

Chinesische Medizin bei Rheuma und Gelenkbeschwerden

Klaus Hambrecht



Erkrankungen aus dem rheumatischen Formenkreis sind weit verbreitet. So auch die rheumatoide Arthritis. Es handelt sich hierbei um eine Autoimmunerkrankung, die zu ausgeprägten Entzündungsreaktionen im Bereich der Gelenke führt. Oft endet die Erkrankung mit der Zerstörung der betroffenen Gelenke und teils erheblichen Einschränkungen der Beweglichkeit und der Lebensqualität. Die Erkrankung macht sich häufig durch zunehmende Schmerzen und Steifheit der kleinen Gelenke an Händen und Füßen bemerkbar, aber auch Handgelenke, Ellenbogen, Schulter, Knie und Sprunggelenke sind mitbetroffen. Schulmedizinisch sind die therapeutischen Ansätze relativ klar festgelegt. Waren früher noch der Einsatz von Gold und stark entzündungshemmenden Mitteln die Standardtherapie, so greift man heute in erster Linie auf DMRDs (disease-modifying anti-rheumatic drugs), NSAR (nicht steroidale Antirheumatika) und Glukokorticoide zurück. Mittel, auf die viele Patienten gerne verzichten würden, gäbe es denn eine Alternative. Inwieweit und in welcher Form die Chinesische Medizin dabei helfen kann, soll hier dargelegt werden.

Unsere Erfahrungswerte zeigen, dass der Einsatz der Chinesischen Medizin zu jedem Zeitpunkt einen positiven Einfluss auf den Verlauf der Erkrankung und die jeweilige Beschwerdesymptomatik ausüben kann. Sie wird begleitend zur schulmedizinischen Therapie oder auch als Einzeltherapie durchgeführt, wobei es aus meiner Sicht aber unerlässlich ist, dass bestimmte Voraussetzungen erfüllt werden. Dazu gehören eine fundierte Ausbildung der TCM-Therapeuten sowohl in der Akupunktur, als auch in der Kräutertherapie und eine klinische Verlaufskontrolle durch den Behandler oder den behandelnden Rheumatologen. Die Zusammenarbeit mit der Schulmedizin gestaltet sich zwar manchmal schwierig – manche Kollegen lehnen komplementärmedizinische Methoden insbesondere bei Autoimmunerkrankungen und Tumorerkrankungen kategorisch ab – dies sollte uns aber nicht davon abhalten schulmedizinische Aspekte entsprechend zu berücksichtigen. Werden diese Voraussetzungen erfüllt, so sind die Bedingungen für ein fachmännisches und erfolgversprechendes Vorgehen gewährleistet. Auch die betroffenen Patienten wissen diesen Umstand sehr zu würdigen. Das Ziel der Behandlung rheumatischer Erkrankungen ist die Verhinderung eines Fortschreitens der Erkrankung mit Auftreten von irreversiblen Schäden. Hier kann die Chinesische Medizin einen wichtigen Beitrag leisten.

Rheumatische Erkrankungen aus Sicht der Chinesischen Medizin

Um die Erkrankungen mit der Chinesischen Medizin zu behandeln, ist es erforderlich, eine klare chinesische Diagnose zu erstellen. Sie stellt die Basis für ein gezieltes und erfolgreiches Vorgehen dar. Die klassische chinesische Diagnose für rheumatische Erkrankungen ist das sogenannte Bi-Syndrom, welches bereits vor etwa 2.000 Jahren im *Innenen Klassiker des Gelben Kaisers*, einem enorm wichtigen Grundlagenwerk der Chinesischen Medizin, beschrieben wurde. Das Krankheitsbild des Bi-Syndroms hat in den Klassikern der Chinesischen Medizin unterschiedliche Bezeichnungen erhalten wie etwa:

- fengshitong – Bi-Blockaden durch Wind-Feuchtigkeit mit Schmerzen
- tongbi – Schmerzhaftes Bi-Blockaden
- lijietong – Schmerzhaftes, wandernde Gelenkbeschwerden
- fengshibing – Wind-Feuchtigkeit-Erkrankung
- lijiebing – Wandernde Gelenkerkrankung

Bi steht hierbei für Blockade, Verschluss und Obstruktion der Energieleitbahnen (Meridiane). Diese Energieleitbahnen durchziehen unseren Körper wie ein großes Netzwerk, um ihn mit (Lebens-) Energie *Qi* und Blut *Xue* zu versorgen. Wenn der Fluss in den Leitbahnen behindert ist, kommt es zu Stauungen, Stagnation und Blockaden von *Qi* und *Xue* in deren Gefolge Schmerzen, Schwellung und Rötung auftreten. Als Ursachen für den behinderten *Qi*- und Blutfluss in den Leitbahnen benennt die Chinesische Medizin ganz konkrete Faktoren, deren Eindringen in den Körper für die Beschwerden verantwortlich gemacht wird.

Aus traditioneller Sicht sind dies Wind (*feng*, ventus), Feuchtigkeit (*shi*, humor) oder Kälte (*han*, algor), die sowohl einzeln als auch kombiniert auftreten können und dann zu entsprechenden Blockaden führen. Diese Sichtweise ist auch für uns leicht nachvollziehbar, berichtet doch ein großer Teil der betroffenen Patienten über eine deutliche Zunahme der Beschwerden bei kaltem oder insbesondere feucht-kaltem Wetter. Typisch für Kälte ist auch die Zunahme der Schmerzen im Winter und deren Linderung durch Wärme.

Bei Feuchtigkeit kommen noch verstärkt Schwellungen hinzu. In beiden Fällen sind die Beschwerden sehr ortsgebunden, d.h. sie treten an bestimmten Gelenken auf und verharren dort. Im Gegensatz hierzu führt der Faktor *Wind* zu wandernden Beschwerden, d.h. die Schmerzen springen von Gelenk zu Gelenk und sind durch rasches Kommen und Gehen gekennzeichnet. Bei der Behandlung ist es wichtig zu erkennen, welcher der oben genannten Faktoren überwiegt, um dann entsprechend vorgehen zu können (z.B. der Einsatz von wärmenden Kräutern und äußerer Wärmeanwendung bei Kälte).

Je länger diese Faktoren auf den Körper einwirken, umso häufiger kommt ein zusätzliches Problem, nämlich die Entwicklung von Hitze (*re*, calor) als Folge der lang anhaltenden Stauung, hinzu. Es handelt sich dann um ein Bi-Syndrom vom Hitze-Typ. Dies führt zu hochentzündeten, geröteten, geschwollenen und ausgesprochen schmerzhaften Gelenken – entsprechend einem akuten Schub der Erkrankung aus westlicher Sicht. In dieser Situation sind natürlich kühlende Maßnahmen das Gebot der Stunde.

Neuere Betrachtungsweisen und Therapiekonzepte

Auch eine sehr alte Medizinform wie die Chinesische Medizin kommt nicht umhin, sich mit dem stetigen Wandel, den die Zeit mit sich bringt, auseinanderzusetzen, d.h. bestimmte Sichtweisen und Konzepte ändern sich, werden angepasst, reagieren auf sich ändernde Bedingungen und Erkenntnisse. Rheuma-Experten in China bevorzugen heutzutage die Bezeichnung *deformierendes Bi-Syndrom (wangbi)* und vertreten die Meinung, dass die rheumatoide Arthritis weitgehend der wandernden Gelenkerkrankung (*lijiebing*) entspricht.

Prof. Shen Pi'an aus Shanghai, ein in China bekannter Spezialist für rheumatische und immunologische Erkrankungen, geht davon aus, dass die sieben Faktoren *feng* (Wind), *han* (Kälte), *shi* (Feuchtigkeit), *re* (Hitze), *tan* (Schleim), *yu* (Stase) und *du* (toxisches) den Pathomechanismus der Erkrankung bilden. Diese sogenannten Schrägläufigkeiten schwächen das *qi renale* (*Qi* des Funktionskreises Niere) und üben einen schädigenden Einfluss auf Muskeln, Sehnen und Knochen aus. Darüber hinaus kommt es zu Wechselwirkungen der sieben krankheitsauslösenden Faktoren mit der Abwehrenergie *Wehrenergie (wei-qi)*. Diese besitzt die Aufgabe unser System gegen äußere Einflüsse zu schützen. Die *Wehrenergie* entspricht in gewisser Weise unserem Immunsystem und ist für das Öffnen und Schließen der Poren zuständig.

Im Verlauf der Erkrankung wird die Wehrenergie festgesetzt, richtet sich nach Innen und attackiert den eigenen Körper. Besteht dieser Zustand über längere Zeit, entwickelt sich so genannte *toxische Hitze*, vergleichbar mit dem Autoimmungeschehen, welches langfristig die Gelenke deformiert und zerstört. Man sieht hier deutlich, wie unterschiedliche Denkansätze der Schulmedizin und der Chinesischen Medizin hinsichtlich der Pathogenese von Autoimmunerkrankungen zu ähnlichen Schlussfolgerungen führen.

Aufgrund seiner Erkenntnisse hat Prof. Shen Pi'an basierend auf den sieben krankheitsauslösenden Faktoren (Schrägläufigkeiten) und der energetischen Schwächung des Nierenfunktionskreises das *7+1-Konzept* sowie eine eigene Arzneimittelrezeptur in Form des *Notopterygium und Rehmannia-Dekokt* entwickelt.¹

Behandlungsmöglichkeiten der Chinesischen Medizin

Vorrangig ist bei der Behandlung rheumatischer Erkrankungen die Chinesische Arzneimitteltherapie. Dass diese helfen kann, wurde durch mehrere weltweit beachtete Studien mit Extrakten des Einzelmittels *Tripterygium wilfordii Hook F* belegt. Die Studienergebnisse zeigten gleichwertige bzw. überlegene Wirkungen im Vergleich mit den Standardtherapeutika der Schulmedizin.² In der Regel werden allerdings klassische oder modifizierte Arzneimittelmischungen (sog. Rezepturen) als wässrige Abkochungen (Dekokte) eingenommen. Es gibt mittlerweile auch andere Darreichungsformen etwa Granulate, Tinkturen, Tabletten etc., die gleichsam wirken, wobei uns aber hier die langfristigen Erfahrungswerte noch fehlen.

Bei rheumatischen Erkrankungen ist die Einnahme der Dekokte über längere Zeiträume erforderlich. Eine Wirkung ist nicht unmittelbar zu erwarten, sondern stellt sich erst langsam innerhalb eines Zeitraums von etwa ein bis drei Monaten ein. Längerfristig eingenommen wirken die Dekokte ebenso gut wie westliche Medikamente. Der große Vorteil der Chinesischen Arzneitherapie liegt in der Tatsache, dass die Dekokte hinsichtlich der Zusammensetzung und Dosierung der Arzneien variiert werden können und somit die Möglichkeit bieten, der individuellen Dynamik der Erkrankung gerecht zu werden.

Nebenwirkungen treten deutlich seltener als bei den schulmedizinischen Mitteln auf, dennoch empfiehlt es sich bei langfristiger Anwendung Kontrollen der Leberwerte durchzuführen. Neben der beobachteten Verbesserung der Beschwerdesymptomatik ist auch eine Verminderung der pathologisch erhöhten Antikörper-Titer und weiterer Laborparameter zu verzeichnen. Es gibt zahlreiche klassische Rezepturen, die für die Behandlung von Bi-Syndromen eingesetzt werden. Die bekanntesten seien hier kurz erwähnt:

- Dekokt aus Zimtweigen, Wurzel der Pfingstrose und Rhizom der Anemarrhena (*Guizhi shaoyao zhimu tang*)
- Dekokt aus frischen Trieben des Aconits (*Wutou tang*)
- Notopterygium; Dekokt, das Feuchtigkeit bezwingt (*Qianghuo shengshitang*)
- Aus neun Geschmacksrichtungen bestehendes Notopterygium-Dekokt (*Jiuwei qianghuo tang*)

Über das von Prof. Shen Pi'an eingesetzte *Notopterygium* und *Rehmannia-Dekokt* wurden in China klinische Studien durchgeführt, welche die Wirkung des Dekokts mit der Wirkung von Methotrexat (MTX) verglichen. Die Resultate zeigten, dass die Wirkung mit der von Methotrexat vergleichbar ist und deutlich weniger Nebenwirkungen auftreten. Des Weiteren sanken die Anti-CCP-Antikörper-Titer ab, teilweise bis zu einem Normalbereich. Nach einer 48-wöchigen Behandlung zeigte sich das Dekokt gegenüber der MTX-Vergleichsgruppe diesbezüglich deutlich überlegen.

Die Wirkungsmechanismen der einzelnen Kräuter sind sehr unterschiedlich. So finden sich kühlende und befeuchtende Arzneien wie *R. Rehmannia* (*Sheng Di Huang*) und toxische Hitze kühlende Mittel wie *Lonicerae Caulis* (*Ren dong teng*) oder *R. Scutellaria* (*Huangqin*) neben Arzneien, deren Aufgabe es ist, die krankheitsauslösenden Faktoren *Feuchtigkeit*, *Wind* und *Kälte* aus den Leitbahnen herauszubefördern, wie etwa die Gebirgsangelikawurzel *Rh. Notopterygii* (*Qianghuo*).

Ebenfalls geläufig ist die Verwendung von Arzneipflanzen aus der Gruppe der *Xue* (Blut) bewegenden Mittel. Hierzu zählen Kräuter wie das Gelbwurzwurzel *Curcumae longae rhizoma* (*Jianghuang*) und *Curcuma zedoariae rhizoma* (*Ezhu*), die vor allem schmerzstillende Wirkungen haben, da sie zur Auflösung der hartnäckigen Stasen führen. Auch die präparierte Eisenhutwurzel *Aconiti lateralis praeparata radix* (*Fuzhi*) spielt eine wichtige Rolle insbesondere bei der Beseitigung von Kälte.

Die moderne Forschung hat die Wirkstoffe der Einzelkräuter analysiert und festgestellt, dass viele dieser Wirkstoffe entzündungshemmende, schmerzstillende, fiebersenkende, antioxidative und harntreibende Wirkungen haben. Dennoch wirken die Einzelkräuter

in ihrer Komplexität als Bestandteile von Rezepturen deutlich stärker als ihre Einzelstoffe. Auch der individualspezifische Einsatz mit begleitenden Maßnahmen wie der Unterstützung von betroffenen Funktionskreisen eröffnen zahlreiche zusätzliche therapeutische Optionen.

Akupunktur

Ergänzend zu der sehr umfangreichen Arzneitherapie spielt auch die Akupunktur eine wichtige Rolle bei der Behandlung. Oft ermöglicht sie eine unmittelbare Linderung der Beschwerden. Dabei werden neben der klassischen Akupunktur auch Mikroakupunktursysteme wie die Ohrakupunktur, Schädelakupunktur und weitere eingesetzt. Bei der Auswahl der Punkte und Punktombinationen kommen sowohl die Beseitigung der krankheitsauslösenden Faktoren wie auch konstitutionelle Faktoren und betroffene Funktionskreise zum Tragen. Meine langjährigen Erfahrungen haben gezeigt, dass die Kombination von Arzneimitteltherapie und Akupunktur eine größere Wirkung hat, als die alleinige Therapie mit Arzneimitteln oder Akupunktur.

Resümee

Ohne ein spezielles Fallbeispiel hervorzuheben kann ich auf zahlreiche Behandlungen von Patienten mit rheumatischen Erkrankungen zurückblicken, in deren Verlauf es zu befriedigenden, guten und sehr guten Ergebnissen bis hin zur kompletten Remission gekommen ist. In diesem Sinne erweist sich die Chinesische Medizin als eine sehr wertvolle Bereicherung in der Behandlung rheumatischer Erkrankungen und es bleibt zu hoffen, dass bestehende Barrieren abgebaut werden und die Zukunft eine zunehmende Kooperation zwischen der Schulmedizin und der Chinesischen Medizin ermöglicht.

Autor:

Klaus Hambrecht, Facharzt für Innere Medizin, Akupunktur
CPC (Certified Physician of Chinese Medicine), Vizepräsident der SMS
E-Mail: Klaus.Hambrecht@t-online.de
www.tcm-aku.de

SMS – Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e.V.

Die SMS ist eine der ältesten deutschsprachigen Ärztesellschaften für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und bildet seit 40 Jahren in allen Disziplinen der Chinesischen Medizin aus: Akupunktur, chinesische Arzneimitteltherapie, Ernährungstherapie, den Bewegungstherapien Taiji und Qigong sowie der manuellen Therapie Tuina.
Mehr Infos unter www.tcm.edu

Kursbeispiele

- Schlafstörungen und Ruhelosigkeit mit TCM behandeln; 14.–15.7.2018 in München
- Behandlung schwieriger chronischer Krankheiten (Autoimmunkrankheiten, Borreliose, maligne Erkrankungen); 22.–23.9.2018 in München

Literatur

- Pi'an S: Die Behandlung von rheumatoider Arthritis mit Chinesischer Medizin. *Chin. Medizin, Springer Medizin*, 2018; 33(1)
- Zhang W, Shi Q et al.: Comparison of *Tripterygium wilfordii* Hook F with methotrexate in the treatment of active rheumatoid arthritis (TRIFRA): a randomised, controlled clinical trial. *Ann Rheum Dis*. 2015 Jun;74(6):1078-86
- Bensky D, Clavey S, Stoeger E: *Chinese Herbal Medicine: Materia Medica*. 3. Aufl. 2015
- Hempfen H, Fischer T: *Leitfaden Chinesische Phytotherapie*. Urban & Fischer 2006