

# DIFFERENTIELLE DIAGNOSTIK



Grundlegendes Schema zur Beurteilung eines energetischen Disharmoniemusters sind die Acht Leitkriterien (Ba Gang) der Traditionellen Chinesischen Medizin: Kälte und Hitze, Leere und Fülle, Innen und Außen, sowie Yin und Yang als übergeordnete Kategorien.

## DIE ACHT LEITKRITERIEN

**YANG**

**YIN**

**Hitze**

**Kälte**

**Fülle**

**Leere**

**Außen**

**Innen**

# 1. Überwiegt Hitze (Re) oder Kälte (Han)?

## 1.1. Hitze-Syndrom (Re Zheng)

Ein Hitze-Syndrom (Re Zheng) ist verbunden mit dem Eindringen einer übermäßigen, schädlichen Hitze (Re Xie), mit einer Vermehrung und Steigerung der Funktionen des Organismus oder mit einem substantiellen Mangel (Xue-, Jin Ye- oder Yin-Leere).

Hitze-Syndrome werden unterschieden in Fülle-Hitze und Leere-Hitze.

## 1.2. Kälte-Syndrom (Han Zheng)

Ein Kälte-Syndrom (Han Zheng) ist verbunden mit dem Eindringen einer übermäßigen, schädlichen Kälte (Han Xie) oder mit einer allgemeinen Schwäche der Körperfunktionen (Qi- oder Yang-Mangel).

Kälte-Syndrome werden unterschieden in Fülle-Kälte und Leere-Kälte.

Hitze-Zeichen verleihen dem klinischen Landschaftsbild gleichsam "lebhaftere" Farben und "sprunghafte" Stimmung, Kälte-Zeichen hingegen vermitteln ein "trübes" klinisches Landschaftsbild, ähnlich wie ein düsterer, frostiger Wintertag.

### HITZE UND KÄLTE

**schnelle Bewegungen  
(körperlich und geistig)**

**langsame Bewegungen  
(körperlich und geistig)**

**extravertiertes, erregtes,  
sensibles Verhalten; Delirium**

**ruhiges Verhalten, inaktiv,  
introvertiert**

## HITZE UND KÄLTE (Fortsetzung)

heiße und gerötete Haut,  
rotes Gesicht

kalte Extremitäten,  
blasses Gesicht

Schwitzen; penetranter, unange-  
nehmer Körpergeruch

kein oder wenig  
Schwitzen; wenig Körpergeruch

Durst

kein oder wenig Durst

Verlangen nach kalten  
Getränken

Verlangen nach heißen  
Getränken

Abneigung gegen Hitze

Abneigung gegen Kälte

Verschlechterung durch Wärme

Verschlechterung durch Kälte

Fieber, Hitzegefühl

Frösteln, Kältegefühl

wenig, gelber, dunkler,  
konzentrierter Urin

viel, klarer, heller Urin

Verstopfung, harter Stuhl oder  
übelriechender Durchfall; dunkler  
Stuhl

weicher Stuhl, Durchfall  
heller Stuhl

gelber, übelriechender Ausfluss

weißer Ausfluss

kurzer Zyklus, heftige Blutung,  
dunkles Menstruationsblut

langer Zyklus, kurze Blutung,  
blasses Menstruationsblut

roter Zungenkörper

blasser Zungenkörper

gelblicher, trockener Zungenbelag

weißer, feuchter Zungenbelag

schneller Puls

langsamer Puls

## **2. Überwiegt Fülle (Shi) oder Leere (Xu)?**

### **2.1. Fülle-Syndrom (Shi Zheng)**

Ein Fülle-Syndrom (Shi Zheng) steht im allgemeinen mit einer akuten Erkrankung in Zusammenhang. Erkrankungen vom Fülle-Typus sind charakterisiert durch eine heftige Krankheitsursache mit heftiger Gegenwehr.

Fülle-Syndrome sind Folgen des Eindringens eines äußeren pathogenen Einflusses (der Kampf zwischen den pathogenen und antipathogenen Faktoren äußert sich in den Zeichen der Fülle), Folgen der Unausgeglichenheit der Funktionen der inneren Organe (Überaktivität eines oder mehrerer Organe) oder Folgen von Blockierungen, die mit lokaler, unangemessener Anhäufung von Substanzen einhergehen (Stagnation).

Fülle-Syndrome werden unterschieden in Fülle-Hitze, Fülle-Kälte und Stagnation.

### **2.2. Leere-Syndrom (Xu Zheng)**

Ein Leere-Syndrom (Xu Zheng) steht im allgemeinen mit einem chronischen, inneren Muster in Zusammenhang. Sie geht einher mit Mangel einer oder mehrerer Substanzen. Ein Organ oder auch mehrere Organe können geschwächt sein.

Ein Leere-Syndrom kann entweder angeboren (konstitutionelle Schwäche) oder aber erworben sein. Ursachen für eine erworbene Leere sind vor allem schlechte Verdauung, Altersschwäche, sexuelle Überanstrengung, chronische Erkrankungen, Folgen einer Behandlung (z.B. Strahlen- oder Chemotherapie), falsche Behandlung und falsche Ernährung.

All diese Faktoren können eine Leere des Organismus bewirken, wobei die Traditionelle Chinesische Medizin je nachdem, in welchem Bereich sich die Leere manifestiert, eine Qi-, Xue-, Yang- oder Yin-Leere unterscheidet.

Leere-Syndrome werden unterschieden in Qi-Leere, Yang-Leere, Xue-Leere, Säfte-Leere und Yin-Leere.

Fülle-Muster vermitteln gleichsam das Bild einer ungeordneten und überladenen klinischen Landschaft, Leere-Muster hingegen ein Bild der Spärlichkeit, Öde, Verlassenheit.

## FÜLLE UND LEERE

meist akut

meist chronisch

Ruhelosigkeit, Nervosität  
Gereiztheit

Müdigkeit, Erschöpfung  
(„ausgebrannt“), Lustlosigkeit,  
Niedergeschlagenheit

kräftige Konstitution

schwache Konstitution

plumpe, kraftvolle Bewegungen

vorsichtige, kraftlose Bewe-  
gungen

laute, starke, heisere Stimme

schwache, leise  
Stimme

„leuchtende“ Gesichtsfarbe

blasse, fahle oder  
aschgraue Gesichtsfarbe

harter, trockener Stuhl oder  
drängendes, brennendes Gefühl mit Durchfall

breiiger Stuhl

erschwertes Urinieren mit  
wenig Urin

häufiges Urinieren,  
Inkontinenz

starke, heftige Schmerzen

dumpfe, beständige Schmerzen

Verschlechterung durch Druck

Verbesserung durch Druck

Spannung und Völlegefühl in  
Brust und Bauch, Blähungen

Schwäche von Atem und  
Bewegung

starkes Schwitzen

Spontan- oder Nachtschweiß

dicker, klebriger Zungenbelag

wenig oder kein Zungenbelag

voller, kräftiger Puls

leerer, schwacher Puls

## 3. Differenzierung von Außen (Biao) und Innen (Li)

### 3.1. Oberflächliches Syndrom (Biao Zheng)

Ursache eines Oberflächlichen Syndroms (Biao Zheng) ist ein pathogener Einfluß (Xie Qi), der die Oberfläche, die äußerste Energieschicht, beeinträchtigt. Das Wei Qi wird an der Oberfläche gefesselt und stagniert. Die ersten Reaktionen, solange der pathogene Einfluß noch in der oberflächlichen energetischen Strukturen (Tai Yang, Wei Fen) ist (Fülle-Syndrom), sind Abgeschlagenheit und Gelenkschmerzen, danach Schüttelfrost und Kaltegefühl (Frösteln). Weitere Symptome sind Kopfschmerz, Schmerzen am ganzen Körper, Fieber, leichter Husten, rauher Hals, Halsschmerzen, eine verstopfte Nase, ein dünner, weißer Zungenbelag (besonders im vorderen Drittel der Zunge) und ein oberflächlicher Puls.

### 3.2. Inneres Syndrom (Li Zheng)

Ursache eines Inneren Syndroms (Li Zheng) ist eine oberflächliche, äußere Erkrankung, die in die tieferen Schichten des Körpers eindringt (Chronifizierung), ein pathogener Einfluß, der direkt die Organe angreift, oder aber eine Schädigung eines inneren Organs infolge körperlicher, geistiger oder seelischer Überbeanspruchung, Ermüdung oder Fehlernährung.

Das Krankheitsbild variiert mit dem befallenen Organ (den befallenen Organen) und den Charakteristika der Erkrankung. Bei inneren Erkrankungen zeigen sich Veränderungen von Urin und Stuhl sowie Veränderungen von Zungenkörper, Belag und Puls.

<b><u>AUSSEN UND INNEN</u></b>	
<b>meist akut</b>	<b>meist chronisch</b>
<b>plötzlicher Beginn</b>	<b>schleichender Beginn</b>
<b>kurze Dauer</b>	<b>lange Dauer</b>
<b>keine bzw. kaum Veränderungen von Stuhl und Urin</b>	<b>Veränderung von Stuhl und Urin</b>

## AUSSEN UND INNEN (Fortsetzung)

Fieber und Frösteln mit Abneigung  
gegen Wind und Kälte;  
Kopfschmerzen, vertopfte Nase,  
Halsschmerzen, rauher Hals

unterschiedlich, z.B. hohes  
Fieber ohne Kälteaversion  
oder Kälteaversion ohne Fieber

.....  
dünner Zungenbelag  
(besonders im vorderen Drittel)

Veränderungen von Zungenkörper  
und -belag

.....  
oberflächlicher Puls

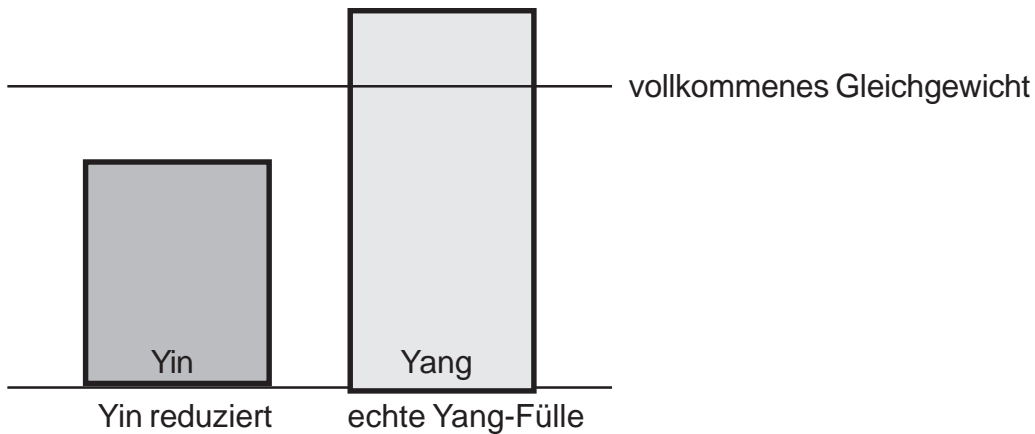
Puls entsprechend der  
jeweiligen Erkrankung

## 4. Differenzierung der Hitze-Muster: Fülle-Hitze und Lee- re-Hitze

### 4.1. Fülle-Hitze (Shi Re Zheng)

Fülle-Hitze (Shi Re Zheng) hat ihre Ursache in einem Übermaß an Hitze (Yang-Fülle), wobei die Fülle an Hitze den Hauptaspekt des energetischen Ungleichgewichts ausmacht. Fülle-Hitze zeigt Symptome der Fülle (z.B. Verschlechterung durch Druck, kraftvolle Bewegungen, voller Puls, dicker Zungenbelag) und Symptome der Hitze (Besserung durch Kälte, schnelle Bewegungen, schneller Puls, gelber Zungenbelag).

Anfänglich besteht ein aktuelles Übermaß an Yang und Hitze, das nach einiger Zeit den Yin-Aspekt des Körpers schädigt.



### Hitze im Herzen

*Herzfeuer ist gekennzeichnet durch Herzklopfen, Erregungszustände, Reizbarkeit, Schlafstörung mit vielen Träumen, Angstzustände, Ruhelosigkeit bis hin zu Manie, Gesichtsrötung, Hitzewellen, trockener Mund, Durst, dunkler und konzentrierter Urin; vor allem die Zungenspitze ist gerötet; trockener, gelber Zungenbelag; voller, schneller Puls.*

*Wenn Schleim mitbeteiligt ist, ist der Zungenbelag gelb-schmierig, der Puls gleitend (schlüpfrig) und schnell; Phantasieren und zusammenhangsloses Reden, grundloses und unkontrolliertes Lachen und Weinen, Verwirrtheit.*

### Hitze in den Lungen

*Kennzeichen für Lungen-Hitze sind Husten, hohes Fieber, Schwitzen, Durst, Unruhe; gelber Zungenbelag; voller, schneller Puls.*

*Wenn Schleim mitbeteiligt ist, zeigt sich reichlich gelber, zähflüssiger Auswurf; der Zungenbelag ist gelb-schmierig; der Puls gleitend (schlüpfrig) und schnell.*

### Hitze im Dickdarm

*Kennzeichen für Hitze im Dickdarm sind wellenförmiges Fieber, trockener Stuhl mit wässriger, stinkender Entleerung, schmerzhaft aufgetriebener Bauch; gelber, trockener Zungenbelag; schneller Puls.*

*Ist Feuchtigkeit mitbeteiligt, zeigt sich heftiger Stuhldrang, Durchfall mit Schleim- und Blutabsonderung; gelb-schmieriger Zungenbelag; schneller und gleitender (schlüpfriger) Puls.*

### Feuchte Hitze in Milz und Magen

*Kennzeichen für Feuchte Hitze in Milz und Magen sind weicher Stuhl mit intensivem Geruch oder Verstopfung, Völlegefühl und Schmerzen im Ober- und Unterbauch, Appetitlosigkeit, Ekel vor fetten Speisen, Erbrechen, Durst ohne Bedürfnis zu trinken oder Trinken in kleinen Schlucken, subfebrile Temperatur,*



*Müdigkeit, Schweregefühl, wenig tief-gelber und konzentrierter Urin; gelb-schmieriger Zungenbelag; schneller und gleitender (schlüpfriger) Puls.*

### Magenfeuer

*Magenfeuer zeigt sich in fauligem Mundgeruch, Zahnfleischartschwellung, brennenden Schmerzen im Epigastrium, Sodbrennen, Leere- und Hungergefühl in der Magengegend, trockener Mund, Verlangen nach kalten Getränken; dicker, gelber, trockener Zungenbelag; voller, schneller Puls.*

*Wenn Schleim mitbeteiligt ist, zeigt sich zusätzlich Völlegefühl im Epigastrium, weniger Durst, Schleim im Stuhl; Zungenbelag zusätzlich schmierig und der Puls gleitend (schlüpfrig).*

### Leberfeuer

*Leberfeuer zeigt sich in intensiv pochenden Kopfschmerzen und Kopfdruck, Schwindelgefühl, Tinnitus mit plötzlichem Beginn, plötzliche Schwerhörigkeit, Hörsturz, Bindehautentzündung, bitterer Mundgeschmack und trockener Mund (den ganzen Tag über), Gesichtsrötung, ausgeprägte Unruhe, Schlaflosigkeit, unruhige Träume, wenig dunkelgelber Urin; Zunge vor allem an den Rändern rot; gelber, trockener Zungenbelag; schneller und gespannter Puls.*

### Feuchte Hitze in der Blase

*Feuchte Hitze in der Blase zeigt sich durch Harndrang, Dysurie, trüber und dunkelgelber Urin, Völle- und Druckgefühl im Unterbauch, Schmerzen im Bereich der Lendenwirbelsäule; dicker gelber, schmieriger Zungenbelag vor allem im Bereich der Zungenwurzel; schneller, gleitender (schlüpfriger) Puls.*

### Blut-Hitze (Xue Re)

*Die Ursachen für Blut-Hitze sind emotionale Belastungen, scharfe Gewürze, eingedrungene pathogene Einflüsse (z.B. Schock bei Bienenstich) sowie Medikamente (z.B. Cortison) und Alkohol (insbesondere Schnaps). Die Hitze „frisst“ das Yin dabei regelrecht auf.*

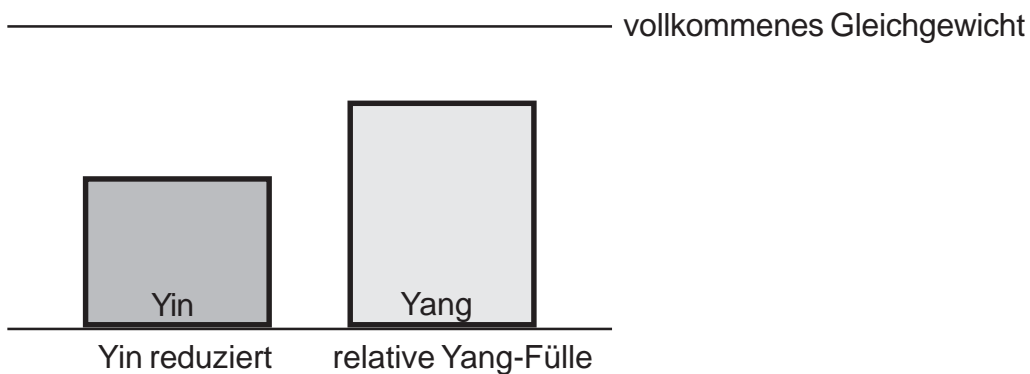
*Hauptsymptome sind:*

- 1) Unruhe und Schlaflosigkeit (Hitze ist in den Kreislauf eingedrungen),*
- 2) der Körper ist heiß und kribbelig (hohes Fieber mit den Zeichen einer gesteigerten Blutzirkulation),*
- 3) trockener Mund,*
- 4) Hautausschläge,*
- 5) Nasenbluten, Zahnfleischbluten und rote Augen (Blut-Hitze-Blutungen sind vor allem im Oberkörper lokalisiert),*
- 6) subcutane Blutergüsse (Hämaturia) und Blutungsneigung,*
- 7) abnorm starke und lang anhaltende Monatsblutungen,*

- 8) kurze Zyklen mit langen Menstruationsblutungen, dickflüssiges, kräftigrotes und übelriechendes Menstruationsblut,  
 9) die Zunge ist rot, eventuell mit hervorragenden purpurfarbenen Papillen,  
 10) der Puls ist dünn und schnell.

## **4.2. Leere-Hitze (Xu Re Zheng)**

Leere-Hitze (Xu Re Zheng) hat ihre Ursache im substantiellen Mangel, entweder Blut-Mangel, Yin Je-Mangel (umfassender und allgemeiner) oder Yin-Mangel (chronischer Zustand der Erschöpfung des Yin). Leere-Hitze zeigt Yin-Zeichen der Leere (z.B. schwache Bewegungen, Besserung durch Druck, dünner Puls, wenig oder kein Zungenbelag) und Yang-Zeichen der Hitze (relativer Yang-Überschuss: z.B. schnelle Bewegungen, Besserung durch Kälte, schneller Puls, roter Zungenkörper). Leere-Hitze ist ein gemischtes Muster, bei dem die Yin-Zeichen der Leere die Yang-Zeichen der Hitze modifizieren (z.B. sind nur die Wangen und nicht das ganze Gesicht gerötet, sind die Bewegungen schnell und zugleich auch schwach). Den Zeichen der Hitze liegt ein Schwächezustand zugrunde. Insgesamt sind die Symptome von Leere-Hitze schwächer ausgeprägt als von Fülle-Hitze oder wechseln mit Anzeichen von Müdigkeit und Erschöpfung ab. Leere-Hitze geht oft einher mit chronischen Disharmonien innerer Organe.



### **4.2.1. Blut-Leere (Xue Xu Zheng)**

Ursachen für eine Blut-Leere (Blut-Schwäche) sind:

- 1) Qi-Mangel,
- 2) Yang-Mangel,
- 3) zuviel Schwitzen,
- 4) zuviel Grübeln, Emotionen & zuviel Lesen,
- 5) zuviel Kaffee und schwarzer Tee.

## FÜLLE-HITZE UND LEERE-HITZE

heißer und roter Körper  
Hitzegefühl

gerötete Wangen, Hitze an  
Handflächen und Fußsohlen

hohes Fieber und Durst

mäßiges Fieber (Fieber vor  
allem nachmittags), subfebrile  
Temperatur

Schwitzen

eventuell Nachtschweiß

kräftige, schnelle Bewegungen,

schwache, schnelle Bewegungen,

unruhig, verwirrt

Schlafstörungen

meist akut

meist chronisch

wirres Reden, Verwirrung

Kraftlosigkeit

trockener Stuhl, Verstopfung

Verstopfung, trockener Mund und  
Rachen

wenig dunkler, trüber Urin

wenig dunkler Urin

Ursache meist schädliche Hitze

Ursache ist Verminderung des Yin

Zungenkörper dunkelrot, feucht  
mit dickem, gelbem Zungenbelag

roter Zungenkörper und wenig  
oder kein Belag

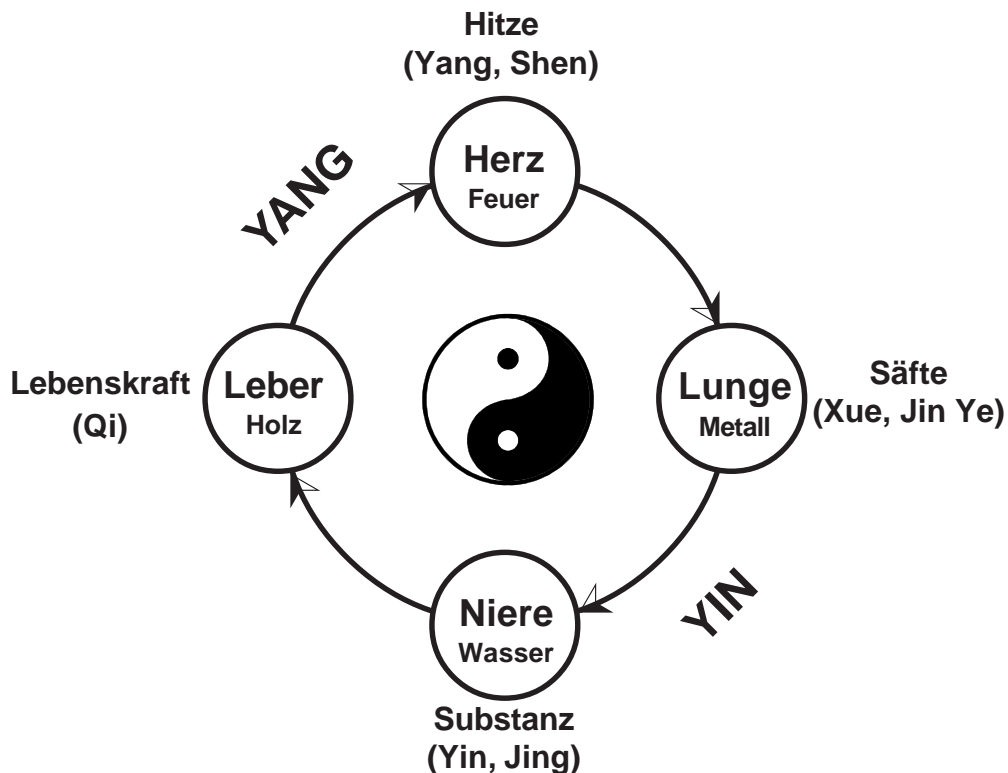
schneller, voller Puls

schneller, leerer, dünner Puls

## DIFFERENZIERUNGEN VON YIN UND YANG: DIE SUBSTANZEN

Der Yang-Bereich differenziert sich in Qi (Element Holz) und Yang „im engen Sinne“ (Element Feuer; Shen).

Der Yin-Bereich differenziert sich in Xue (Element Metall), Jin Ye (Element Metall) und Yin „im engen Sinne“ (Element Wasser; Jing).



Vor allem die Leber und das Herz sind von einer Blut-Leere betroffen (die Leber ist für den quantitativen, das Herz für den qualitativen Aspekt des Blutes verantwortlich). Der Blut-Leere folgt im Krankheitsverlauf der Säftemangel (Jin Ye Xu), der allgemeiner und deshalb gravierender ist. Die Säfte sind die Vorstufe des Blutes.

### Blut-Leere der Leber (Gan Xue Xu)

*Ursachen sind vor allem zuviel „Metall-Yang“ (weiße Wände, Neonlicht, Computer, Bildschirme, elektrische Heizung, Klimaanlage, Chemikalien und Medikamente), geistige Anstrengung und Belastung, eine langdauernde Krankheit oder endogene (innere) Hitze.*

Hauptsymptome einer Blutschwäche der Leber sind:

- 1) *Wenig und helles Blut,*
- 2) *Erschöpfungsgefühl, Schwäche,*
- 3) *verschwommenes Sehen, schwarze Flecken im Sehfeld,*
- 4) *Lichtempfindlichkeit,*
- 5) *trockene und schmerzende Augen,*
- 6) *Blinzeln,*
- 7) *unregelmäßige Menstruation, vor allem auch schwache Menstruation, Ausbleiben der Menstruation (Amenorrhoe), kurzer Zyklus, Unfruchtbarkeit, Fehlgeburten,*
- 8) *brüchige Fuß- und Fingernägel,*
- 9) *schuppige Kopfhaut, trockene Haare, gespaltene Haarspitzen,*
- 10) *Parästhesien (anormale Körperempfindungen wie z.B. Kribbeln oder Einschlafen der Glieder),*
- 11) *Krämpfe und Zuckungen (Tics), Spannung der Muskulatur, Sehnenentzündungen oder Verkürzungen,*
- 12) *Alpträume und häufiges Aufwachen,*
- 13) *Verbesserung durch Massage und Wärme,*
- 14) *der Zungenkörper ist blaß,*
- 15) *der Puls ist dünn, gespannt und leer.*

#### Blut-Leere des Herzes (Xin Xue Xu)

*Blut-Schwäche des Herzes ist oft durch Blut-Leere der Leber verursacht oder durch Qi- oder/und Yang-Mangel der Milz. Zum einen zeigen sich Symptome der mangelhaften Durchblutung, zum anderen Zeichen der Störung des Shen, da der Shen vom Blut genährt wird.*

Hauptsymptome einer Blut-Leere des Herzens sind:

- 1) *Blässe, difuser Schwindel und Schwäche,*
- 2) *Konzentrationsschwäche,*
- 3) *Gedächtnisprobleme,*
- 4) *Herzklopfen (Palpitation),*
- 5) *Durchschlafstörungen,*
- 6) *emotionale Empfindlichkeit ("dünnhäutig", ängstlich, schreckhaft, besorgt), Alpträume,*
- 7) *blasser Zungenkörper aber rote Zungenspitze,*
- 8) *der Puls ist dünn und leer.*

#### **4.2.2. Säfte-Leere (Jin Ye Xu)**

Die Jin Ye (Säfte, Körperflüssigkeiten) sind die Vorstufe des Blutes, sind umfassender als das Blut, und eine Verminderung der Säfte ist deshalb schwerwiegender als eine Blut-Schwäche. Generell gilt, daß je älter man wird, desto mehr trocknet man aus.

Ursachen für einen Säfte-Mangel sind:

- 1) Blutverlust,
- 2) lang andauernder Durchfall,
- 3) lang andauerndes Erbrechen,
- 4) zuviel Schwitzen,
- 5) zu geringe Flüssigkeitsaufnahme
- 6) Alter,
- 7) austrocknende Kräuter, Medikamente und Behandlungen (z.B. Bestrahlungen).

Hauptsymptome eines Säfte-Mangels sind:

- 1) Trockener Mund, trockene Nase
- 2) rauher, trockener Hals, trockener Husten,
- 3) trockene Lippen, trockene Zunge,
- 4) Oligurie (wenig Urin),
- 5) trockener und harter Stuhl,
- 6) die Zunge ist rissig und trocken, der Zungenbelag gelb,
- 7) der Puls ist dünn und schnell.

#### Säfte-Mangel des Dickdarms (Da Chang Ye Kui)

*Durch eine allgemeine Leere der Säfte oder des Blutes entsteht Trockenheit im Unteren Erwärmer, der Darminhalt wird eingedickt. Ursachen sind vor allem Alter, langandauernde schwere Erkrankungen, länger bestehende Hitzeerkrankungen, Mißbrauch von Abführmitteln oder Blutverlust.*

*Hauptsymptome eines Säftemangels des Dickdarms sind:*

- 1) *Trockener, harter Stuhl und Verstopfung,*
- 2) *der Zungenkörper ist trocken mit wenig gelbem, trockenem Belag oder belaglos,*
- 3) *der Puls ist dünn.*

### **4.2.3. Yin-Leere (Yin Xu)**

Yin-Leere bedeutet, daß es an Flüssigkeiten, nährenden Substanzen und letztlich an Jing fehlt. Der Organismus ist ausgebrannt, substanzmäßig ausgezehrt.

Ursachen für eine Yin-Leere sind:

- 1) chronische Erkrankungen (vor allem entzündliche Krankheiten und Infektionen), aber auch deren Behandlung,
- 2) Alter,
- 3) Emotionen.

Hauptsymptome einer Yin-Leere sind:

- 1) Gewichtsverlust,
- 2) Hitzewallungen am späten Nachmittag und in der Nacht,
- 3) Ohrensausen, Hörsturz,
- 4) Durst,
- 5) trockene Augen,
- 6) trockene Verstopfung,
- 7) tagsüber oben warm und unten kalt (das Yang ist nicht mehr verpflichtet), nachts Hände, Füße und Herz ("die fünf Stellen") sind heiß,
- 8) Schmerzen im unteren Rücken mit Verschlimmerung durch Bewegung,
- 9) Gelenkschmerzen,
- 10) Erregbarkeit ("Dünnhäutigkeit"),
- 11) fehlendes Durchhaltevermögen (leicht begeistert, aber keine Ausdauer; Phantasien werden nicht umgesetzt),
- 12) Ein- und Durchschlafstörungen,
- 13) Nachtschweiß,
- 14) Hautjuckreiz,
- 15) die Zunge ist dunkelrot und rissig mit wenig oder ohne Belag,
- 16) der Puls ist tief, dünn und leer.

Ein Patient mit Yin-Leere hat zugleich auch immer Qi-Probleme, er ist erschöpft, müde und matt. Immer sind die Nieren an Yin-Mangel-Erkrankungen mitbeteiligt und deshalb auch mitzubehandeln.

#### *Yin-Leere der Nieren (Shen Yin Xu)*

*Eine Yin-Leere der Nieren ist Folge einer langen, erschöpfenden Erkrankung (wie auch deren Behandlung). Bei vorherrschender Schwäche zeigen sich typischerweise Hitze-Symptome.*

*Hauptsymptome einer Yin-Leere der Nieren sind:*

- 1) Schmerzen im unteren Rücken mit Verschlechterung durch Bewegung,*
- 2) heiße Fußsohlen und Handflächen und Hitzeunverträglichkeit,*
- 3) Schwäche mit Unruhe,*
- 4) trockener Rachen und Mund, Durst,*
- 5) Oligurie (wenig und dunkler Urin),*
- 6) Verstopfung mit trockenem Stuhl,*
- 7) Nachtschweiß,*
- 8) Ohrensausen, Hörsturz,*
- 9) geistige und sexuelle Ruhelosigkeit und Übererregbarkeit,*
- 10) gesteigerte Libido bei verringerter Potenz,*
- 11) unruhiger Schlaf,*
- 12) roter, trockener Zungenkörper ohne Belag, eventuell Risse),*
- 13) der Puls ist dünn, schwach und schnell.*

### Yin-Leere der Leber (Gan Yin Xu)

Die Vorstufe einer Yin-Leere der Leber ist die Blut-Leere der Leber. Aber auch Hitze und eine Nieren-Yin-Leere können das Yin der Leber schädigen: Das Holz wird zu trocken. Wegen des relativ überwiegenden Yang zeigen sich neben den Leere- und Schwäche-Zeichen auch Symptome der Hitze.

Hauptsymptome einer Yin-Leere der Leber sind:

- 1) Mangel an Augenflüssigkeit, schmerzende Augen, Konjunktivitis (Bindehautentzündung),
- 2) verschwommenes Sehen, Farbenblindheit,
- 3) Glaukom (Grüner Star),
- 4) hoher Blutdruck,
- 5) Drehschwindel (mit dem Bedürfnis, die Augen zu schließen),
- 6) ziehende Kopfschmerzen,
- 7) Übelkeit, Erbrechen,
- 8) Spasmen (Krämpfe und Zuckungen),
- 9) Handinnenflächen, Fußsohlen und Herzbereich ("die fünf Stellen") werden spätnachmittags und abends heiß,
- 10) Ohrensausen (Tinnitus),
- 11) Mund trocken und bitterer Geschmack im Mund,
- 12) Unruhe, Schlaflosigkeit (Herz-Yin-Leere), Schwäche mit Reizbarkeit und Nervosität,
- 13) blasses Gesicht mit rötlichen Wangen und Lippen,
- 14) fehlende Ausdauer, ausgebrannt, müde,
- 15) Blut dunkelrot und dickflüssig bis klumpig,
- 16) trockener Stuhl oder Verstopfung,
- 17) Oligurie (wenig Urinausscheidung),
- 18) Durst,
- 19) Panik, Angst, „Auflösungsgefühle“,
- 20) die Zunge ist rot, trocken, schmal, ohne Belag, in der Mitte oder an den Rändern rissig,
- 21) der Puls ist gespannt, dünn, schnell und tief.

### Yin-Leere des Herzes (Xin Yin Xu)

Ursachen sind vor allem eine Nieren-Yin-Leere, eine langandauernde Blut-Leere oder eine Überlastung des Herzes durch Streß. Schlaflosigkeit über Jahre, chronische Angstzustände, Erschöpfung und chronische Erkrankungen sind weitere mögliche Ursachen.

Hauptsymptome einer Yin-Leere des Herzens sind:

- 1) Ein- und Durchschlafstörungen, traumgestörter Schlaf,
- 2) Nachtschweiß,
- 3) Herzklopfen (Palpitation), Herzrasen (Tachykardie),
- 4) Rastlosigkeit und Ängstlichkeit (bei gleichzeitiger Schwäche und Erschöpfung), hektisches und sprunghaftes Verhalten, Panik- und Angstzustände,



- 5) Gedächtnisprobleme,
- 6) Verwirrtheit (bei Schleim-Problematik),
- 7) Durst und trockener Mund,
- 8) Hitzegefühl, Hitzewallungen oder leichtes Fieber (subfebrile Temperatur) mit Verschlechterung spätnachmittags,
- 9) Handinnenflächen und Fußsohlen sind heiß (Yin-Schwäche der Nieren),
- 10) der Zungenkörper ist rot und trocken, meist ohne Belag und rissig (ein Riss in der Shao Yin-Achse ist dann besonders schlimm, wenn zugleich seitliche Risse vorhanden sind), die Zungenspitze ist auffallend rot,
- 11) der Puls ist dünn, leer, schnell, oberflächlich sowie gespannt (wegen der allgemeinen Verkrampfung).

*Herz-Yin-Mangel führt dazu, daß der Geist (Shen) in Aufruhr gerät, weil er seiner "Heimat" beraubt ist (fehlendes Herz-Yin und Herz-Blut). Folgen sind z.B. Durchblutungsstörungen, Rastlosigkeit, Ängstlichkeit und Gedächtnisprobleme.*

#### Yin-Leere der Milz (Pi Yin Xu)

*Hauptsymptome einer Yin-Leere der Milz sind:*

- 1) Gewichtsverlust,
- 2) Diabetes mellitus,
- 3) Muskelschwund, Multiple Sklerose,
- 4) degenerative Erkrankungen allgemein.

*Der Magen wird heiß, das Yin vermindert sich, das Milz-Yang wird stark (Heißhunger).*

#### Yin-Leere der Lungen (Fei Yin Xu)

*Ursachen sind eine lang andauernde Lungen-Qi-Schwäche oder eine langandauernde Schädigung der Lungen durch pathogene Hitze und/oder Trockenheit. Als Folge der Lungen-Yin-Leere zeigt sich eine Schädigung des Nieren-Yin.*

*Hauptsymptome einer Yin-Leere der Lunge sind:*

- 1) Trockener Husten mit sehr wenig Schleimauswurf,
- 2) trockene Haut,
- 3) rauhe (heisere) Stimme, trockener Hals,
- 4) leicht blutiger Speichel,
- 5) allergische Reaktionen auf austrocknende Umstände (z.B. Katzenhaare, Pollen, Klimaanlage, elektrische Heizung),
- 6) Klaustrophobie, Panik,
- 7) Kurzatmigkeit (Dyspnoe),
- 8) allgemeine Yin-Leere-Zeichen wie Schwäche, Wärmeunverträglichkeit, Nachtschweiß, heiße Handflächen und Fußsohlen, eventuell spätnachmittags ansteigendes Fieber,

- 9) der Zungenkörper ist rot und trocken, der Belag fehlt oder ist sehr,
- 10) der Puls ist dünn, schnell und schwach.

#### Yin-Leere des Magens (Wei Yin Xue)

Ursachen sind entweder langandauerndes Magen-Feuer (ernährungsmäßig bedingt vor allem durch hochprozentigen Alkohol, scharfe Gewürze, Gebratenes etc.), Stress oder eine Erschöpfung des Yin durch Erbrechen und Durchfall bzw. durch eine langandauernde Hitzeerkrankung.

Hauptsymptome einer Yin-Leere des Magens sind:

- 1) Hunger, aber kein Appetit,
- 2) Leistungsschwäche als Zeichen der Leere von Milz und Magen,
- 3) Gewichtsverlust ("trocken" und abgemagert),
- 4) trockener Mund, trockene Lippen,
- 5) trockenes Erbrechen,
- 6) wenig Urinausscheidung (Oligurie),
- 7) trockener Stuhl,
- 8) Unruhe,
- 9) wenig Speichel,
- 10) Schmerzen im Magenbereich,
- 11) Globusgefühl im Magen,
- 12) Aufstoßen,
- 13) die Zunge ist rot (eventuell glänzend glatte Oberfläche) und ohne Belag, eventuell ist der Zungenkörper infolge Säftemangels geschrumpft,
- 14) der Puls ist dünn und schnell.

Klinisch sind entweder die Magenscheidhäute angegriffen (atrophische Gastritis) oder aber es fehlt die Magensäure (Yin). Im allgemeinen sind solchen Patienten sehr empfindlich und vertragen nur wenige Nahrungsmittel (meist Kartoffel und Reis). Oft zeigt sich im Gesicht eine deutliche Magen-Falte.

## **5. Differenzierung der Kälte-Muster: Fülle-Kälte und Leere-Kälte**

### **5.1. Fülle-Kälte (Shi Han Zheng)**

Fülle-Kälte (Shi Han Zheng) hat ihre Ursache in einem Übermaß an Kälte (Yin), wobei die Fülle an Kälte den Hauptaspekt des energetischen Ungleichgewichts ausmacht. Fülle-Kälte zeigt Yang-Zeichen der Fülle (z.B. kraftvolle Bewegungen, Verschlechterung durch Druck, voller Puls, dicker Zungenbelag) und Yin-Zeichen der Kälte (z.B. langsame Bewegungen,

Besserung durch Wärme, tiefer Puls, weißer Zungenbelag). Die Yang-Zeichen der Fülle werden dabei durch die Yin-Zeichen der Kälte modifiziert (so sind z.B. die Bewegungen des Körpers wie des Pulses kräftig und zugleich auch langsam).

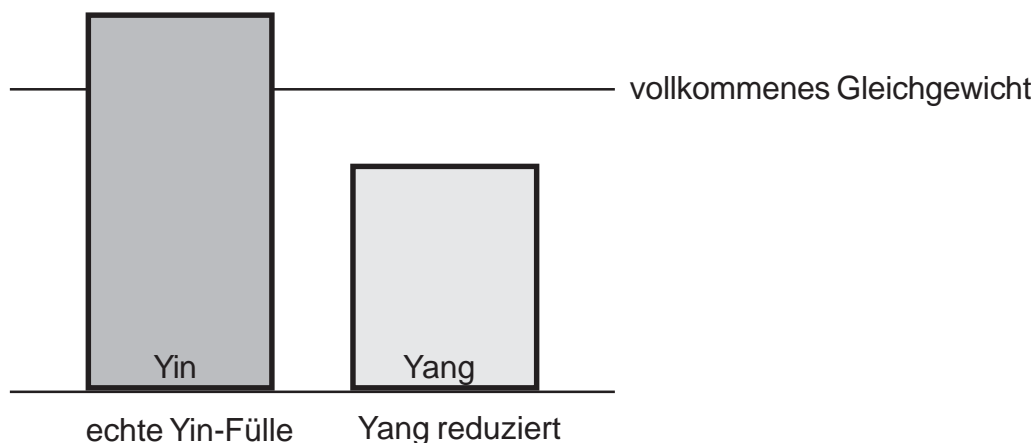
Anfänglich besteht ein aktuelles Übermaß an Kälte und Yin, das nach einiger Zeit das Yang zu schädigen vermag.

#### Schleimkälte im Herzen

*Schleim-Kälte, die das Herz benebelt, ist gekennzeichnet durch Depression, Introvertiertheit, Selbstgespräche, Lethargie, Somnolenz bis hin zur Bewusstlosigkeit; geschwollene Zunge mit dickem, weißen, schmierigen Belag; gleitender (schlüpfriger) und langsamer Puls.*

#### Schleim-Feuchtigkeit in der Lunge

*Kennzeichen für Schleim-Feuchtigkeit in der Lunge sind chronischer, teilweise anfallsartiger Husten mit reichlich weißem Sputum, asthmatische Atmung,*



*belastungsabhängige Dyspnoe, Beklemmungs- und Völlegefühl im Brustkorb, weißlicher und teigiger Teint; blasser, dicker, weißer, stark feuchter und eventuell schmieriger Zungenbelag; gleitender (schlüpfriger), dünner und bei Kälte auch langsamer Puls.*

*Eventuell ergänzend Zeichen der Dysfunktion der Milz wie Appetitlosigkeit, Übelkeit, Erbrechen und Erschöpfung.*

#### Kälte im Dickdarm

*Kennzeichen für Kälte im Dickdarm sind Verstopfung mit tief empfundenem Bauchschmerz, der sich durch lokale Wärme bessert; weißer, eventuell dicker Zungenbelag; langsamer und tiefer Puls.*

*Ist Feuchtigkeit mitbeteiligt, so zeigen sich akut einsetzender, schmerzhafter*

und wässriger Durchfall, Kältegefühl vor allem im Bauchbereich mit Besserung durch Wärme; der Puls ist zudem gleitend (schlüpfrig).

### Feuchte Kälte in der Milz

*Kennzeichen für Feuchte Kälte in der Milz sind Völle- und Druckgefühl in Brustkorb und Oberbauch, Schweregefühl, Appetitmangel, kein Geschmack oder süßlicher Mundgeschmack, kein Durst, Ödeme, dickflüssiger Speichel, lockerer*

*weicher Stuhl oder Durchfall, eventuell Übelkeit und Erbrechen, trübe Sekretionen wie Ausfluss, trüber Urin, verklebte Augen, flüssigkeitsgefüllte Hautausschläge, eventuell Harnverhalten oder Harntröpfeln, Müdigkeit und Erschöpfung (Qi-Mangel-Symptome); blasser, dicker, weißer, stark feuchter oder schmieriger Zungenbelag; gleitender (schlüpfriger) und langsamer Puls.*

### Kälte im Magen

Kennzeichen für Kälte im Magen sind Schmerzen im Epigastrium, die sich durch Wärme oder warme Getränke bessern, Erbrechen klarer Flüssigkeit, Verschlechterung durch kalte Getränke, die sofort erbrochen werden, Kältegefühl; dicker, weißer, sehr feuchter Zungenbelag; langsamer und tiefer Puls.

## **5.2. Leere-Kälte (Xu Han Zheng)**

Leere-Kälte (Xu Han Zheng) hat ihre Ursache im Wärmemangel, entweder Qi- oder Yang-Mangel. Leere-Kälte zeigt (Yin-)Symptome der Leere (z.B. schwache Bewegungen, Besserung durch Druck, wenig oder kein Zungenbelag, leerer Puls) und (Yin-)Symptome der Kälte (z.B. langsame Bewegungen, Besserung durch Wärme, weißer Zungenbelag, langsamer Puls).

### **FÜLLE-KÄLTE UND LEERE-KÄLTE**

**kalte Extremitäten,  
Abneigung gegen Kälte**

**kalte Extremitäten,  
Furcht vor Kälte**

**kein Schwitzen, viel Auswurf**

**tagsüber Schwitzen**

**kräftige, langsame Bewegungen  
(körperlich und geistig)**

**schwache, langsame Bewegungen  
(körperlich und geistig)**

## FÜLLE-KÄLTE UND LEERE-KÄLTE (Fortsetzung)

Verschlechterung durch Druck,  
Besserung durch Wärme

Verbesserung durch Druck  
und Wärme

viel, klarer Urin

viel, klarer Urin

blasse Zunge mit dickem, weißem,  
schmierigem Belag

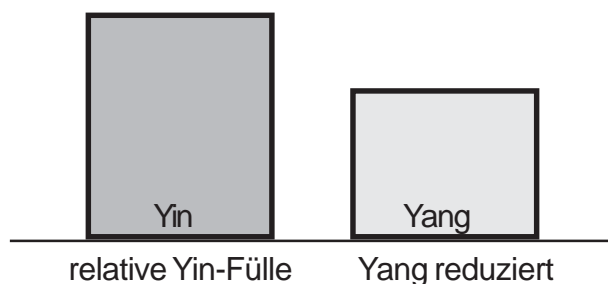
blasse Zunge mit wenig oder  
keinem Belag

langsamer, voller Puls

langsamer, leerer Puls

Leere-Kälte hat innere Ursachen. Der Yang-Aspekt ist ungenügend vorhanden, kann das Yin, Kälte nicht ausreichend ausgleichen. Infolge des Mangels im Yang-Bereich kommt es häufig zu lokalen Ansammlungen von Feuchtigkeit und zur reichlichen Ausscheidung von klarem Urin. Es ist zu wenig Yang da, um die Flüssigkeiten zu erwärmen, zu bewegen und zurückzuhalten.

vollkommenes Gleichgewicht



### 5.2.1. Qi-Leere (Qi Xu)

Qi-Mangel-Störungen sind Disharmoniemuster, die durch einen Mangel an Qi und eine damit zusammenhängende, unzureichende Funktion der Organe oder des ganzen Körpers gekennzeichnet sind.

Ursachen für Qi-Mangel (Leere, Schwäche des Qi) sind:

- 1) zuviel, vor allem körperliche Arbeit,
- 2) (zuviel) qualitativ schlechte Ernährung (raffinierte Nahrungsmittel, Mikrowellen- und Tiefkühlkost),
- 3) eine angeborene Qi-Schwäche.

Hauptsymptome eines Qi-Mangels sind:

- 1) Schwindel beim Aufstehen (Folge niedrigen Blutdrucks),
- 2) Kurzatmigkeit,
- 3) Erschöpfung, Bewegungsunlust, Ruhebedürfnis,
- 4) Wortkargheit,
- 5) leise Stimme,
- 6) Verschlimmerung durch körperliche und/oder geistige Anstrengung,
- 7) Kältegefühl (Frösteln),
- 8) leicht Herzrasen (Tachykardie),
- 9) kalte Schweißausbrüche tagsüber,
- 10) der Zungenkörper ist blass, auch Zahnabdrücke (Hinweis auf Feuchtigkeit),
- 11) der Puls ist leer.

#### Milz-Pankreas-Qi-Schwäche (Pi Qi Xu)

*Im Mittelpunkt einer Milz-Qi-Schwäche steht eine Schwäche des Verdauungsprozesses und ein daraus resultierender Mangel an Energie. Ursachen für eine Milz-Qi-Schwäche sind vor allem Rohkost, zuviel Milchprodukte und falsch ausgewählte Kräutertees, ebenso auch emotionale Traumata, zuviel Grübeln oder übermäßige geistige Arbeit ohne körperlichen Ausgleich. Auch chronische Krankheiten führen häufig zu einer Schädigung der Milz.*

*Hauptsymptome eines Milz-Qi-Mangels sind:*

- 1) *Appetitlosigkeit,*
- 2) *Müdigkeit mit Trägheitsgefühl (insbesondere nach dem Essen),*
- 2) *gelbliche Gesichtsfarbe und blasse Lippen,*
- 3) *breiiger Stuhl,*
- 4) *Druckgefühl im Oberbauch,*
- 5) *Blähungen nach dem Essen*
- 6) *die Zunge ist blaß und zeigt Zahnabdrücke, eventuell geschwollen,*
- 7) *der Puls ist weich und kraftlos.*

*Die Beeinträchtigung der Umwandlungsfunktion kann in der Folge zu Feuchtigkeit und Schleim führen. Feuchtigkeit und Schleim zeigen sich dann in einem dicken und schmierigen (klebrigen) Zungenbelag und einem gleitenden (schlüpfrigen) Puls.*

*Ist der Magen miterkrankt, kommt es zusätzlich zu Unwohlsein und Übelkeit nach dem Essen, Appetitlosigkeit und Aufstoßen.*

### Herz-Qi-Schwäche (Xin Qi Xu)

Die wichtigsten Ursachen für einen Herz-Qi-Mangel sind Qi-Mangel des Mittleren Erwärmers (Milz und Magen), Nieren-Qi-Mangel, Lungen-Qi-Mangel, Müdigkeit und Traurigkeit.

Hauptsymptome einer Herz-Qi-Schwäche sind:

- 1) Herzklopfen (Palpitation), Herzrasen oder Herzstolpern,
- 2) kalte Schweißausbrüche tagsüber,
- 3) Müdigkeit und Kurzatmigkeit (Mitbeteiligung der Lunge),
- 4) Ängstlichkeit und Traurigkeit,
- 5) Verlust an Vitalität und Lebensfreude (Zeichen der Schwäche des Shen),
- 6) traurige Gesichtszüge,
- 7) antriebsloser Geist (geistige Müdigkeit),
- 8) Patient spricht ungern und drückt sich ungern aus,
- 9) Verschlechterung des Zustandes bei geistiger und körperlicher Anstrengung,
- 10) der Zungenkörper ist blaß, eventuell schlaff oder im vorderen Drittel geschwollen,
- 11) der Puls ist dünn und leer.

### Dickdarm-Qi-Schwäche (Da Chang Qi Xu)

Dickdarm-Qi-Schwäche zeigt sich in chronischem Durchfall, Verstopfung mit weichem Stuhl und ohne Stuhldrang (atonische Verstopfung), rumpelnden Darmgeräuschen sowie Schwäche und Schweißneigung nach dem Stuhlgang. Im allgemeinen finden sich zusätzlich dazu Zeichen einer allgemeinen Qi-Schwäche oder einer Milz-Qi-Leere.

Die wichtigsten Punkte sind Ma 25, Bl 25, Ma 37 und Ma 36 (stärken die Funktionen und das Qi des Dickdarms).

### Lungen-Qi-Schwäche (Fei Qi Xu)

Lungen-Qi-Schwäche ist Folge einer generellen Qi-Leere oder aber wiederholter Erkrankungen der Lunge mit einer Verteilungsstörung des Qi. Besteht die Lungen-Qi-Schwäche über längere Zeit, werden vor allem auch das Herz und die Nieren geschädigt.

Hauptsymptome einer Lungen-Qi-Schwäche sind:

- 1) Kurzatmigkeit,
- 2) schwache Stimme.
- 3) allgemeiner Mangel an Vitalität mit spontanen Schweißausbrüchen,
- 4) mangelnde Abwehrkraft (häufige Infektionen der Atemwege, Husten),
- 5) weiße Gesichtsfarbe,
- 6) Asthma mit viel dünnem, klarem Auswurf (Sputum) ohne laute Atemgeräusche,
- 7) die Zunge ist blaß, im vorderen Teil eventuell geschwollen, ihr Belag ist dünn weißlich,
- 8) der Puls ist schwach.

### Leber-Qi-Schwäche (Gan Qi Xu)

*Hauptsymptome einer Leber-Qi-Schwäche sind:*

- 1) *Kraftlosigkeit in der Muskulatur (z.B. Einknicken beim Gehen),*
- 2) *Hyperflexibilität der Gelenke und Sehnen,*
- 3) *Mangel an Spannkraft und Festigkeit,*
- 4) *furchtsame Gehemmtheit, Entscheidungsschwäche, Irritierbarkeit und Nervosität),*
- 5) *leichter Schwindel,*
- 6) *milde Sehstörungen wie verschwommenes Sehen.*

*Nieren-Qi-Schwäche (Shen Qi Xu)*

*Hauptsymptome einer Nieren-Qi-Schwäche sind:*

- 1) *Inkontinenz (die adstringierende Funktion der Nieren löst sich auf),*
- 2) *Enuresis nocturna,*
- 3) *"Nachtröpfeln" beim Urinieren,*
- 4) *nächtliches Aufstehen zum Urinieren,*
- 5) *nächtlicher oder spontaner Samenverlust,*
- 6) *Ejaculatio praecox,*
- 7) *die Zunge und der Zungenbelag zeigen keine Veränderung (kann aber dünn, schwach und zittrig sein),*
- 8) *der Puls ist tief und schwach.*

*Bei zusätzlicher Nieren-Yang-Leere zeigen sich Symptome wie z.B. Erschöpfung und Apathie sowie Schmerzen im LWS-Bereich (Besserung durch Wärme).*

*Magen-Qi-Schwäche (Wei Qi Xu)*

Die Symptome einer Magen-Qi-Schwäche sind ähnlich denen der Milz-Qi-Schwäche, allerdings steht hier ein Gefühl des Unwohlseins in der Magengegend im Vordergrund.

## **5.2.2. Yang-Leere (Yang Xu)**

Während Qi-Mangel ein akuter Zustand ist, handelt es sich bei Yang-Mangel um ein chronisches Geschehen. Der Körper verfügt nicht mehr über ausreichend Feuer (erwärmende Kraft), er ist kalt. Immer sind bei einem Yang-Mangel die Nieren mitbeteiligt, das Yuan Yang (Ursprüngliches Yang, Nieren-Yang) ist geschwächt.

Ursachen für einen Yang-Mangel sind:

- 1) *Alter,*
- 2) *Medikamente wie z.B. Beta-Blocker, Schlafmittel, blutdrucksenkende Mittel,*
- 3) *chronische Krankheit,*
- 4) *Rohkost-Ernährung.*



Hauptsymptome einer Yang-Leere sind:

- 1) Schmerzen im unteren Rücken (mit Verschlechterung im Liegen),
- 2) kalte Füße, Knie, Rücken und Hände,
- 3) krankhafte Vermehrung der Harnmenge (Polyurie) und vermehrtes nächtliches Urinieren (Nycturia),
- 4) Wasserstagnation, Ödeme,
- 5) Unfruchtbarkeit,
- 6) der Zungenkörper ist geschwollen, die Farbe geht in den lila Bereich,
- 7) der Puls ist schwach und tief.

#### Yang-Leere der Nieren (Shen Yang Xu)

Hauptsymptome einer Yang-Leere der Nieren sind:

- 1) Schmerzen im unteren Rücken (mit Verschlechterung im Liegen),
- 2) kalte Füße, Knie, Lenden und unterer Rücken sowie leichtes Frieren,
- 3) krankhafte Vermehrung der Harnmenge (Polyurie) und vermehrtes nächtliches Urinieren (Nycturia), bei gleichzeitiger Nieren-Qi-Schwäche auch Inkontinenz,
- 4) weicher Stuhl,
- 5) Blässe,
- 6) Schwäche der Beine, Ödeme im Beinbereich,
- 7) Lethargie
- 8) Unfruchtbarkeit, keine Libido, wenig oder wenig bewegliche Spermien,
- 9) Schwerhörigkeit und/oder
- 10) blasser und kraftloser Zungenkörper (eventuell mit dünnem weißlichen Belag).

Die Nieren sind die Quelle des Yang im Körper, weshalb eine Schwäche des Nieren-Yang das Yang im gesamten Körper unmittelbar beeinflusst.

#### Yang-Leere der Leber (Gan Yang Xu)

Hauptsymptome einer Yang-Leere der Leber sind:

- 1) Prolaps (Vorfall),
- 2) Leistenbruch,
- 3) Schwindel (verbunden mit niedrigem Blutdruck),
- 4) schlechte Versorgung der Augen und Muskeln.

### Yang-Leere des Herzens (Xin Yang Xu)

Die Zeichen der Yang-Leere des Herzes sind vergleichbar mit denen der Qi-Leere, die Symptome sind jedoch schwerwiegender. Das Wärmedefizit ist verantwortlich für die stark gestörte Zirkulation und für die Kälte der Extremitäten. Ursachen sind vor allem die Erschöpfung des Nieren-Yang und chronische Krankheiten.

*Hauptsymptome einer Yang-Leere des Herzens sind:*

- 1) Bläuliche (zyanotische), blasse oder graue Farbe im Gesicht (zyanotische Gesichtsfarbe vor allem im Wangen- und Nasen-Mund-Bereich),
- 2) Palpitation (Herzklopfen),
- 3) Arrhythmie, eventuell Herzschmerzen (kältebedingte Blut- und Qi-Stagnation),
- 4) leichtes Fieber, kalte Extremitäten,
- 5) blasser, eventuell bläulicher Zungenkörper (Blut-Stagnation) mit weißlichem Belag,
- 6) der Puls ist schwach und langsam.

*Über die Shao-Yin-Verbindung (Herz-Niere) kann eine Yang-Schwäche der Nieren zu einer Yang-Schwäche des Herzens führen. Hinweise auf die Leere des Nieren-Yang sind beispielsweise Ödeme und Schwindel. Eine gravierende Yang-Leere schließlich führt zu einem Yang-Kollaps mit atekem, kaltem Schwitzen, kalten Extremitäten und blaßbläulichen Lippen (Schockzustand).*

### Yang-Leere der Milz (Pi Yang Xu)

*Ursache für eine Milz-Yang-Leere ist entweder eine konstitutionelle Nieren-Yang-Schwäche oder aber Feuchtigkeit. Die Feuchtigkeit wiederum sinkt ab und erstickt das Nieren-Yang. Die Symptome sind ähnlich denen der Qi-Schwäche, nur gravierender.*

*Hauptsymptome einer Yang-Leere der Milz sind:*

- 1) flüssiger Durchfall (Milz-Qi-Schwäche führt zu breiigem Stuhl und breiigem Durchfall),
- 2) Appetitlosigkeit (Qi-Mangel-Symptom),
- 3) Kältegefühl und Schmerzen im Bauch, Verbesserung durch Wärme und Druck,
- 4) Arme und Beine sind kalt,
- 5) blasse Lippen,
- 6) viel klarer Speichel im Mund,
- 7) wenig Urin (Oligurie),
- 8) Wasseransammlung,
- 9) Ausfluß (Leukorrhoe),
- 10) die Zunge ist kraftlos (der Patient kann die Zunge nicht oder kaum rausstrecken), geschwollen, blaß und feucht, der Belag ist weißlich,
- 11) der Puls ist langsam, tief und schwach.

*Ist das Nieren-Yang durch die Feuchtigkeit geschwächt und blockiert, bilden sich*

*Ödeme, der ganze Körper schwillt an. Symptome der sekundären Trockenheit (verlangsamte Säftebildung infolge der Feuchtigkeit) sind eine rissige, trockene und zugleich geschwollene Zunge, trockener Mund, eine trockene Haut, zugleich aber auch - infolge der Feuchtigkeit - fehlender Durst. In letzter Konsequenz kann der Mangel in der Säfteproduktion zu Zitterigkeit bis hin zu einem Parkinson-Syndrom (innerer Wind) führen. Der Tonus ist meist auch schlecht (Hyperflexibilität). Vom Erscheinungsbild her ist der Patient entweder schwabbelig dick oder aber der Patient nimmt ab und seine Extremitäten sind unterversorgt. Bei gleichzeitiger Yang-Leere der Nieren zeigen sich auch Verlust der Lebensfreude, Schwäche in den Knien, LWS-Beschwerden, Impotenz und Frigidität.*

### Yang-Leere der Lungen (Fei Yang Xu)

*Hauptsymptome einer Yang-Leere der Lungen sind:*

- 1) Dyspnoe (Atemnot im Liegen bis hin zu Lungen-Ödemen),*
- 2) Asthma mit Verschlechterung durch Kälte.*

## **6. Stagnation**

Eine Stagnation ist ein relativer Fülle-Zustand, eine lokale und unphysiologische Anhäufung von Substanzen, d.h. von Qi, Blut oder Körpersäften.

### **6.1. Qi-Stagnation (Qi Zhi)**

Ursachen für eine Qi-Stagnation sind:

- 1) Qi-Mangel,
- 2) Yang-Mangel,
- 3) Prellung (Unfall),
- 4) Pathogener Einfluss,
- 5) emotionale Belastung.

Die Hauptsymptome einer Qi-Stagnation sind:

- 1) Schwellung,
- 2) Auftreibungsgefühl,
- 3) Schmerz (physiologisch und seeelisch),
- 4) Muskelverspannungen, Myogelosen (Verhärtungen in der Muskulatur),
- 5) Bewegungseinschränkungen.

#### Qi-Stagnation der Leber (Gan Qi Yu Jie)

*Die Leber braucht Raum, braucht Entfaltung, um den freien Fluß von Qi und Blut im Körper aufrecht erhalten zu können. Jegliche starke emotionale Belastung, vor allem die Einschränkung, die Begrenzung der schöpferischen, expansiven Tätigkeit (d.h. Frustration und Enttäuschung, das Gefühl von Nicht-erfüllt-Sein und Grübeln darüber) - führt zu Qi-Stagnation im Leber-Bereich. Andere Ursachen für einen Qi-Stau der Leber sind pathogene Feuchtigkeit und Hitze oder eine Leere von Qi und Blut der Leber.*

*Hauptsymptome einer Leber-Qi-Stagnation sind:*

- 1) Seufzen,
- 2) Kloß im Hals ("Pflaumenkernhals"),
- 3) blockiertes, gespanntes Zwerchfell,
- 4) Prämenstruelles Syndrom (PMS),
- 5) Dysmenorrhoe (gestörte, schmerzhaft Menstruation),
- 6) kalte Hände und kalte Füße bei gleichzeitiger Unverträglichkeit von Hitze,
- 7) Völlegefühl und Schwellung im Verlauf des Leber-Meridians,
- 8) Zysten, Myome, Knoten, PAP III und PAP IV,
- 9) wechselhafte Symptomatik,
- 10) allgemein Schmerzen, vor allem wandernde, veränderliche Schmerzen im seitlichen Körperbereich,
- 11) schlechte Laune, Jähzorn, Depression, wechselnde Emotionen (Weinen, Lachen und Gleichgültigkeit), Selbstgespräche, verwirrtes Reden, vor sich Hin-starren, auf das Essen vergessen, nicht auf äußere Reize reagieren,
- 12) der Puls ist gespannt.

*Eine Stauung des Leber-Qi kann in der Folge, wenn die Symptomatik über einen längeren Zeitraum bestehen bleibt, auch zu einer Stagnation des Blutes führen, die sich insbesondere durch heftige und lokalisierte Schmerzen mit oft stechendem Charakter ausdrückt.*

Auch kann eine Stagnation des Leber-Qi zu Störungen im Bereich von Milz und Magen führen. Symptome sind Übelkeit, Erbrechen, kolikartige Bauchschmerzen und Völlegefühl bei Störungen des Magens, Darmkollern, Blähungen und Durchfall mit Koliken bei Störungen der Milz. Hierbei zeigen sich, im Unterschied zu primären Erkrankungen von Milz und Magen, weniger Müdigkeits- und Schwäche-Symptome, sondern eher psychische Störungen und Koliken, die oft in die seitliche Körperregion ausstrahlen. Der Puls ist gespannt, und die Zunge kann infolge der Blutstagnation bläulich verfärbt sein.

### Qi-Stau durch pathogenen Einfluß

Das Qi (Wei Qi) wird durch einen pathogenen Einfluß (Xie Qi) an der Oberfläche blockiert, das Wei Qi kann sich nicht mehr fließen, was Abgeschlagenheitsgefühl und Gelenkschmerzen zur Folge hat. Die Lungen sind angegriffen und können nicht mehr verdampfen, noch nach unten hin absenken. Die Folgen sind ein Feuchtigkeitsstau im Kopfbereich, ein zunehmender Verschleimungsprozeß und eine zunehmende Einschränkung der Wahrnehmung (Symptome wie sie z.B. für eine Erkältung typisch sind).

Hauptsymptome einer Qi-Stagnation durch pathogenen Einfluss sind:

- 1) Abgeschlagenheitsgefühl,
- 2) Gelenkschmerzen,
- 3) Kurzatmigkeit und
- 4) blockierte Sinnesorgane (Einschränkung der Wahrnehmungsfähigkeit).

### Qi-Stagnation aus Verdauungsstörung

Mögliche Ursachen für eine Nahrungsstockung im Magen ("Nahrungstagnation") sind ein exzessives Mahl (zuviel gegessen), eine Schwäche des Magen-Qi, ein allgemeiner Yang-Mangel oder aber auch schwer verdauliche Nahrungsmittel.

Hauptsymptome einer Qi-Stagnation aus Verdauungsstörung sind:

- 1) Völlegefühl nach dem Essen, Druckgefühl im Oberbauch,
- 2) geblähter und schmerzhafter Bauch,
- 3) Appetitlosigkeit,
- 4) Erbrechen, saures Aufstoßen,
- 5) breiiger und faulig riechender Stuhl oder Verstopfung,
- 6) übelriechende Darmgase,
- 7) dicker und schmieriger (fettiger, klebriger) Zungenbelag.

Aufstoßen, Sodbrennen und Erbrechen sind Zeichen eines "rebellischen" Magen-Qi infolge der Stagnation. Oftmals ist die Stagnation des Magen-Qi verbunden mit einer Stagnation des Leber-Qi.

### Qi-Stagnation durch Prellung

Ein Trauma (Prellung) führt zu Stagnation von Qi und Blut.

*Hauptsymptome einer Qi-Stagnation durch Prellung sind:*

- 1) Schwellung,
- 2) Blutstagnation und
- 3) Schmerz.

## **6.2. Blut-Stagnation (Xue Yu)**

Ursachen für eine Blut-Stagnation sind:

- 1) Qi-Leere,
- 2) Qi-Stagnation,
- 3) Prellung,
- 4) Blut-Leere.

Hauptsymptome einer Blut-Stagnation sind:

- 1) Schwellungen mit stechendem Schmerz,
- 2) lokale, tiefsitzende und scharfe Schmerzen,
- 3) Bluterguß oder graublaue Verfärbung des Gewebes
- 4) Verschlechterung durch Druck und Ruhe,
- 5) Parästhesien (Mißempfindungen),
- 6) die Zunge ist lila, violett (bei Qi- oder Yang-Mangel) oder dunkelrot, bordaux (bei Hitze, Säftemangel); Flecken auf der Zunge oder auf den Zungenrändern (purpur, dunkelrot bei roter Zunge und lila, violett bei blasser Zunge); Zungenkapillaren (Unterzungenvenen) sind prall gefüllt (violett bis schwarz),
- 7) der Puls ist rauh.

*Qi-Leere (Qi Xu) führt zu Blut-Stagnation (Xue Yu)*

*Hauptsymptome einer Blut-Stagnation aus Qi-Leere sind:*

- 1) Müdigkeit,
- 2) Kurzatmigkeit,
- 3) spontane Schweißausbrüche,
- 4) lokaler Schmerz,
- 5) keine Verbesserung durch Druck,
- 6) der Zungenkörper ist blaß mit lila Punkten,
- 7) der Puls ist dünn und leer.

*Zu den Symptomen der Qi-Leere (1-3) treten die Symptome der Blut-Stagnation (4-7).*

### Qi-Stagnation (Qi Zhi) führt zu Blut-Stagnation (Xue Yu)

Hauptsymptome einer Blut-Stagnation aus Qi-Stagnation sind:

- 1) Prämenstruelle Beschwerden (PMS) wie Spannung in der Brust, Kopfschmerzen, Völlegefühl etc.,
- 2) Kloß im Hals ("Pflaumenkernhals"),
- 3) blockiertes Zwerchfell,
- 4) depressive Symptomatik (eventuell auch Erregung),
- 5) Dysmenorrhoe (gestörte, schmerzhaftes Menstruation),
- 6) klumpiges (dunkles) Menstruationsblut,
- 7) Unterleibsschmerzen,
- 8) Knoten in der Brust,
- 9) Myome und Zysten,
- 10) sichtbare Kapillaren im Stirn- und Schläfenbereich,
- 11) rötliche Zungenränder mit dunklen Punkten,
- 12) der Puls ist gespannt.

Das Qi ist vor allem durch Emotionen gestaut. Die Leber ist verantwortlich für den freien Fluß von Qi und Blut, sie ist deshalb das empfindlichste Organ für eine Stagnation. Die Müdigkeit und Erschöpfung, die beobachtet werden können, sind nur scheinbar, kein wirklicher Qi-Mangel. Zu den Merkmalen der Qi-Stagnation (1-4) treten die Symptome der Blut-Stagnation (5-7).

### Blut-Leere führt zu Blut-Stagnation

Ursachen für Blut-Stagnation infolge von Blut-Leere sind Unfälle, Verletzungen und Operationen, die (infolge von Blut-Leere) zu einer Blut-Stagnation führen. Sekundär führt der Blut-Stau zu einer weiteren Hemmung der Blutproduktion.

Hauptsymptome einer Blut-Stagnation aus Blut-Leere sind:

- 1) Lichtempfindlichkeit,
- 2) Schwindel,
- 3) Herzklopfen (Palpitation),
- 4) Schlaflosigkeit (Insomnie),
- 5) lokale Schmerzen,
- 6) Dysmenorrhoe (Ausbleiben der Menstruation),
- 7) keine Besserung durch Druck,
- 8) die Zunge ist blass mit lila Punkten,
- 9) der Puls ist dünn und rau.

Die Symptome 1- 4 sind Folgen der Blut-Leere, die Symptome 5 - 9 Hinweise auf die Blut-Stagnation.

### Yang-Mangel (Yang Xu) führt zu Blut-Stagnation (Xue Yu)

**Ursache** ist ein allgemeiner Yang-Mangel, der Patient ist „kalt“ - vielfach Folge von jahrelanger vegetarischer oder Rohkost-Ernährung.

Hauptsymptome einer Blut-Stagnation aus Yang-Mangel sind:

- 1) Kalte Gliedmaßen (insbesondere Po und unterer Rücken),
- 2) Besserung durch Wärme,
- 3) Schmerzen im Unterbauch,
- 4) dunkles und klumpiges Blut,
- 5) der Zungenkörper ist lila, zudem meist geschwollen),
- 6) der Puls ist tief, langsam und rauh.

Die Schmerzen bei einem Yang-Mangel sind sehr heftig.

## **6.3. Stagnation der Säfte (Jin Ye)**

Die Säfte (Körperflüssigkeiten) gehören zu den Yin-Substanzen des Körpers. Die Ye befeuchten den Organismus im Inneren, die „leichteren“ Jin an der Oberfläche.

Feuchtigkeit bedeutet in der Traditionellen Chinesischen Medizin einen pathogenen Zustand entweder durch eine Invasion äußerer pathogener Feuchtigkeit (Xie Qi) entstanden, durch ein Zuviel an befeuchtender Nahrung oder durch eine innere Dysfunktion, so dass die Flüssigkeiten nicht mehr ausreichend transformiert und weitergeleitet werden. Die Folge sind Feuchtigkeitsansammlungen.

### **6.3.1. Feuchtigkeits-Stagnation (Wasser-Stagnation, Shui Zhong)**

Ist der Stoffwechsel der Säfte durch eine Qi-Leere beeinträchtigt, so kommt es zu lokalen oder generalisierten Ansammlungen von Flüssigkeit (Ödeme). Die drei wichtigsten Organe, die das Wasser kontrollieren, sind die Nieren, die Milz und die Lungen.

Feuchtigkeit aus innerer Ursache (vor allem durch eine gestörte energetische Balance von Milz, Nieren und Lungen) entwickelt sich langsam und ist immer mit Qi-Leere-Symptomen verbunden.

Hauptsymptome einer Feuchtigkeits-Stagnation sind:

- 1) Ödeme,
- 2) Völlegefühl,
- 3) Appetitverlust,



- 4) Schweregefühl der betroffenen Körperregion,
- 5) Müdigkeit und Benommenheit,
- 6) diffuser Schmerz, der die Stelle nicht wechselt,
- 7) Pelzigkeitsgefühl,
- 8) reichlich Ausscheidungen (eventuell trüb),
- 9) Hautausschläge mit flüssigkeitsgefüllten Blasen,
- 10) die Zunge ist feucht, der Zungenkörper eventuell geschwollen und der Zungenbelag meist dick,
- 11) der Puls ist gleitend (schlüpfrig).

Die Traditionelle Chinesische Medizin unterscheidet Ödeme, je nachdem welche Ursache zugrunde liegt in Ödeme aus Lungen-Qi-Mangel, Ödeme aus Milz-Yang-Mangel und Ödeme aus Nieren-Yang-Mangel.

#### Ödeme aus Lungen-Qi-Mangel

*Ödeme aus Lungen-Qi-Mangel betreffen vor allem den oberen Körperbereich (Gesicht und Hände), z.B. geschwollenes Gesicht. Beteiligt ist hier oft ein äußerer pathogener Einfluss, der die absenkende und zerstreuende Lungenfunktion blockiert.*

#### Ödeme aus Milz-Yang-Mangel

*Ödeme aus Milz-Yang-Mangel betreffen vor allem die Körpermitte (aber auch Beinödeme, wenn sie vor allem abends auftreten).*

#### Ödeme aus Nieren-Yang-Mangel

Ödeme aus Nieren-Yang-Mangel finden sich insbesondere im unteren Körperbereich (Beine, Knöchel).

### **6.3.2. Schleim-Stagnation**

Als Folge von Feuchtigkeit im Organismus verliert die Milz mehr und mehr ihre Fähigkeit, die im Verdauungstrakt entstehende Feuchtigkeit zu transformieren und zu bewegen. Die Niere kann die Säfte nicht mehr reinigen, und die Lunge kann die unreinen Säfte nicht mehr zur Niere absenken und beginnt zu verschleimen.

Durch Hitze verdichtet sich die Feuchtigkeit zu Schleim. Schleim ist zäher und schwerer als Feuchtigkeit. Schleim verlegt die Gefäße und Meridiane und führt in der Folge zu Störungen im Fluß von Qi und Blut.

Hauptsymptome für Schleimproblematik sind:

- 1) weiche Schwellungen (z.B. der Lymphknoten),
- 2) Schwere und Taubheitsgefühl der Glieder,
- 3) Husten mit zähflüssigem Auswurf,
- 4) Völlegefühl im Magen mit Appetitlosigkeit und Übelkeit,
- 5) Knotenbildung, Fibrome, Lipome,
- 6) Arteriosklerose,
- 7) Steinbildung (in Niere und Gallenblase),
- 8) Knochendeformationen (bei rheumatischen Erkrankungen),
- 9) schmieriger (fettiger, klebriger) Zungenbelag,
- 10) der Puls ist gleitend (schlüpfrig).

Die Traditionelle Chinesische Medizin unterscheidet zwischen substanzhaftem (sichtbarem) und substanzlosem (unsichtbarem) Schleim. Substanzhafter Schleim ist Schleim in der Lunge (der mit dem Husten ausgeworfen wird), substanzloser Schleim