

- > Thieme.de
- > Haug Verlag
- > Naturheilverfahren und Chinesische Medizin
- > Magazin
- > Chinesische Medizin
- > Chinesische Medizin bei Kopfschmerzen



Traditionelle Chinesische Medizin hilft bei Kopfschmerzen.

Chinesische Medizin bei Kopfschmerzen

Kopfschmerzen - in der chinesischen Medizin als "Tou Tong" bezeichnet - gehören zu den häufigsten Beschwerden, insbesondere bei Sportlern. In der **> Chinesischen Medizin** wird auch die Migräne den Kopfschmerzen zugeordnet.

Aus Sicht der Chinesischen Medizin können Kopfschmerzen durch folgende Ursachen hervorgerufen werden:

- Die **pathogenen Faktoren** Wind und Hitze, z.B. als Kombination Wind-Hitze, Wind-Kälte oder Wind-Nässe, blockieren Kopf und Nacken und rufen Kopfschmerzen hervor.
- **Übermäßige Emotionen**, die bei einer psychovegetativen Befindlichkeitsstörung eine besondere Rolle spielen, sind: Frustration, Verbitterung, aufgeregter Groll und Stress fallen unter die Emotionen "Zorn, Wut oder Ärger", die zum Aufsteigen von *Leber-Yang* oder *Leber-Feuer* führen. Dieses emporklodernde Leber-Yang blockiert häufig die Gallenblasenleitbahn, auf welcher die Kopfschmerzen an der Schläfe oder seitlichen Regionen des Kopfes liegen. Ein chronischer Zustand von Unruhe und Angst entleert die Niere und verursacht Kopfschmerzen, entweder durch eine Nieren-Yin-Schwäche, die mit Kopfschmerzen einhergeht, oder aber indirekt, indem die Nierenschwäche zum Aufsteigen des Leber-Yang führt. Sorgen können auch eine Ursache der Kopfschmerzen sein, die sich auf der Stirn äußern, da diese zur Disharmonie des Erde-Elements (Magen-Milz) führt.

- Unfälle und Stürze, die den Kopf betreffen, oder Operationen im Bereich des Kopfes können mit einer **Stagnation des Bluts (Xue)** einhergehen, durch die stechende bohrende und stetige chronische Kopfschmerzen hervorgerufen werden.

- Falsche Ernährung, wie zu viel Fleisch, Süßigkeiten, Milchprodukte oder Alkohol, kann das **Magen-** und **Milz-Qi** schwächen, was zu Schleimbildung führt. Dieser Schleim wiederum blockiert die Leitbahn, was sich in den Kopfschmerzen manifestieren kann. Eine einseitige Ernährung kann auch zu Blut-Mangel führen, der leere dumpfe Kopfschmerzen provozieren kann.

- **Übermäßige Arbeit** oder Sport wie Heben, Joggen, Tragen, kann die Nieren schwächen, v.a. das **Nieren-Ying**. Dies wird auch geschwächt durch eine angeborene schwache Konstitution, übermäßige sexuelle Aktivität und Niederkunft. Da die Nierenessenz das Hirn versorgt, kann eine Nierenschwäche mit dumpfen leeren Kopfschmerzen einhergehen.

Unterschieden werden in der Chinesischen Medizin zudem **äußere und innere Störungen**.

- **äußere Störung**: In einer Akutphase können pathologische Faktoren wie Wind-Kälte, Wind-Hitze und Wind-Nässe die Ursache sein. Zur Therapie siehe auch Behandlung bei Asthma [...].

- **innere Störung**: wichtigste Muster chronische Kopfschmerzen

Beachte: Unterschieden werden in der Chinesischen Medizin folgende Kopfschmerz-Syndrome:

- austeigendes Leber-Yang
- Nieren-Yin-Mangel
- Blut-Mangel
- Schleimbildung
- Blut-Stagnation

> Quelle: R. Strich, T. Rarreck, Z. Zhang: TCM in der Sportmedizin. Stuttgart. Haug Verlag. 2011. S. 237

[Direkt zu allen Fachbüchern für Akupunktur/TCM im Webshop](#)

NEWSLETTER-SERVICE



> [Jetzt kostenlos anmelden](#)

Mit dem Newsletter für Komplementärmedizin sind Sie immer up to date und einen Schritt voraus.

Ganzheitliche Schmerztherapie

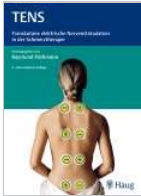


Lorenz Fischer, Elmar T. Peuker, Kamayni Agarwal-Kozlowski, Ralf Baron, Hans Barop

> Lehrbuch Integrative Schmerztherapie

EUR [D] 79,99

Inkl. gesetzl. MwSt.



Raymund Pothmann

> TENS

Transkutane elektrische Nervenstimulation in der Schmerztherapie

EUR [D] 49,99

Inkl. gesetzl. MwSt.

Anzeige

>

Fließen(d) lernen.
www.tcm-eCampus.de

Jetzt
kostenlos
testen!

In Kooperation mit der

 **AGTCM**
www.agtcm.de

 **Haug**

>

>

