

Lebendige Traditionelle Medizin – Teil 3

Von Hippokrates und Galen zu Hufeland und zur Unani-Medizin im heutigen Indien

Die im Folgenden dargestellte Praxis der traditionellen Medizin wird seit 2.000 Jahren in Ländern des morgenländischen und abendländischen Kulturkreises erfolgreich praktiziert. Es handelt sich um eine Erfahrungsmedizin, die von der Weltgesundheitsorganisation als Traditionelle Medizin anerkannt ist und die in Indien wissenschaftlich überprüft wird.

Die Praxis der traditionellen Medizin¹

Diagnose

Nach Aufnahme der Krankengeschichte und einer allgemeinen Untersuchung wird das Temperament des Patienten bestimmt, der Puls untersucht und Stuhl- und Urinuntersuchungen vorgenommen.^{*} Im folgenden wird die Pulsdiagnose näher dargestellt.

Die Pulsdiagnose^{2,3,4}

»Wenn Du zum ersten Mal den Kranken siehst, so lass den Puls Dein Hauptführer sein zur Bestimmung der vier Hauptfragen: welcher Stand des Lebens vorhanden ist, was für eine Krankheit es sei, welchen Charakter sie habe, ob Lebensgefahr da sei oder nicht. - Es würde eher möglich sein, ohne sonst etwas von dem Kranken zu wissen, bloss nach dem Pulse ihn richtig zu beurtheilen und zu behandeln, als mit den Kenntnissen aller übrigen Zeichen ohne den Puls.«⁴

* Es werden in der Unani-Medizin heute auch zusätzlich Diagnosemethoden wie Ultraschall- und Röntgenaufnahmen etc benutzt.

** Müller unterscheidet noch folgende Pulsarten: der lange (*longus*) und kurze (*brevis*), breite (*latus*) und schmale (*angustus*), hohe (*altus*) und niedrige (*humilis*), springende (*caprizans*), krampfhaft (*convulsivus*), vibrierende (*vibrans*), wellenförmig (*undusus*), wurmförmig kriechend (*vermiculans*) und ameisenartig kribbelnde (*formicans*), sägeförmige (*serratus* od. *serrinus*) Puls

Zum Pulsfühlen »gehört eine eigene Cultur des Gefühls, ein eigener Tact in den Fingerspitzen dazu, der nur durch lange und aufmerksame Uebung erhalten werden kann. Der Arzt muß den Puls behandeln, wie der Virtuos sein Instrument; er muss ihn eben so gut spielen lernen und damit vertraut werden, wie dieser mit dem seinigen. Nur ein solcher Arzt wird Dinge in und durch den Puls entdecken, wovon ein anderer gar keine Ahnung hat. Konnte er doch eine verborgene Liebe als Ursache der Krankheit aus dem Puls entdecken.«[»] sagt Hufeland mit einer Anspielung auf Avicenna⁴.

Der Puls ist zeigt eine Bewegung von Herz und Arterien an: Ausdehnung – Pause – Zusammenziehen – Pause. Der Zweck dieser Bewegung ist die Verteilung der Lebenskraft (*spiritus vitalis*) und die Ausstoßung von rauchartigen Substanzen über Haut und Lunge. Die Beobachtung der Veränderung in Puls und Urin geben, da sie den Zustand des Herzens und der Arterien beziehungsweise der Leber anzeigen, eine klare und direkte Auskunft über das vitale Vermögen und das natürliche Vermögen³.

Am Puls lässt sich folgendes erkennen:

- die Kraft des Herzens und hieraus die Stärke der Lebenskraft
- die Reizbarkeit des Gefäß- und Nervensystems
- die Menge und Qualität des Blutes
- Obstruktionen in den Wegen.

Die wichtigsten Pulsarten sind laut Hufeland^{**}:

- der häufige (*frequens*) und seltene (*rarus*)
- der schnelle (*celer*) und langsame (*tardus*)
- der harte (*durus*) und weiche (*mollis*)
- der starke, schwer zu komprimierende (*fortis*) und schwache, leicht zu komprimierende (*debilis*)
- der große (*magnus*) und kleine (*parvus*)
- der volle (*plenus*) und leere (*vacuus*)

Daneben gibt es auch einen ungleichen Puls:

- Mausechwanz-Puls (*myurus*): eine Reihe von Pulsschlägen wird immer kleiner bis zur Unfühlbarkeit; der Puls der Sterbenden;
- aussetzende (*intermittens*): zeigt meistens eine krampfartige, vom Unterleib her erzeugte Affektion des Herzens an;
- doppelschlägige Puls (*dicrotus*): gewöhnlich ein Vorbote von kritischem Nasenbluten;
- *incidus*, bei dem eine Reihe von Pulsschlägen immer langsamer und dann immer schneller werden; Zeichen einer bevorstehenden Krise, besonders durch Schweiß.

Die wichtigste Bestimmung mithilfe des Pulses ist die Unterscheidung zwischen fieberhaften und nicht fieberhaften Krankheiten durch die Schnelligkeit und Langsamkeit der Pulsschläge. Ein zunehmender Puls zeigt immer eine Zunahme der Krankheit an. Bei Beendigung des Fiebers, im Zeitraum der Krise, entscheidet der Puls allein, ob der Patient auf dem Weg der Besserung ist. Bleibt nämlich der Puls weiterhin schnell und gereizt, ist keine völlige Wiederherstellung zu erwarten, sondern das Fieber kann in ein schleichendes Fieber übergehen⁴.

Am Puls erkennt man auch einen nervösen Charakter von akuten und chronischen Krankheiten. Ist der Puls unregelmäßig, so ist dies bei Fieber ein Zeichen dafür, dass es sich um kein entzündliches, sondern um ein nervöses Fieber handelt, und eine andere Behandlung notwendig macht.

»Ist [...] der Puls klein, ungleich und

aussetzend, der Urin blass und wässrig, die Extremitäten kalt, der Kranke zum Weinen geneigt, so ist der Zufall spastisch und fordert Wein und flüchtige Nervina. Ist aber der Puls hart und stark, der Urin roth und feurig, der Patient heiß, so ist es eine Entzündung und ein Aderlass dringend angezeigt⁴

Physiologische Faktoren haben Einflüsse auf die Pulsqualitäten, die berücksichtigt werden müssen. Hierzu gehören unter anderem das Temperament, das Alter, Schlaf-oder Wachzustand, die Jahreszeit, Gemütsbewegungen, das Geschlecht, die Ernährung sowie heftige Bewegung.

Voraussetzung für eine Pulsdiagnose sind sehr feinfühlige wohltemperierte, nicht schwielige Fingerspitzen des Praktikers sowie eine jahrelange Übung in der Unterscheidung der Pulsqualitäten. Nicht jeder kann alle Pulsarten tasten.

Einige Pulsarten und ihre Ursachen aus Sicht der Unani-Medizin²



Normaler Puls



Gazellenpuls: die Ursache ist Hitze von Fieber; oft bei Perikarditis



wellenförmiger Puls: die Ursache ist eine Schwäche der Lebenskraft; eine Heilungskrise in Form von Schweiß oder Durchfall steht bevor



sägeförmiger Puls: die Ursache ist Feuchtigkeit vermischt mit schwarzer Galle oder ein Übermaß an gelber Galle oder Phlegma



ameisenartige Puls: durch eine Schwäche der peristaltischen Bewegung



Mäuse- oder Rattenschwanzpuls: Ursache durch eine sehr schwache Lebenskraft



kordelförmiger Puls: durch trockenes humorales Ungleichgewicht

Behandlung

Behandlungsgrundsätze

Die Behandlung richtet sich nach dem Temperament und den Körpersäften, die aus dem Gleichgewicht geraten sind. Dieses Ungleichgewicht muss korrigiert werden, damit der Zustand der Gesundheit wieder eintreten kann. Dazu müssen die Eigenschaften des Ungleichgewichts bestimmt werden und dieses dann mit einer Ernährungsumstellung oder mit Arzneimitteln behandelt werden, deren Eigenschaften im Gegensatz zu denen des Ungleichgewichts stehen und somit ein Ausgleich geschaffen werden kann. Eine Erkrankung, die von der Art her »kalt« ist, kann also durch ein Mittel mit »warmen« Eigenschaften geheilt werden. Zusätzlich können noch weitere Therapiemaßnahmen erfolgen.

Behandlungsmethoden

Eine Behandlung setzt sich aus vier Teilen zusammen

- Ernährungstherapie
- Therapiemaßnahmen
- Arzneimitteltherapie
- Chirurgie

Die Wahl der Behandlungsmethode richtet sich danach, wie stark die Abweichung vom gesunden Körperzustand ist. Eine Ernährungstherapie wird empfohlen,

wenn die Abweichung nur gering ist. Falls sich damit allein das Gleichgewicht nicht wiederherstellen lässt, dann werden je nach Schwere Arzneimittel und andere Maßnahmen eingesetzt. Soll eine Erkrankung in einem kurzen Zeitraum geheilt werden, kann die Ernährungstherapie mit Arzneimitteln kombiniert werden. Weitere Therapiemaßnahmen und Chirurgie werden erst dann eingesetzt, wenn sich mit einer Arzneimitteltherapie die Gesundheit des Patienten nicht wieder herstellen lässt.

Ernährung und Ernährungstherapie⁵

Es gilt das Grundprinzip, dass die Ernährung dem Temperament des Menschen, seinem Alter und der Jahreszeit angepasst sein soll. Alle Substanzen, die der Mensch verzehrt, können folgendermaßen kategorisiert werden:

- Nahrung
- Nahrung mit Heilwirkung
- Medikamente, die einen Nährwert enthalten
- Medikamente
- Gifte

Das Temperament der Nahrung

Die Nahrungsmittel werden ähnlich wie die Arzneimittel danach eingeteilt, welche Reaktion sie im Körper hervorrufen sowie nach den vier Wirkungsgraden. Im Folgenden werden als Beispiel »kalte« Lebensmittel aufgeführt, die die Produktion von Phlegma im menschlichen Körper vermehren, die zu einem kalten Ungleichgewicht führen und ein warmes Ungleichgewicht ausgleichen können⁶:

- Milch
- Weißkäse, Quark
- Buttermilch
- Zitronen und Limetten
- Tamarinde
- Orangen und andere Zitrusfrüchte
- Petersilie
- Äpfel
- Guava
- Pflaumen
- Melone
- Wassermelone
- Tomaten (saure)
- Sauerampfer

Die Ernährungstherapie versucht, ein vorhandenes Ungleichgewicht im Körper, das durch Fehler im Lebensstil entstanden ist, gezielt auszugleichen. Ist also ein kaltes Ungleichgewicht vorhanden, so wird eine wärmende Nahrung empfohlen, bei einem warmen Ungleichgewicht eine kühlende Nahrung.

Der Unani-Arzt Chishti² hält die im Westen verbreitete Art der Ernährung (viel Obst, Salat, Rindfleisch, Yoghurt etc.) für die Ursache der hier am häufigsten vorkommenden Krankheiten wie Kopfschmerzen, Depressionen, Ohrgeräusche, Asthma, Verstopfung, Rückenschmerzen, Gelenkschmerzen und vieles mehr, da die »kalte« Ernährung zu einem kalten Ungleichgewichts des Phlegma führt. Er empfiehlt eine wärmende Ernährung.

Ernährung und Temperament⁷

Die Auswahl der Nahrungsmittel soll sich nach dem Temperament des Individuums richten und ausgleichend wirken. Folgendes wird empfohlen:

Phlegmatisches Temperament (kalt und feucht): warme und trockene Nahrungsmittel wie Hähnchen, Ei, Zwiebel, Knoblauch, Kürbis, Bockshornklee, Weintrauben, Walnuss, Gewürznelke, Safran

Melancholisches Temperament (kalt und trocken): warme und feuchte Nah-

rungsmittel wie Hammelfleisch, Leber, Ingwer, Spinat, Mangos, Mandeln, Pistazien, Pfirsiche, Banane, Weizen, Milch, Käse, Honig, Zucker und Salz

Sanguinisches Temperament (warm und feucht): kalte und trockene Nahrungsmittel wie Kohl, Blumenkohl, Tomate, Kartoffel, Bohnen, alle sauren Früchte, Äpfel, Kokosnuß, Erdnüsse, Mais, Getreide, Erbsen, Eiweiß, Joghurt, Tee, Kaffee, Pickles, Tamarinde und Essig

Cholerische Temperament (warm und trocken): kalte und feuchte Nahrungsmittel wie Gurke, Okra, Rettich, rote Beete, Birne, Feige, Wassermelone, Litschi, Reis, Milch, Koriander, Kardamom, Zuckerrohrsaft, Zitrusfrucht, Eis

Arzneimitteltherapie⁸

Die traditionelle Medizin verwendet Arzneimittel, die einen pflanzlichen, tierischen oder mineralischen Ursprung haben. Pflanzliche Mittel sind entweder ein Teil der Pflanze wie Samen, Wurzel, Blüten, Blätter, Rinde, Gallen, Pflanzensaft oder die ganze Pflanze. Tierische Mittel sind Produkte wie Milch, Urin; tierische Teile wie Huf, Nägel, Haare, Fleisch, Organe, Fett oder das Tier als Ganzes wie Krebs, Skorpion, Regenwurm. Mineralische Mittel bestehen aus natürlichen Erzen, Metallen, Steinen (auch Edelsteine), Salzen, Lehm usw.

Diese Mittel werden nach einem Reinigungsprozess konserviert durch zum Beispiel Trocknung, Destillation, Veraschung, Einkochung, Einlegen in Zuckersirup. Zusätzlich kann in einem weiteren Prozess die Wirksamkeit der Droge verändert werden, zum Beispiel durch Zugabe von Honig, Lakritze oder Schwefel.

Die Arzneimittel werden klassifiziert nach:

- Decocta (Abkochungen)
- Elixiria (Elexiere)
- Extracta (Extrakte)
- Infusa (Aufgüsse)
- Linimenta (Linimente)
- Macerationes (Mazerationen)
- Pastae (Pasten)
- Sirupi (Sirup)
- Species (Teegemische)
- Unguenta (Salben) u.a.

Das Ziel der Arzneimittelbehandlung ist eine qualitative Veränderung des menschlichen Körpers. Es können grundsätzlich folgende Arten von Eigenschaften verändert werden, nämlich »die primären Qualitäten, die sich aus dem elementaren Mischungsverhältnis ergeben; die sekundären Qualitäten dick und dünn sowie Form und Substanz als Gesamtheit«³.

Die Arzneimittel werden nach ihren Primärqualitäten eingeteilt in warm, kalt, feucht und trocken sowie nach der Inten-

Dünne Substanz	bis zum 3. Grad warm	öffnet die Gänge des Körpers; löst das Dünne aus Säften, zerstreut und verdunstet es; treibt Schweiß und Urin; verdünnt dicke Säfte
	ausgeglichen	öffnet und verdünnt, aber träger
	kalt	bringt Flüsse zum Stocken; wirkt trocknend und adstringierend
Mittlere Substanz	ausgeglichen	erschaffende Wirkung; erweicht; fördert Kochung und Eiterbildung
	mäßig warm	lindert Schmerzen; beseitigt Obstruktionen
Dicke Substanz	erdig, ausgeglichen	verstopft innere Gänge und Haut; glättet aufgeraute Oberflächen
	mäßig warm bis kalt	strafft und kräftigt dicke Materie und schlafe Körperteile
	übermäßig warm	ätzt und brennt
	ausgeprägt kalt	adstringierend, verengend, Säfte verdickend

Tab. 1: Wirkungen von Arzneimitteln³

Dünne Substanz	scharf	Pfeffer, Senf	stechen, wärmen, brennen im Mund; dünn, trocken - warm; wirken innerlich öffnend und verdünnend; Qualitäten 4. Grades (z. B. Senf) erzeugen Blasen, verflüssigen, verursachen u. U. Fäulnis
	sauer	Essig	kein Wärmegefühl; sind dünn und trocken; wirkt durch- und eindringend, äußerlich stärker adstringierend als kalte Substanzen, da sie tiefer eindringen
	fettig	Öl, Butter	dünn und luftig; Wärme und Kälte sind ausgeglichen; wirken erschlaffend, erweichend und befeuchtend
Mittlere Substanz	salzig	Salz	warm – trocken, wirken mäßig durchdringend; reizen und reinigen; saugen durch ihre Trockenheit dünne Jauche an; schützen Körper vor Fäulnis
	herb	rohe, unreife Früchte	ziehen Zunge und Mund mäßig zusammen; kalt – feucht; Herbes kühlt, löscht, trocknet, zieht zusammen, stillt Flüsse
	süß	Zucker Honig	keine übermäßigen Geschmackseigenschaften; Süßes wirkt weniger auflockernd als fette Stoffe, glättet mehr die Rauigkeit; stillt Schmerzen, fördert die Kochungen und Bildung von Eiter
Dicke Substanz	bitter	Aloe	Bitteres ist dem Süßen entgegengesetzt; schmeckt unangenehm, fressend, zerreißen; warm – trocken; wirkt reinigend, nagt, öffnet Blutgefäße und ihre Verstopfung; äußerlich reinigt es Geschwüre, absorbiert überflüssige Stoffe und schützt vor Fäulnis
	widerlich herb	Galläpfel	unangenehmer als Herbes; erdig, trocken – kalt; die Wirkung ist verengend, verdichtend, verdickend; regt Narbenbildung an
	geschmacklos	Getreidemehl	gleichmäßige Mischung; dicker und roher als Süßes; wirkt verschmierend, verstopfend, glättend und klebend

Tab. 2: Geschmacksrichtungen

sität ihrer Wirkung auf den menschlichen Körper in vier Grade:

1. Grad: undeutlich wirkend
2. Grad: klar erkennbare Wirkung
3. Grad: heftige Wirkung
4. Grad: extrem stark wirkend

So gilt zum Beispiel Pfeffer als warm 3. Grades und trocken 3. Grades; Muskatnuss warm 2.-3. Grades und trocken 2. Grades; Zimt als warm 3. Grades und trocken 3. Grades und Ingwer als warm 3. Grades und feucht 1. Grades.

Die Arzneimittel werden weiter unterschieden nach dünner, dicker und mittlerer Substanz und dem Wirkvermögen der ganzen Form. So entstehen die unterschiedlichen Wirkungen der Arzneien (s. Tab. 1)

Der Geschmack³

Auch die Geschmackseigenschaften der Medikamente gehen aus den Primärqualitäten hervor und sind im Umkehrschluss Indizien für die Wirkvermögen (s. Tab. 2)

Die Behandlung eines Patienten erfolgt nach bestimmten Prinzipien. So soll eine einfache Krankheit auch mit einem einfachen Medikament behandelt werden. Meistens wird ein Medikament ausgewählt, das im Temperament der Krankheit entgegengesetzt ist. Das Temperament des Patienten muss dabei auch beachtet werden. So hat ein Choleriker eine reizbare Natur und spricht schon auf Arzneien mit einem niedrigen Wirkungsgrad an, während ein Phlegmatiker Arzneien höhere Grade benötigt, um überhaupt zu reagieren. Neben einfachen gibt es auch zusammengesetzte Heilmittel.

Therapiemaßnahmen und Chirurgie

Zu den Therapiemaßnahmen gehören:

- Aderlass
- Blutegel
- Schröpfen
- Ausleiten von krankhaftem Körpermaterial
- Purgation

- Einläufe
- Erbrechen
- Diurese
- Schwitzen
- Kauterisation

sowie zusätzlich die Behandlung durch Bewegung, Massage, Auflagen, Salben und Einreibemittel. In der Unani-Medizin kommen noch das Begießen der betroffenen Körperpartien mit lauwarmen Wasser und das türkische Bad dazu.

Aderlass, blutiges Schröpfen, Blutegelbehandlung und Kauterisation fallen in der Unani-Medizin in den Bereich der Chirurgie, da es sich um invasive Maßnahmen handelt.

Schlussbemerkungen

Die Humoralmedizin ist eine Erfahrungsmedizin mit mehr als 2.000 Jahren Tradition und somit eines der ältesten Medizinsystemen der Welt. Wir sind heute von dieser – unserer – Medizintradition seit Langem weitgehend abgeschnitten, was

einen großen Verlust bedeutet. Aschner schreibt, dass »wir mit dem Untergang der erfahrungsmäßigen Überlieferung neun Zehntel alles praktischen Heilwissens überhaupt eingebüßt haben«⁹ und fordert das Studium der alten Schriften und eine wissenschaftliche Überprüfung dieses medizinischen Erfahrungsschatzes. Nun reicht ein Bücherstudium nicht aus, um ein Medizinsystem wieder zu aktivieren, da vieles durch die Theorie allein kaum oder nicht zu vermitteln ist, sondern nur in Verbindung mit der Praxis. Die Unani-Medizin in Indien kann uns helfen, unsere traditionelle Medizin wiederzubeleben, da es sich um das gleiche Medizinsystem handelt – basierend auf den Lehren von Hippokrates. Hier haben sich über die Jahrhunderte hinweg Theorie und Praxis nicht nur erhalten, sondern sie werden heutzutage auch wissenschaftlich überprüft und akademisch gelehrt.

Wir haben somit nicht nur die Berechtigung, unsere traditionelle Erfahrungsmedizin wieder ins Leben zu rufen, sondern als Heilpraktiker auch die Verpflichtung, unser medizinisches Erbe zu wahren, zu pflegen und für die Nachwelt zu erhalten. Voraussetzung ist natürlich ein intensives Studium der literarischen Quellen sowie der Unani-Medizin in Indien.

Literatur

1. www.tkd.l.res.in/tkd.l/langdefault/Unani/Una_Regimental.asp?GL=Eng
2. Chishti, Hakim: *The Traditional Healer's Handbook: A Classic Guide to the Medicine of Avicenna*, Rochester 1990
3. Müller, Ingo Wilhelm: *Humoralmedizin*, Heidelberg 1993
4. Hufeland, Christoph Wilhelm: *Enchiridion medicum oder Anleitung zur medic. Praxis*, 2. Aufl. St. Gallen 1839
5. www.tkd.l.res.in/tkd.l/langdefault/Unani/Una_Diet.asp?GL=Eng
6. Central Council for Research in Unani Medicine (Hrsg): *Unani Treatment for Bars (Vitiligo) – A Success Story*, New Delhi, o. Jg.
7. www.tkd.l.res.in/tkd.l/langdefault/Unani/Una_Diet.asp?GL=Eng
8. www.tkd.l.res.in/tkd.l/LangGerman/Unani/Una_Pharmaco.asp?GL=Ger
9. Aschner, Bernhard: *Lehrbuch der Konstitutionstherapie*, 4. Aufl., Stuttgart 1932