

# Atemwegserkrankungen – Wege der chinesischen Medizin

Michael Wullinger

Die Behandlung von Atemwegserkrankungen gilt traditionell als eine der besonderen Stärken der chinesischen Medizin. Sie verfügt über wirksame Behandlungskonzepte gegen bakterielle und virale Infekte, aber auch gegen allergische Erkrankungen wie Heuschnupfen oder Asthma bronchiale.



Historisch gesehen wurzelt die Behandlung von Atemwegserkrankungen in zwei weit auseinanderliegenden Epochen. Bereits im 2. Jahrhundert entstand die „Abhandlung über schädigende Kälte“ *Shang han lun* von Zhang Zhongjing. Erst im 17. Jahrhundert kam als Gegenstück die „Lehre von den Wärmekrankheiten“ *Wenbing* hinzu, als wichtigster Vertreter gilt Ye Tian Shi (1666–1745). Beide Behandlungsschulen beschreiben sehr differenziert die Therapie von außen hervorgerufener Krankheiten. Gerade in Zeiten von bedrohlich zunehmenden Antibiotikaresistenzen und sich rasant ausbreitenden Allergien gewinnen diese Konzepte aus dem Osten neue Aktualität und bereichern den medizinischen Spielraum in der westlichen Welt.

## Indikationen

Akute und chronische Nasennebenhöhlenentzündungen können in den meisten Fällen erfolgreich ohne Antibiotika behandelt werden. Das grundlegende Prinzip besteht hier in einer vollständigen Ausleitung des Infekts. Patienten, die innerhalb kurzer Zeit mehrfach erfolglos mit Antibiotika behandelt werden, finden in der chinesischen Medizin einen neuen Therapieansatz.

Grippale Infekte, die überwiegend durch Viren verursacht werden, können von der Schulmedizin nicht spezifisch therapiert werden. In der chinesischen Medizin werden virale Infekte sehr individuell und spezifisch auf den Patienten abgestimmt behandelt. Je frühzeitiger die Therapie beginnt, desto kürzer ist in der Regel der Verlauf.

Heuschnupfen und die perenniale allergische Rhinitis (PAR) gelten als besonders gute Indikationen für die Akupunktur. Die gute Wirksamkeit konnte 2013 in zwei großen multizentrischen Studien eindrucksvoll bestätigt werden.<sup>1,2</sup> Da die Wirkung auch noch ein Jahr nach Beendigung der Akupunktur anhält, wird vermutet, dass die Allergiebereitschaft des Organismus nachhaltig herabgesetzt werden kann.

## Chinesische Diagnostik

In der chinesischen Medizin werden Erkrankungen der Atemwege dem Funktionskreis Lunge zugeordnet. Dieser Bereich wird auch als Oberfläche des Menschen bezeichnet, als der Ort, an dem sich der Kontakt und die Auseinandersetzung mit der Umwelt abspielt. Sauerstoff, Luft und Wärme müssen hier aufgenommen werden, andererseits müssen Bakterien, Viren und Infekte auch abgewehrt werden. Nach westlichem Verständnis sind hierfür die Nase, die Schleimhäute der oberen und unteren Atemwege sowie das Immunsystem zuständig.

Ganz allgemein werden Erkrankungen in der chinesischen Medizin nach den sogenannten acht Leitkriterien diagnostiziert. Dadurch werden die Eindringtiefe, die Dynamik, und die energetische Gesamtsituation einer Erkrankung beurteilt. Yin und Yang dienen als Oberbegriffe (siehe Tab. 1). So gelten beispielsweise grippale Infekte oder Heuschnupfen in der Regel als „oberflächliche“ Erkrankungen, während Asthma oder eine Lungenentzündung eindeutig das „Innere“ des Menschen betreffen. Fieber, starkes Schwitzen, Durst sowie gelbe oder grüne Sekrete gelten als „Hitze“-Zeichen. Demgegenüber gelten Frösteln, Wärmebedürfnis und dünnflüssige und klare Sekrete als „Kälte“-Symptome. Akute Erkrankungen oder akute Schübe einer chronischen Erkrankung werden als „Fülle“ interpretiert, chronische protrahierte Krankheitsverläufe, die mit Zeichen von Erschöpfung einhergehen, als „Schwäche“.

	Yin	Yang
Eindringtiefe	Inneres	Oberfläche
Dynamik	Kälte	Hitze
Energetik	Schwäche	Fülle

Tab. 1: Zuordnungen von Yin und Yang

## Therapieoptionen

Zur Behandlung kommen in der chinesischen Medizin die Akupunktur und die chinesische Arzneimitteltherapie sowie Diätetik und Bewegungsübungen (Qigong) zum Einsatz. Die Akupunktur wird als äußeres Therapieverfahren angesehen und eignet sich besonders bei Erkrankungen der „Oberfläche“. Das Herzstück der chinesischen Medizin ist die chinesische Arzneimitteltherapie mit vor allem pflanzlichen Mitteln, sie gilt als inneres Therapieverfahren. Die Heilpflanzen werden üblicherweise als wässrige Abkochungen (Dekokt) eingenommen. Darüber hinaus sind die meisten chinesischen Arzneimittel auch als Granulate oder in Pillenform als Fertigarzneien erhältlich. In den meisten Fällen werden z. B. Akupunktur, chinesische Arzneimittel und Diätetik miteinander kombiniert. Maßgeblich für die Auswahl der chinesischen Arzneimittel und Akupunkturpunkte ist die oben skizzierte chinesische Diagnostik.

## Beispiel Asthma

Bei der Behandlung von Asthma wird in der chinesischen Medizin das akute vom chronischen Stadium unterschieden. Das akute Stadium wird wiederum differenziert in kältebedingtes und hitzebedingtes Asthma. Klinische Symptome für kältebedingtes Asthma sind etwa Kurzatmigkeit, Keuchhusten, Husten, Druckgefühl auf der Brust, weißlicher oder klarer und eher dünnflüssiger Schleim, Wärmebedürfnis, Verschlechterung der Symptome in der

kalten Jahreszeit und ein heller Zungenkörper. Bereits im zweiten Jahrhundert nach Christus empfahl der berühmte chinesische Arzt Zhang Zhongjing eine Rezeptur, die er „Kleines Dekokt des grünen Drachen“ nannte.<sup>3</sup> Dieses Rezept wird erstaunlicherweise noch heute in China und Japan und zunehmend auch in westlichen Ländern erfolgreich verwendet. Es wird für die Behandlung von kältebedingtem Asthma verordnet und setzt sich aus den in Tab. 2 genannten Bestandteilen zusammen.

Arznei	Hierarchie	Funktionen	Dosis
Ephedrae herba (Meerträubelkraut)	Hauptarznei	öffnet die „Oberfläche“, beruhigt Keuchatmung	3 g
Cinnamomi ramulus (Cassiae Zimtzeige)	Hauptarznei	öffnet die „Oberfläche“, wärmt die Leitbahnen	3 g
Zingiberis rhizoma (Ingwerwurzelstock)	Ergänzungsarznei	wärmt Funktionskreis „Milz“, wandelt „Schleim“ um	3 g
Asari herba cum radice (Haselwurz-Ganzpflanze)	Ergänzungsarznei	öffnet die „Oberfläche“, stillt Husten	3 g
Schisandrae fructus (Beerentraubenfrüchte)	Hilfsarznei	adstringiert, hält das Qi und die Säfte	3 g
Paeoniae lactiflori radix (Pfingstrosenwurzel)	Hilfsarznei	stützt das Yin und das Xue	4,5 g
Pinellae rhizoma (Pinelliaknollen)	Hilfsarznei	wandelt „Schleim“ um	9 g
Glycyrrhizae radix (Süßholzwurzel)	Meldearznei	harmonisiert scharfe und saure Arzneimittel	3 g

Tab. 2: Rezeptur für das „Kleine Dekokt des grünen Drachen“

### Akupunktur

Neben der Arzneimitteltherapie hat sich zur Behandlung von Asthma auch die Akupunktur bewährt. An der Fachklinik Sylt für Kinder und Jugendliche in Westerland wurde eine Studie über die Akupunkturbehandlung bei Asthma durchgeführt und 2011 veröffentlicht.<sup>4</sup> Dabei wurde eine Gruppe von 46 Patienten neben Asthmasport,

Klimatherapie und verhaltenstherapeutischer Schulung innerhalb von vier Wochen zwölfmal akupunktiert. Im Vergleich zur Kontrollgruppe (n=47) zeigten sich speziell bei ausgeprägtem Beschwerdebild deutliche Verbesserungen in der Akupunkturgruppe. Dabei wurden vor allem die folgenden Akupunkturpunkte verwendet: Der Punkt (Kg17) „Vorhof der Brust“ findet sich in der Körpermittellinie auf dem Brustbein in Höhe der Brustwarzen. Er eignet sich vor allem, um Druck von der Brust zu nehmen. Am Rücken neben dem 3. BWK findet sich der Punkt Blase 13 (Bl13), der auf den ganzen Funktionskreis Lunge eine beruhigende Wirkung hat. Ein Stück oberhalb des Handgelenks findet sich der Punkt Lunge 7 (Lu7), der sich vor allem dazu eignet, Schleim zu lösen.

### Fallbeschreibung

Die 48-jährige Patientin kam Anfang Januar mit einer akuten Exazerbation eines chronischen Asthma bronchiale, das seit Jahren 2 x tgl. mit einem corticoidhaltigen Dosieraerosol eingestellt war. Nun hatte sie bereits seit 3 Monaten einen bronchialen Infekt mit zunehmender Spastik seit etwa einem Monat. Der Lungenfacharzt hatte ihr daraufhin eine Cortisonstoßtherapie mit anfangs 60 mg verordnet sowie zusätzlich 2 x tgl. ein Sympathomimetikum, allerdings ohne nennenswerte Besserung. Auskultatorisch war starkes Giemen und Brummen über allen Lungenarealen zu hören. Sie fühlte sich sehr erschöpft, war stark verschleimt, das Sekret war hell, der Zungenkörper ebenfalls. Die Symptome deuteten auf kältebedingtes Asthma. Die Patientin wurde zweimal wöchentlich mit Akupunktur sowie einer geringfügigen Variation der oben beschriebenen Rezeptur behandelt. Außerdem wurde sie gebeten auf Milchprodukte zu verzichten, um der Bildung von weiterem Schleim entgegenzuwirken. Bereits nach einer Woche zeigte sich eine deutliche Besserung, nach vier Wochen waren alle akuten Beschwerden abgeklungen. Sämtliche Medikamente konnten wieder abgesetzt werden, bis auf das Dosieraerosol, das sie bereits seit vielen Jahren regelmäßig eingenommen hatte.

Studienübersicht

Die Behandlung allergischer Erkrankungen mit Akupunktur war bereits Inhalt zahlreicher Studien (Tab. 3). So veröffentlichte Brinkhaus von der Charité Berlin 2013 im Fachmedium *Annals of Internal Medicine* die ACUSAR-Studie.<sup>1</sup> Es handelt sich dabei um eine multizentrische Studie mit über 400 Patienten, die in Zusammenarbeit mit der *Internationalen Gesellschaft für Chinesische Medizin* (SMS) und der *Deutschen Ärztesgesellschaft für Akupunktur* (DÄGfA) durchgeführt wurde. In dieser Studie konnte die Wirksamkeit der Akupunktur bei saisonaler allergischer Rhinitis (SAR) nachgewiesen werden. Mehrere Studien deuten auf eine Wirksamkeit der Akupunktur bei allergischem Asthma hin. Sie werden in der unten stehenden Übersicht zusammengefasst, darunter die bereits erwähnte Studie von Scheewe (2011) aus der Fachklinik Sylt.

Eine Therapiebeobachtungsstudie zur Behandlung der Sinusitis wurde kürzlich unter der Leitung von Dr. Hummelsberger (SMS) und Dr. Friedel (DECA) durchgeführt und steht kurz vor der Veröffentlichung. Die Studie hatte die Behandlung von Nasennebenhöhlenentzündungen mit chinesischen Arzneimitteln zum Inhalt, das unter anderem aus bayrischem Anbau stammten. Bedauerlicherweise ermöglichen die gesetzlichen Regelungen derzeit in Deutschland keine randomisierten kontrollierten Studien mit chinesischen Arzneimitteln.

Autor Jahr	n	Intervention	Akupunktur-Punkte	Ergebnis
Joos 1997 <sup>5</sup>	38	12 Akupunkturbehandlungen, halbstandardisiert, 3 x pro Woche	Di 4, Lu 7 Bl 13 Ren 17	Aku > Sham *
Medici 2002 <sup>6</sup>	66	16 Akupunkturbehandlungen, standardisiert, 2 x pro Woche (2 Monate Pause)	Du 14, Ex 10 Bl 13, Ni 3 Lu 10, Mi 6 Di 4, Di 11	Aku = Sham
Witt/ARC 2006 <sup>7</sup>	357	10 Akupunkturbehandlungen in 3 Monaten	individuell	Aku + Standardtherapie > Standardtherapie
Scheewe 2011 <sup>4</sup>	93	12 Akupunkturbehandlungen, halbstandardisiert, 3 x pro Woche	Bl 13 Ren 17 Lu 7	Aku + Standardtherapie > Standardtherapie
Karlson 2013 <sup>8</sup>	52	10 Akupunkturbehandlungen, standardisiert	Le 2	Aku > keine Aku

Tab. 3: Studienübersicht zur Akupunkturbehandlung bei allergischem Asthma

Abschließende Bemerkungen

Bei der Behandlung von Atemwegserkrankungen haben die Behandlungsverfahren der chinesischen Medizin unterschiedlichen Stellenwert. Akute virale Infekte oder Pollinosen können in vielen Fällen alleine mit Akupunktur erfolgreich behandelt werden. Chronische Erkrankungen sollte man unbedingt zusätzlich mit chinesischen Arzneimitteln therapieren. Erkrankungen, die mit vermehrter Schleimproduktion einhergehen, wie etwa Asthma oder Nasennebenhöhlenentzündungen sollten ergänzend auch diätetisch behandelt werden. Fruchtsäfte, raffinierter Zucker in allen Variationen, Kuhmilchprodukte und fettes Fleisch fördern die Bildung von Schleim. Andererseits wirken Reisgerichte und Gewürze wie Ingwer, Knoblauch oder Kardamom der Entstehung von Schleim entgegen.

Die chinesische Medizin geht davon aus, dass nach dem Abklingen der akuten Symptome einer Erkrankung eine Stützung der Konstitution durchgeführt werden sollte, insbesondere bei allen chronischen Krankheiten. Dem liegt der Gedanke zugrunde, dass Krankheiten nur dann auftreten, wenn bereits vorher eine energetische „Schwäche“ bestand. Diese stützende Behandlung ist ebenfalls eine Domäne der chinesischen Arzneimitteltherapie.<sup>9</sup> Ausbildungen hoher Qualität werden etwa angeboten im Rahmen des Masterstudiengangs TCM an der TU München, von der *Internationalen Gesellschaft für Chinesische Medizin* (SMS) München sowie dem Avicenna-Institut in Brighton, England.

Autor:  
Dr. med. Michael Wullinger, Allgemeinarzt  
Naturheilverfahren, Akupunktur, Chinesische Medizin  
Rathausstr. 10, 83022 Rosenheim  
E-Mail: info@wullinger.de  
www.wullinger.de

Dr. med. Michael Wullinger beschäftigt sich seit mehr als 25 Jahren mit chinesischer Medizin, seit 1995 in eigener Praxis in Rosenheim. Die Ausbildung in chinesischer Medizin absolvierte Wullinger bei der SMS, für die er heute als Dozent und Vorstandsmitglied tätig ist. Zu seinen Veröffentlichungen gehören *Allergiebehandlung mit chinesischer Medizin* (Elsevier), *Leitfaden chinesische Rezepturen* (Hrsg. C.-H. Hempfen, Elsevier) und *Allergien behandeln mit der Traditionellen Chinesischen Medizin* (Irisiana).

**SMS – SOCIETAS MEDICINAE SINENSIS**  
**Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e.V.**

Die SMS bildet seit über 30 Jahren Ärzte in chinesischer Medizin aus. Sie ist eine der ältesten deutschsprachigen Ärztesellschaften für Traditionelle Chinesische Medizin und eine der führenden Kräfte bei ihrer Integration in das deutsche Gesundheitswesen. Neben der ärztlichen Schule bietet die SMS auch Kurse und Ausbildungen für Therapeuten, Interessierte und Patienten in den ergänzenden Bereichen Qigong und Taiji, Tuina (chinesische manuelle Therapie) und chinesische Ernährungstherapie.

Weitere Informationen: [www.tcm.edu](http://www.tcm.edu)

Literatur

- 1 Brinkhaus B et al.: Acupuncture in Patients with Seasonal Allergic Rhinitis: A Randomized Trial. *Annals of Internal Medicine*. 2013; 158: 225-234.
- 2 Coi SM, Park JE, Li SS, Jung H, Zi M et al.: A Multicenter, Randomized, Controlled Trial Testing the Effects of Acupuncture on Allergic Rhinitis. *Allergy*. 2013; 68: 365-374.
- 3 Hempfen C-H et al.: Leitfaden Chinesische Rezepturen. München, Jena: Elsevier, 2006.
- 4 Scheewe S, Vogt L, Minakawa S, Eichmann D, Welle S, Stachow R, Banzer W: Acupuncture in Children and Adolescents with Bronchial Asthma: A Randomized Controlled Trial. *Complementary Therapies in Medicine*. 2011; 19: 239-246.
- 5 Joos S, Schott C, Zou H, Daniel V, Martin E: Akupunktur-Immunologische Effekte bei der Behandlung des allergischen Asthma bronchiale. *Allergologie*. 1997; 20: 63-68.
- 6 Medici TC, Grebski R, Wu J, Hinz G, Wütherich B: Acupuncture and Bronchial Asthma: A Long-Term Randomized Study of the Effects of Real Versus Sham Acupuncture Compared to Controls in Patients with Bronchial Asthma. *J Alt Comp Med*. 2002; 8: 737-750.
- 7 Witt CM, Brinkhaus B, Jena S, Selim D, Straub C, Willich SN: Wirksamkeit, Sicherheit und Wirtschaftlichkeit der Akupunktur. *Dtsch Ärzteblatt*. 2006; 103: 196-202.
- 8 Karlsson G, Bennicke P: Acupuncture in Asthmatic Children: A Prospective, Randomized, Controlled Clinical Trial of Efficacy. *Altern Ther Health Med*. 2013; 19: 13-19.
- 9 Wullinger M et al.: Allergiebehandlung mit Chinesischer Medizin. 2. Aufl. München: Urban & Fischer 2015.

\* Bei der so genannten Sham-Akupunktur handelt es sich um eine gängige Kontrolltherapie in Akupunkturstudien. Die Nadeln werden nur oberflächlich an Nichtakupunkturpunkten eingestochen. Sham-Akupunktur ist streng genommen keine Placebotherapie, sondern eine unspezifische Minimalakupunktur.