



GLOSSAR

Das vorliegende Glossar bezieht sich auf Begriffe aus der Traditionellen Chinesischen Medizin. Es umfasst keine Erklärungen zu Krankheitsbildern und erhebt nicht den Anspruch vollständig zu sein.

Akupressur

Bei der Akupressur werden die Akupunkturpunkte ohne Nadeln, d.h. mit den Händen stimuliert, was eine ähnliche Wirkung wie die Akupunktur hat.

Akupunkturpunkte

Es gibt laut WHO ca. 360 Akupunkturpunkte. Dabei handelt es sich um definierte Punkte die unterschiedlich tief auf den Meridianen liegen und die mittels Akupunktur oder Akupressur stimuliert werden können.

Dekokt

Durch das Kochen von festen Stoffen wie Hölzern, Rinden und Wurzeln entsteht ein wässriges Extrakt.

Meridiane

In der Traditionellen chinesischen Medizin sind dies die Leiterbahnen bzw. Kanäle auf denen die Akupunkturpunkte liegen.

Moxibustion

Durch Abbrennen von Moxakraut entsteht Wärme, wodurch die Akupunkturpunkte stimuliert werden. Moxibustion wird entweder allein oder in Kombination mit Akupunktur angewandt.

Qi

Das chinesische Schriftzeichen bedeutet Luft, Atem oder Dampf. Dampf ist gerade noch tast- und sichtbar, löst sich aber auch auf. Nach der chinesischen Philosophie wohnt allem Leben sowohl materiell als auch psychisch eine einheitliche Energie inne: das Qi. Es wird in der Medizin auch als nicht stoffliche Energie bezeichnet. Ist dieser Fluss des Qi im Einklang so ist der Mensch körperlich und seelisch gesund. Ist dieser Qi-Fluss gestört, entsteht Krankheit.

Wandlungsphasen (5 Wandlungsphasen oder 5 Elemente)

Als „Fünf Elemente“ oder auch „Fünf Wandlungsphasen“ werden in der chinesischen Philosophie Wasser, Feuer, Metall, Holz und Erde bezeichnet. Jedes Ding auch jedes Organ wird einem dieser Elemente zugeordnet. Das Modell der 5 Elemente beschreibt die genau definierten Beziehungen und Wechselwirkungen zwischen Mensch und Umwelt sowie den einzelnen Organen innerhalb des Organismus. Beim kranken Menschen ist diese

Wechselwirkung gestört bzw. das Kräfteverhältnis zwischen den Organen unausgeglichen.

Xue

Xue wird oft mit Blut übersetzt, was der Bedeutung allerdings nicht vollständig entspricht. In der Chinesischen Medizin bezieht sich Xue auf alles Stoffliche bzw. Organische.

Yin und Yang

Auch das Gegensatzpaar Yin (schattige Seite eines Hügels) und Yang (sonnige Seite des Hügels) kommt in der Chinesischen Medizin vor. Yin symbolisiert dabei unter anderem den Mond, die Nacht, die Ruhe und das Innere. Yang steht für die Sonne, den Tag, die Aktivität und das Äußere. Dieses Gleichgewicht der Kräfte bestimmt auch den Fluss des Qi. Qi (nicht stoffliche Energie) ist hierbei Yang und Xue (Organisches) ist Yin zugeordnet. Die Idee, dass sich das Gleichgewicht von Yin und Yang immer neu ordnet, dient als Erklärungsmodell, wie Krankheit entsteht bzw. wie Gesundheit erhalten werden kann.