



# ChinaMed

## NEWSLETTER

PUBLIKATIONSORGAN ÜBER DIE TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN DER CHINAMED ZENTREN SCHWYZ UND GOLDAU



SEITE 2  
IN FAMILIENHAND



SEITE 3  
RÜCKENSCHMERZEN



SEITE 4  
MÜDIGKEIT



SEITE 4  
IN EIGENER SACHE

## TAG DER OFFENEN TÜR BEI CHINAMED SCHWYZ UND CHINAMED GOLDAU

*Die Schweizer Firma ChinaMed Pfäffikon AG hat Ende August die beiden neuen Zentren in Schwyz und Goldau eröffnet. Mit diesen beiden Zentren bringt ChinaMed die hochstehende Chinesische Medizin in den Bezirk Schwyz. Wir möchten Sie zu den beiden Tagen der offenen Tür einladen!*

CHINAMED SCHWYZ

**SAMSTAG, 10. SEPTEMBER**  
**10:00 BIS 16:00 UHR**

CHINAMED GOLDAU

**SAMSTAG, 17. SEPTEMBER**  
**10:00 BIS 16:00 UHR**

Zwischen 10–16 Uhr haben Sie bei einem Apéro die Möglichkeit, uns und die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) kennen zu lernen. Wir offerieren Ihnen hierzu in beiden Zentren halbstündige, kostenlose Behandlungen (nur auf Voranmeldung, Telefon Schwyz 041 500 38 90; für Goldau 041 500 51 90).

Jeder Besucher erhält ein spezielles Überraschungsgeschenk.  
(Nur solange Vorrat)



► CHINAMED IST VON DEN KRANKENKASSEN (ZUSATZVERSICHERUNG) ANERKANNT! ◀



**Unser Logo:**  
**Die Lotusblume – Symbol der ChinaMed Zentren – gilt als uraltes Sinnbild der daoistischen Philosophie, die das Fundament der TCM entscheidend mitgeprägt hat. Die ganzheitliche Betrachtungs- und Behandlungsweise hat im Daoismus ihre Wurzeln.**



**Thomas Hüppi, Geschäftsführer ChinaMed Pfäffikon AG**

**Die ChinaMed-Gruppe ist das europaweit erste Mitglied der World Federation of Chinese Medicine Societies mit Sitz in Beijing, VR China.**

## EIN SCHWEIZER FAMILIEN- UNTERNEHMEN

*Die ChinaMed Pfäffikon AG ist ein Schweizer Familienunternehmen mit Zentren in Pfäffikon SZ, Chur, Landquart, Schwyz und Goldau. Der Geschäftsführer – Thomas Hüppi, 35 Jahre – ist Familienvater von drei Kindern, glücklich verheiratet und kommt ursprünglich aus der Wirtschaftsinformatik. Vor einem Jahr schloss er erfolgreich den Bachelor in Business Administration ab.*

Die ersten Erfahrungen mit der TCM machte er vor rund 15 Jahren. Sein Heuschnupfen und die Migräneanfälle wurden durch Akupunktur und der Kräutermedizin erheblich gelindert. Vor sieben Jahren bekamen er und seine Eltern die Möglichkeit das Konzept der ChinaMed-Gruppe, welches durch Dr. Hans Boller und seiner Frau seit 1997 in der Schweiz erfolgreich umgesetzt wird, weiter zu entwickeln und aufzubauen. Durch die guten Erfahrungen mit dieser Medizin war es für Thomas Hüppi klar, dass er den Zugang zur Traditionellen Chinesischen Medizin in Zusammenarbeit mit den Werten der Schweizer Kultur für die Schweizer Bevölkerung ermöglichen wollte. Mit den beiden neuen Zentren in Schwyz und Goldau kommt er seinem Ziel wieder ein Stück näher.

### TCM-PHILOSOPHIE

Die Traditionelle Chinesische Medizin ist eine Medizin aus der Steinzeit: Laut dem Arbeitskreis für TCM an der Ruprecht-Karls Universität in Heidelberg wurden schon um 3000 v. Chr. für die Akupunktur Nadeln aus Knochen und Steinen verwendet. Es gibt Funde, welche die Anwendung von Moxa, von Heilpflanzen und Mineralien belegen. In dieselbe Zeit fallen die philosophische Entwicklung des I-Ging (des Prinzips von Yin und Yang) und der fünf Wandlungsphasen. Erste Aufzeichnungen über den Gebrauch von Nadeln stammen aus der Zeit um 1600 v. Chr. Zwischen 2000 und 250 v. Chr. entwickelten chinesische Gelehrte die medizinischen Grundlagen für Yin und Yang und das

grundlegende Wissen der noch heute angewandten Puls- und Zungendiagnose. Auch die Lehre des Qi, des Energieflusses auf den Körperbahnen, den sogenannten Meridianen, wurde vor unserer Zeitrechnung erarbeitet. Stets ging es um die Behandlung von Schmerzen, verstanden als Energieblockaden. Im fünften bis dritten Jahrhundert v. Chr. entstanden zudem die beiden wichtigsten philosophischen Schulen Chinas, der Konfuzianismus und der Daoismus. Beide haben die TCM zu einem sehr hohen Grad beeinflusst. Konfuzius, geboren 551 v. Chr., entwickelte eine differenzierte, noch heute respektierte Moral- und Soziallehre und stellte ein Regelwerk für das «richtige» Leben auf. Die Lehre von den fünf Elementen, die in der TCM eine wichtige Rolle spielt, stammt zum Teil aus der konfuzianischen Philosophie.

### WARUM CHINAMED?

Die ChinaMed-Gruppe ist die bedeutendste Organisation, die in der Schweiz seit 1997 Zentren für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) unterhält. Aktuell führt die Gruppe in der Deutschschweiz 19 Zentren mit renommierten chinesischen TCM-Ärzten. Rekrutiert werden die TCM-Ärzte ausschliesslich in der Schweiz, der EU und der Volksrepublik China, an renommierten Universitäten und Spitälern, und verlangt neben dem Studienabschluss an einer anerkannten Universität mindestens zehn Jahre Berufspraxis in Akupunktur, Massage und Phytotherapie. So ist gewährleistet, dass nur die allerbesten TCM-Ärzte in den ChinaMed-Zentren tätig sind.



# RÜCKENSCHMERZEN? WIR HELFEN IHNEN

*Die Ursachen von Rückenschmerzen sind vielfältig. Alle unten erwähnten Faktoren können zu Verspannungen, Unterversorgung und so letztlich zu Schmerzen führen. Die Akupunktur und die Tuina-Massage (manuelle Stimulation der Akupunkturpunkte und Meridiane) können bei den verschiedensten Formen von Rückenschmerzen sehr wirksam sein.*

Mögliche Faktoren für die Entstehung von Rückenschmerzen sind aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM):

■ **Klimatische Faktoren:** Dringen Hitze, Kälte und Feuchtigkeit in den Körper ein, können sie aus Sicht der TCM im weiteren Verlauf dort Hitze und Entzündungszeichen verursachen. Diese werden nach der TCM mit verschiedenen Methoden behandelt: Akupunktur, Schröpfen und Moxa, kurz für Moxibustion.

■ **Trauma, Verrenkungen bei Arbeit und Sport, falsche Körperhaltung oder Überbeanspruchung, falsches Sitzen** gehören ebenfalls zu den Ursachen. Sicheres, Rücken schonendes Anheben schwerer Gegenstände sollte gelernt werden, ungünstige Stühle und Betten gemieden und Schuhe mit hohen Absätzen weniger oft getragen werden.

■ **Psychische Faktoren:** Diese können aus Sicht der TCM den Organsystemen (hauptsächlich Nieren und Leber) zugeordnet wer-



den. Der Yin-Nieren-Typ neigt zu einer Leere des Nieren-Yang, ist unmotiviert im Leben, hat eine schlaaffe Rückenmuskulatur und deshalb eine schlechte Körperhaltung. Beim Nieren-Yang-Typ, welcher eine Tendenz zur Nieren-Yin-Leere hat, ist die Muskulatur zu hart und die Wirbelsäule zu steif. Er ist eher geprägt von Starrheit und Unflexibilität, aus Angst die Kontrolle zu verlieren. Der Leber-Typ hat durch unterdrückten Zorn und Ungeduld eine insgesamt erhöhte Muskelspannung. Die Schmerzen sind hier im Nacken

und im Schulterbereich am ausgeprägtesten, doch auch der Rücken kann mitbetroffen sein.

■ **Energetische Nierenschwäche:** Im Organsystem der Nieren ist aus Sicht der TCM die Lebenskraft gespeichert. Diese Lebenskraft wird im Verlauf eines Lebens allmählich eingesetzt und ist zum Zeitpunkt des natürlichen Todes aufgebraucht. Eine Schwäche dieser Lebenskraft, eine Nieren-Leere, kann konstitutionell sein. Zusätzlich wird aber diese Lebenskraft durch Krankheit, Überarbeitung, übermässigen Sport, übertriebene sexuelle Aktivität, Geburten, Stress und Schlafdefizit aufgezehrt. Sind die Nieren geschwächt, besteht eine allgemeine Abwehrschwäche gegenüber verschiedensten Erkrankungen und eine Neigung zu Rückenbeschwerden.

■ **Chronische Erkrankungen:** Arthritis (entzündliche Gelenkerkrankung), Osteoporose (Schwund der Knochenmasse), Multiple Sklerose (neurologische Erkrankung) und Spondylitis (Entzündung der Wirbelkörper) können aus Sicht der TCM die Wirbelsäule schädigen und deformieren und so chronische Rückenschmerzen hervorrufen. Hier wird auch die zugrundeliegende Erkrankung mitbehandelt.

## EINFÜHRUNG

In der Jahrtausende alten Traditionellen Chinesischen Medizin ist Gesundheit gleichbedeutend mit der Fähigkeit des Menschen, seine innere Harmonie zu erhalten. Die innere Harmonie findet sich im Gleichgewicht von Yin und Yang. Überwiegt das eine, ist das Gleichgewicht gestört. Harmonie und Gleichgewicht hängen vom gleichmässigen Fluss des Qi, des Ursprungs aller Energie, ab. Das Qi fliesst entlang den Meridianen (Energieleitbahnen) und verbindet die inneren Organe des Körpers miteinander.

Mit Nadeln bei der Akupunktur oder mit Massage kann der Fluss des Qi gefördert und können Qi-Blockaden gelöst werden. Ziel ist es stets, das Gleichgewicht und die innere Harmonie zu finden, die Gesundheit und damit das Wohlbefinden wieder herzustellen.

Mit Yin und Yang beschreiben die Chinesen die polaren, sich gegenseitig ergänzenden und bedingenden Kräfte, die im menschlichen Körper neue Gleichgewichte suchen. Yin steht für Ruhendes, Kühlendes, Bewahrendes, Einschliessendes, Sich Verdichtendes, Stoffliches und wird mit weiblich, Mond, Nacht, unten, kalt und Erde assoziiert. Yang repräsentiert Bewegtes, Warmes, Helles, Dynamisches, Sich-Energetisch-Entfaltendes, Gedankliches und wird mit männlich, Sonne, Tag, oben, warm und Himmel assoziiert.

**Bei der TCM wird mit der Akupunktur gleichzeitig auf verschiedenen Ebenen gearbeitet. Stärkt man z.B. das Organsystem der Nieren, werden nicht nur der Rücken, sondern auch die Knie, die Knochen, das Urogenitalsystem und die Psyche unterstützt. Dies ist eine Auswahl von Nieren-Aspekten. Wird also an den Nieren gearbeitet, beinhaltet dies alle zugehörigen Aspekte. Dasselbe gilt natürlich auch für alle anderen Organsysteme.**



# ERSCHÖPFUNG UND MÜDIGKEIT IN DER TCM

*(rz) In unserem Zentrum für Chinesische Medizin sind wir oft mit der Diagnose Erschöpfung und Müdigkeit konfrontiert. Im Gespräch und mit der Puls- und Zungendiagnose wird daraufhin eine TCM-Diagnose und ein individuelles Behandlungskonzept erstellt.*



***Zu Erschöpfung und Müdigkeit können wir einige allgemeine Aussagen machen.***

In der Chinesischen Medizin liegt der Müdigkeit immer ein Mangel-Muster zugrunde. Die betroffenen Organe sind meistens Milz-Pankreas, Lunge, Leber und Nieren, davon am häufigsten betroffen Milz-Pankreas. Unter einem Mangel-Muster verstehen wir in der Chinesischen Medizin eine meist energetische Schwäche. Es kann also gut sein, dass wir z.B. einen Milz-Pankreas-Qi-Mangel diagnostizieren und diese Organe bei einer schulmedizinischen Untersuchung keine Auffälligkeiten zeigen.

Da bei einem Mangel-Muster der Mensch auch anfälliger und weniger resistent ist, können z.B. bei einer überstandenen Infektion auch sogenannte pathogene Restfaktoren im Körper zurückbleiben, welche den Menschen zusätzlich schwächen. Ebenso können diverse medikamentöse Therapien

den Körper in einem geschwächten Zustand zurücklassen.

Weiter machen wir Sie darauf aufmerksam, dass Gründe für eine unerklärliche Müdigkeit auch aus der Umwelt kommen können. Informieren Sie sich umfassend und untersuchen Sie Ihren Lebensraum, Ihr Zuhause und Ihren Arbeitsplatz, auf allfällige Strom- und Strahlenbelastungen oder belastende Baumaterialien und Werkstoffe.

Eine Erschöpfung ist ernst zu nehmen. Versuchen Sie die Ursache heraus zu finden, warten Sie nicht zu lange um Hilfe anzufordern. Je früher Sie eingreifen, desto grösser ist die Chance, dass die Erschöpfung nicht in eine Depression oder zu einem Burnout führt.



**FRAU LAN QUN, FACHÄRZTIN FÜR TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN, ARBEITET IN DEN NEU ERÖFFNETEN CHINAMED ZENTREN SCHWYZ UND GOLDAU**

Frau Lan Qun, geboren am 27. Februar 1971 in Yi Bin City (Provinz Sichuan/China), arbeitet seit September 2008 bei ChinaMed. Die Eltern – beide in der Medizin tätig, der Vater TCM-Arzt, die Mutter Krankenschwester – haben ihr Interesse an der Traditionellen Chinesischen Medizin schon in die Wiege gelegt.

Frau Lan hat an der Universität in Cheng Du 5 Jahre TCM studiert und danach zwei Jahre als TCM-Ärztin gearbeitet. Anschliessend absolvierte sie einen 3-jährigen Lehrgang mit Schwerpunkt TCM und Anti-Aging mit einem Master-Degree Abschluss.

Von 2001 bis 2008 arbeitete Frau Lan als TCM Ärztin auf der Spezialabteilung «Traditionelle Chinesische Medizin und moderne Rehabilitation» eines Spitals und blickt mittlerweile auf eine 15-jährige Erfahrung zurück.

Ihre Spezialgebiete sind:

- TCM und moderne Rehabilitation
- Verdauungsbeschwerden
- Atemwegerkrankungen
- Schmerzen allgemein



## IMPRESSUM

Auflage 15'000 Exemplare  
 Herausgeber CHINAMED SCHWYZ  
 Steistegstrasse 3, CH-6430 Schwyz  
 Telefon 041 500 38 90, Fax 041 500 38 91  
 CHINAMED GOLDAU  
 Parkstrasse 13, CH-6410 Goldau  
 Telefon 041 500 51 90, Fax 041 500 51 91

Texte Remo Zahner, ChinaMed  
 Redaktion Daniela Trotta, Thomas Hüppi  
 Layout www.eventassist.ch  
 Abdruck nur auf Anfrage erlaubt

## FÜR WEITERE INFORMATIONEN + ANMELDUNGEN

**CHINAMED ZENTRUM SCHWYZ**  
Steistegstrasse 3, 6430 Schwyz  
Telefon 041 500 38 90

**CHINAMED ZENTRUM GOLDAU**  
Parkstrasse 13, 6410 Goldau  
Telefon 041 500 51 90