Kniebehandlung eingeführt. Denn die Qi-Kraft, verstanden als Antriebskraft der Funktionen des Körpers und des Lebens überhaupt trägt zum regelmäßigen Funktionieren bei. Meine Hypothese ist das Qi kann eine Knieheilung dadurch bewirken, ob

- der Organismus (sowie Meniskus und Knorpel) regeneriert werden kann;
- die Kniegelenkschmiere gefördert werden kann und
- die Wasserschwellung sich im Knie aufgelöst werden kann.

I. Überbelastung im Kniegelenk²

Die Ursachen der Kniebeschwerden in der TCM habe ich in meiner Schrift „Die Pathologie der Schmerzen am Bewegungsapparat in TCM“³ erläutert. Hier möchte ich nur die Ursachen der Überbelastung im Kniegelenk darlegen.

¹ Vgl.: „Die Wirkung der TCM-Kombinations-Therapie bei Kniebeschwerden“. Wenjun ZHU, 13.07.2013. <http://www.tcm-institut.de/>

Vgl.: „Die Wirkung der TCM-Kombinationstherapie bei Gonarthrose in radiologischen Beweisen“. Wenjun ZHU, 01.2015. <http://www.tcm-institut.de/>. "Knorpel- und Knochen-Strukturen zeigen keine Besserung. Das bedeutet, die Knorpeln nicht dadurch regeneriert werden könnten; Weichteile zeigen eine deutliche Verbesserung; Die Beschwerden und Schmerzen könnten dadurch reduzieren und befreien. Die 5 Fälle sind beschwerdefrei."

² Vgl.: a.a.O.:

³ „Die Pathologie der Schmerzen am Bewegungsapparat in TCM“. Wenjun ZHU, 18.12.2010. <http://tcm-institut.de/>

1. Meniskusschaden und Knorpelverschleiß

Eine normale Knie-Funktion setzt zunächst einmal eine richtige anatomische Struktur voraus, bspw. glatte Gelenkfläche, ordentliche Gelenkschmiere. Dies ist wie Motor und Motoröl. Wenn das Motoröl des Autos zu lange benutzt wird, führt dies zum Verschleiß der Zahnräder. So auch bei den Knien: die Gelenkschmiere wird unter einer bestimmten Geschwindigkeit produziert. Falls die Knie überbelastet werden oder entzündet sind, dann wird die Schmiere nicht, wie vorgesehen, funktionieren. Das Kniegelenk ohne erforderliche Schmiere zu Meniskusschäden und Knorpelverschleiß führt.

2. Weichteile und Bänder im Knie

Die Funktion der Muskeln und Bänder braucht einerseits die Antriebskraft und andererseits auch die Schmiere. Eine Überbelastung lässt beides ermangeln, wodurch sich auch die Kniebänder entzünden können. Muskeln und Bänder verbrauchen in der Bewegung Energie. Bei Überbelastung kann die Energie die Muskeln und Bänder nicht antreiben, ernähren und erholen. So führt ein Schaden im Muskel und Bändern, sofern keine Erholung stattfindet, zur Entzündung.

II. Altersbedingte Veränderungen und altersbedingte pathologische Veränderungen bei Knorpel⁴

Gonarthrose ist eine altersbedingte Erkrankung, passiert häufig ab einem Alter von etwa 50 Jahren. Aber nicht alle Leute haben ab 50 Jahren Arthrose.

Mit fortschreitendem Alter zeigt der gesamte Körper degenerative Erscheinungen, Bandscheiben verlieren ebenso an Elastizität und Höhe (wodurch man in der Körpergröße „schrumpft“) wie die Knorpelschicht innerhalb der Gelenke.

Man muss unterscheiden zwischen normaler, altersbedingter Verdünnung und altersbedingter pathologischer Veränderungen bei Knorpel.

Meiner Meinung nach:

- Eine normale altersbedingte Verdünnung ist ein natürlicher Prozess. Nur der Knorpel wird dünner, ohne oberflächliche Schäden. Die Knorpel-Oberfläche ist noch glatt. Keine Bewegungsstörung und Beschwerden.

⁴ Vgl.: „Die Wirkung der TCM-Kombinationstherapie bei Gonarthrose in radiologischen Beweisen“. Wenjun ZHU, 01.2015. <http://www.tcm-institut.de/>

- Eine altersbedingte pathologische Veränderung zeigt neben der Verdünnung auch begleitend strukturelle Schädigungen des Knorpels. Die Knorpel-Oberfläche ist nicht mehr glatt. Häufig geht dies einher mit Bewegungsstörung und Beschwerden.

Wenn man Gonarthrose als eine Krankheit betrachtet, sollte sie nicht nur eine natürlich altersbedingte Veränderung sein, sondern muss mit einer pathologischen Veränderung, einer strukturellen Schädigung des Knorpels und seiner Oberfläche einhergehen.

Eine altes Messer wird im Laufe der Zeit durch die Nutzung eine immer dünnere Klinge haben - wenn man es immer gut pflegt, bleibt es aber scharf und funktionstüchtig.

Pflegt man es aber nicht angemessen, ist die Klinge irgendwann (strukturell) beschädigt, wird wie ein Sägezahn.

Also, die Knorpelverdünnung ist zunächst eine natürliche, altersbedingte Veränderung, aber nicht zwangsläufig Arthrose.

III. Gelenkschmiere wie „Motoröl“⁵

Gelenkschmiere sollte klar, sauber und glatt sein, kann aber durch eine Überbelastung oder Entzündung trüb werden. Dies führt u.U. zu Knorpelverschleiß und -Schädigung sowie zu Reizung und Entzündung des gesamten Gelenks.

Es ist wie wenn man Motoröl übermäßig benutzt hat, dann werden die Zahnräder zum schnellen Verschleiß führen. Ein Knorpelschaden passiert häufig wegen unregelmäßiger Gelenkschmiere.

Dies werde ich so formulieren:

- Einerseits: Wenn man übermäßig oder unregelmäßig belastet, hat dies Auswirkung auf Menge und Qualität der Gelenkschmiere, und wird zu schnellem Knorpel-Verschleiß und -Schädigung und Weichteile-Entzündung führen. Dies führt zu Bewegungsbeschränkung und Schmerzen.
- Andererseits: Bei Gonarthrose ist der Knorpel verdünnt und strukturgeschädigt, wenn aber durch die Behandlung und Übung wieder regelmäßige Gelenkschmiere produziert wird, kann diese das Gelenk entlasten, beweglich machen/halten und

⁵ Vgl.: a.a.O.

somit dem Patienten Beschwerde- und Schmerzfreiheit bringen.⁶

IV. Kalk (Dampf – Wasser – Schleim – Kalk)⁷

Schmerzen am Bewegungsapparat bildet endlich Kalk. Sehne und Muskeln sind nicht mehr elastisch und Gelenken sind beschränkt.

Aus dem Gesichtspunkt: „Wenn Yang-Qi schwach ist, wird Wasser (Feuchtigkeit) nicht verdampft, und es wird zu Schleim gesammelt und verdichtet.“ Ich entwickle ein Modell, um den Kalk zu erklären. Ich gründe das Umwandlungs- und Funktions-Modell des Wassers in TCM. Das Wasser könnte nur in Dampf-Form in Lebensprozess teilnehmen. Es kann positiv oder negativ sein. Dies habe ich in zwei Richtungen Verdampfung (Positiv) und Verdichtung (Negativ) zugeordnet:

- Verdampfung, Nämlich von Wasser (Flüssigkeit) zu Dampf. Wasser in Dampf-Form erreicht ihre Funktion;
- Verdichtung, Dampf – Wasser – Schleim – Kalk. Wasser in Verdichtungs-Form bildet Stagnation.

Also, die Unwandlung und Veränderung des Wassers funktioniert in den gasförmigen, flüssigen und festen Formen. Z.B. Dampf von Lunge und Haut, Körperflüssigkeit (Blut, Lymphe) und Organismus (sowie Knochen). Und auch die ungesunden Tendenzen Eiter und Kalk.

Diese zwei Prozesse brauchen Antriebskraft (Qi-Lebenskraft).

- Wenn Verdampfungskraft schwach ist, wird Schleim-Stagnation und Kalk gebildet.
- Wenn Verdampfungskraft stark ist, kann auch Kalk verdampfen.

Das bedeutet, dass der „Kalk“ (als stofflich verdichtete körperliche Struktur) durch die Qi-Lebenskraft wieder abgebaut wird.

Man sollte das Modell daher stofflich und energetisch verstehen. Beides wirkt immer zusammen.

Eine stoffliche Umwandlung und Veränderung braucht Qi-Kraft. Dies sowohl im positiven, als auch im negativen Sinne.

Es ist die Qi-Kraft, die von stofflichen Strukturen gefangen wird und dort stockt, was die Harmonie des Körpers zerstört.

⁶ Vgl.: „TCM-Kombinations-Therapie bei Kniebeschwerden“. Wenjun ZHU, 13.07.2013. <http://tcm-institut.de/>

⁷ Vgl.: „Die Pathologie der Schmerzen am Bewegungsapparat in TCM“. Wenjun ZHU, 18.12.2010. <http://www.tcm-institut.de/>

Es bedarf aber auch der Qi-Kraft, um diese unerwünschten Verfestigungen und Strukturen wieder zu öffnen, das gefangene Qi zum Fließen zu bringen, um die für den Körper heilende Auflösung unerwünschter Strukturen zu erreichen.

Die Behandlung ist daher, durch die Regulation der Qi-Kraft die Energie wieder zum Fließen zu bringen und dadurch die stofflichen Umwandlungen des Wassers zu verdampfen.

V. Kalk-Schulter und Schwellungs-Knie⁸

Betr.: Kalk vergleiche meinen Text „Die Pathologie der Schmerzen am Bewegungsapparat in TCM“.⁹

- Eine Entzündung in der Schulter führt oft zur Bildung einer Kalk-Schulter;
- Aber die Entzündung in den Knien führt meistens nur zur Schwellung in den Knien.

Das Modell Yin-Yang:

- Yin: Unten – Knie – feucht – (Wasser-Schwellung)
- Yang: Oben – Schulter – trocken – (Kalk)

⁸ Vgl.: „Die Wirkung der Qigong-Tuina-Massage als Präventive Maßnahme bei Schmerzen an Schulter, LWS und Knie“. Wenjun ZHU, 12.04.2012.

<http://www.tcm-institut.de/>

⁹ http://www.tcm-institut.de/grundlage/tcm_schmerz_pathologie.pdf, S. 17-18.