

# Behandlung der Lumbalgie mit Chinesischer Medizin

**L**umbalgie tritt in der Praxis häufig auf und hat verschiedene pathologische und ätiologische Ursachen. Die chinesische Medizin bezeichnet den Rücken als Residenz der Niere und sieht deswegen bei Lumbalgie einen Zusammenhang mit der Niere. Ätiologisch stehen äußere pathogene Faktoren wie Wind, Kälte und Nässe, Trauma und Nieren-Schwäche im Vordergrund. Therapiert wird die Lumbalgie mit Tuina, Akupunktur und chinesischen Arzneimitteln.

## Tuina

Indikationen für diese spezielle chinesische Massage sind Rückenschmerzen bei akuter oder chronischer Verletzung der Rückenmuskulatur, degenerativer Veränderung der LWS, Bandscheibenvorfall, usw.. Kontraindikationen sind Schmerzen bei Erkrankungen der inneren Organe sowie Tuberkulose und Tumor im LWS-Bereich.

Zu Tuina-Techniken zählen Rollen, Pressen, Kneten, Reiben, Klopfen, Zupfen, Einrennen, usw.. Je nach Beschwerden kommen auch verschiedene Akupunkturpunkte zum Einsatz. Dadurch wird versucht, die Sehnen aufzulockern, die Leitbahnen durchgängig zu machen, das Qi und Blut zu bewegen und Schmerz zu stillen. Es wirkt außerdem krampflösend auf die Rückenmuskulatur und fördert den Heilungsprozeß der Gewebe.

## Akupunktur

Die Akupunktur ist geeignet sowohl für Rückenschmerzen, die durch Erkrankungen der inneren Organe ausgelöst sind, wie beispielsweise Nierenkrankheit, als auch für Trauma, Knochen und muskulär bedingte Schmerzen. Die Wirkung liegt darin, die Stauung zu lösen, das Nieren-Qi zu tonisieren, die Meridiane frei zu machen und Schmerzen zu stillen.

Wichtige Punkte sind: B23, Extrapunkt Yaoyan, B40, Lg3, Lg4, Mp6, B25, Extrapunkt Jiaji, usw.. Je nach Leere- oder Fülle-Syndrom wirkt die Akupunktur mit verschiedenen Techniken tonisierend, sedierend oder ausgleichend ein.

Bei Rückenschmerzen mit Kälte-Nässe oder Nieren-Schwäche als Ätiologie werden auch andere Therapieformen wie Moxibustion oder Schröpfen kombiniert. Auch die Ohrakupunktur kommt in dem Fall zum Einsatz. Die häufig verwendeten Punkte sind: LWS- und ISG-Areal, Nieren-Areal und Shenmen.

## Kräutertherapie

Im Sinne der chinesischen Kräutertherapie kann der Rückenschmerz in 4 Muster eingeteilt werden.

Bei Schmerzen mit Kälte-Nässe als Ätiologie heißt das Behandlungsprinzip, Kälte auszulei-

ten, Nässe zu eliminieren und die Leitbahnen zu erwärmen.

Bei Nässe-Hitze Schmerzen sollen Kräuter eingesetzt werden, die die Nässe und Hitze ausleiten, die Sehnen lockern und die Leitbahnen freimachen.

Beim Zustand nach Trauma steht Blut-Stau im Vordergrund. Dementsprechend soll mit den Kräutern das Blut bewegt, der Stau gelöst, das Qi in Fließen gebracht und der Schmerz gestillt werden.

Bei Schmerzen mit Nieren-Schwäche als Ätiologie differenziert sich die Rezeptur je nach Differenzdiagnose, wie zum Beispiel Yin-Mangel oder Yang-Mangel. Dabei soll die Rezeptur entweder das Nieren-Yin tonisieren oder das Nieren-Yang wärmen bzw. tonisieren.

Darüberhinaus hat die Chinesische Medizin noch andere Therapiemöglichkeiten, wie Moxibustion und Kräuterumschläge zur äußerlichen Anwendung.

Parallel zur Therapie soll Patienten der Rat gegeben werden, den Körper warm zu halten, vor Attacken äußerer pathogener Faktoren zu schützen, richtige Körperhaltung aufrecht zu erhalten, die Rückenmuskulatur zu trainieren und Trauma zu meiden.

*Dr. Hager  
TCM-Klinik Kötzing*