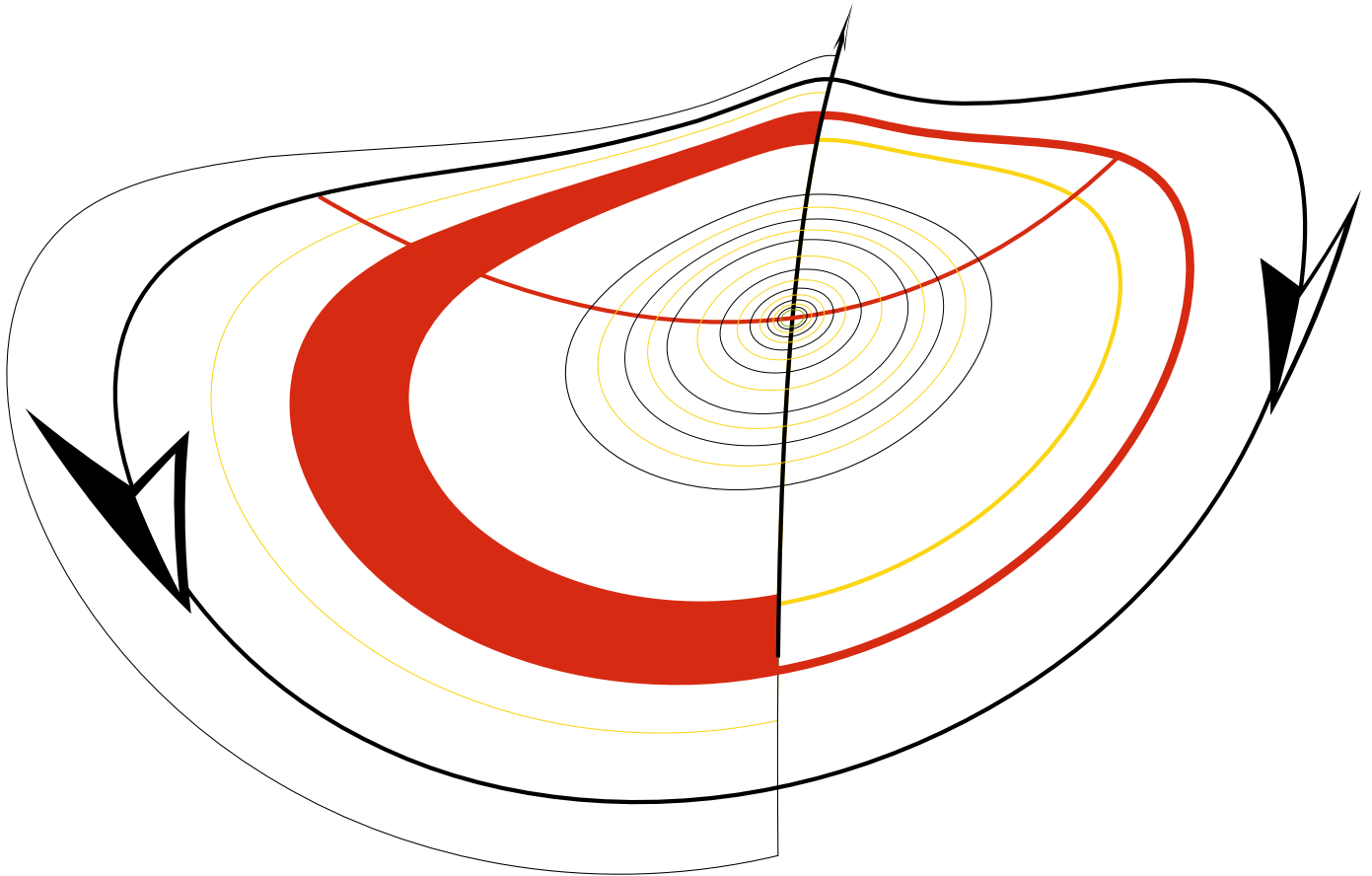


SEHBRIEF

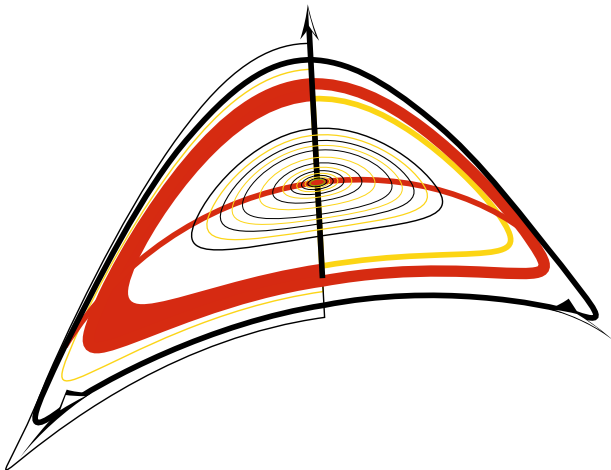
NOTIZEN ZUR AUGENHEILKUNDE



Die altersbedingte Makuladegeneration Westliche und Chinesische Medizin im Vergleich

Erhalten Sie Ihre Sehkraft bis ins hohe Alter!

Mit dem Wissen der modernen Augenheilkunde und der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) können wir für unsere Sehkraft bis ins hohe Alter hinein viel tun. Hierbei hilft die Sichtweise der TCM. Relativ einfache Erkrankungen der vorderen Augenabschnitte würden sozusagen im Laufe des Lebens immer weiter in die hinteren Abschnitte wandern. Neben der wohl bekanntesten Methode der TCM, der Akupunktur, kommen weitere physikalische Verfahren und Tipps zur Optimierung der Lebensweise zur Anwendung, um den Augen frühzeitig Gutes zu tun.



Aus westlicher Sicht

Die altersbedingte Makuladegeneration (AMD), eine Augenerkrankung, die die Lesefähigkeit einschränkt, betrifft mittlerweile viele Menschen. Sie ist eine bisher unterschätzte Volkskrankheit. Immer jüngere Menschen müssen sich mit dieser Diagnose auseinandersetzen.

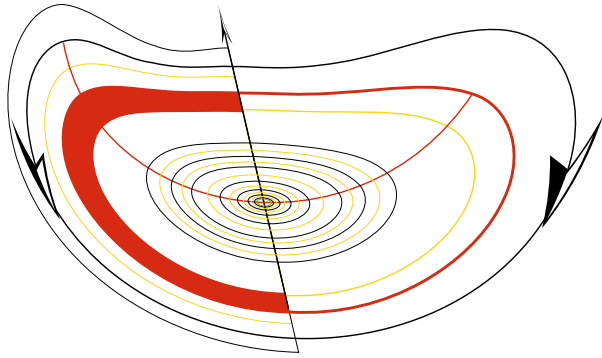
Die Augenheilkunde bietet dem Betroffenen in den Anfangsstadien nicht viel an. Die Fachwelt befürchtet zudem, dass eine Verschlimmerung der schleichend oder schubweise verlaufenden Krankheit durch die Angst vor Erblindung beschleunigt wird. Es wird daher häufig zunächst von einer genauen Aufklärung abgesehen.

Eine allgemeine Diagnose, die am Augenhintergrund die Auswirkungen beginnender Durchblutungsstörungen sichtbar macht, wird bevorzugt. Die Empfehlung, der behandelnde Hausarzt solle Blutdruck, Blutzucker usw. begutachten und gegebenenfalls - auch medikamentös - behandeln, wird dem Patienten gegeben.

Wie kann man sich die Prozesse im Auge vorstellen?

Der Augenarzt sieht beim Blick durch sein Untersuchungsmikroskop am Augenhintergrund Veränderungen der Netzhautfärbung speziell im Bereich der sogenannten Macula lutea, dem gelblich schimmernden Bereich des schärfsten Sehens, an dem die Dichte der Sinneszellen am höchsten ist. Diese Zellschicht, die der Netzhaut ihr spezielle Färbung gibt, ist das sogenannte Pigmentepithel unter den lichtsensiblen Sinneszel-

len. Wird diese Färbung unregelmäßig und heller, spricht man von Pigmentepithelunregelmäßigkeiten. Sie beruhen auf dem Untergang dieser speziellen Zellen. Der Augenarzt sieht in diesem Stadium oft auch Verklumpungen von Pigment und Ablagerungen verschiedener Stoffe.



Diese nennt man Drusen. Da aber gerade diese Pigmentepithelzellen für den Sehvorgang immens wichtig sind, ist bei einem Fortschreiten dieses Vorganges eine Verringerung der Seh-, und speziell der Lesefähigkeit, unausweichlich.

Es scheint als versuche der Körper, diesem Abbau durch Bildung neuer Adern entgegenzuwirken. Leider sind diese neugebildeten Gefäße minderer Qualität. Sie haben größere Lecks, und so kommt es in vielen Fällen zum Austritt von Bestandteilen des Blutes. Sie befinden sich meist zwischen den erwähnten Zellschichten und produzieren so Schwellungen. Diese nennt man Ödem. Dadurch wird die Versorgung der Sinneszellen mit notwendigen Nährstoffen, Sauerstoff usw. weiter erschwert. In der Folge kommt es auch zum Absterben der Sinneszellen. Die Sehkraft sinkt.

Zwei Typen der Makuladegeneration werden unterschieden.

Die trockene Form verläuft unvorhersagbar langsam. Heutzutage werden Nahrungsergänzungsmittel mit verschiedenen Inhaltsstoffen, besonders dem Lutein, eingesetzt, um eine Verlangsamung der Erkrankung zu erreichen.

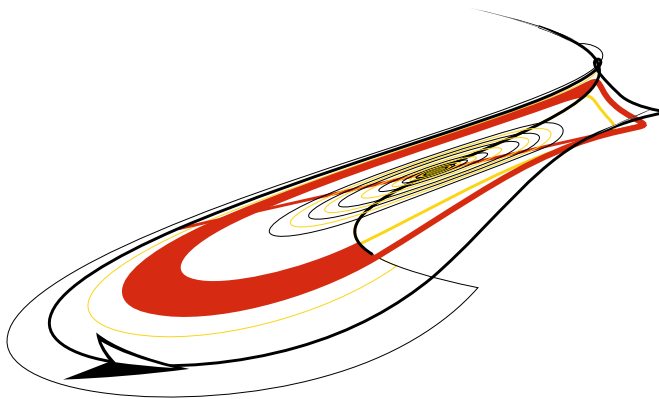
Die feuchte Form verläuft deutlich schneller und schränkt dadurch die Sehkraft bedrohlich stark ein. Sie wird mit verschiedenen Methoden versuchsweise behandelt. Diese haben den Ansatzpunkt, die sich neu bildenden Adern zu beeinflussen. Die sogenannte photodynamische Therapie, bei

der ein mit einem speziellen Laserlicht beleuchtetes Kontrastmittel im Blut der Netzhautadern besonders die qualitativ minderwertigen Adern chemisch verschließen soll, wird seit einigen Jahren sehr regelmäßig eingesetzt. Zumeist muss diese Behandlung dreimalig durchgeführt werden, um eine Stabilisierung der Sehkraft erreichen zu können.

Eine neue Behandlung am Auge wurde eingeführt, um die photodynamische Therapie zu ergänzen. Bei dieser wird ein das Adernwachstum hemmendes Medikament direkt in das Auge injiziert. Zur Anwendung kommen dabei u.a. Macugen, Lucentis und das in der Tumorthherapie eingesetzte Avastin. Diese Stoffe werden meist regelmäßig in Abständen von sechs bis acht Wochen über einen Zeitraum von mindestens zwei Jahren in der Hoffnung, sogar eine Sehverbesserung zu erreichen, angewendet.

Chinesische Medizin ganz allgemein

Traditionell gibt es in der Chinesischen Medizin keinerlei Zurückhaltung vor der Diagnose oder Behandlung eines auch noch so frühen Stadiums irgendeiner Erkrankung. Sie ist im besten Sinne präventiv orientiert. Selbstverständlich muss auch sie sich heute daran messen lassen, wie gut sie bei den immer häufiger und früher auftretenden Zivilisationserkrankungen wirkt.

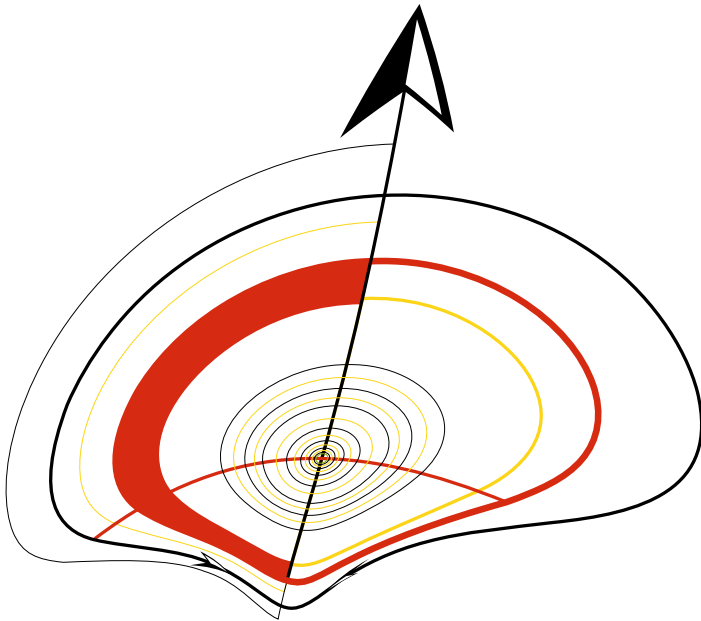


Grundprinzip der Chinesischen Medizin ist es, den Menschen auf den Weg der Gesundheit zu führen und ihn nur solange zu begleiten, bis dieser aus alleinigem Antrieb stabil bleiben kann. Zur Anwendung kommen neben der vorherrschenden Therapiemethode Akupunktur auch Massagetechniken, Kräutermedizin, Atemübungen, Meditation usw. Allen gemein ist die theoretische Sichtweise von Krankheitsentstehung. Idealerweise werden also mehre-

re wirksame Behandlungsmethoden auf der Grundlage einer basismedizinischen Optimierung der Lebensweise miteinander kombiniert. Auf diese Art und Weise betätigt der Therapeut sich als Lehrer gemäß der ursprünglichen Bedeutung des Wortes Doktor.

AMD aus chinesischer Sicht

Eine Erkrankung mit dem Funktionsverlust hochaktiver Zellen ist auch in der Chinesischen Medizin eine schwierige Aufgabe. Noch nicht abgestorbene Zellen der Netzhaut sollten zur Funktionsfähigkeit zurückgeführt werden. Die Hauptaufgabe einer jeden erfolversprechenden Behandlung muss in der Erhaltung der bedrohten Bereiche liegen. Das kommt bei einer altersbedingten Krankheit einer faktischen Verjüngung des betroffenen Menschen gleich.



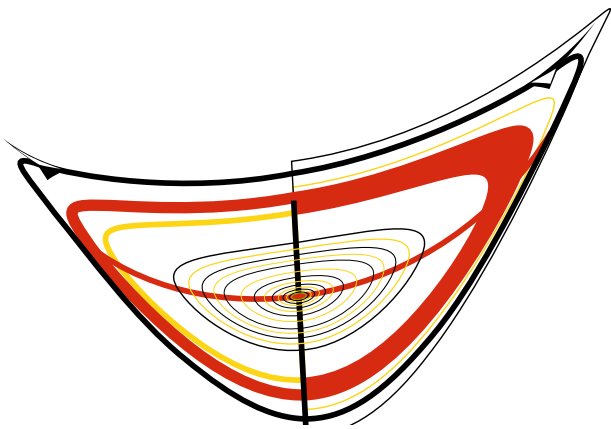
Zu diesem Thema hat die Chinesische Medizin aus Tradition eine ganz konkrete Vorstellung, war sie doch immer auf der Suche nach der ewigen Jugend. Wie wir wissen, hat der vom damaligen Kaiser mit dieser Suche nach Japan gesandte Arzt sich für das Leben außerhalb des kaiserlichen Einflusses entschieden. Nur so konnte er der bei Nichterfüllung seiner Mission drohenden Hinrichtung entgehen.

Dennoch bietet die Chinesische Medizin logische und erfolversprechende Ansätze zur Vorgehensweise. Ein Schlüssel zur Therapie ist das Konzept von Blut und funktionellen Geweben. Dieses beinhaltet alle Abläufe des menschlichen Körpers, besonders aber die Beziehung von Aktivität und Erholung. Erholungsvorgänge müssen in ausreichendem Maße ablaufen können. Diese Regeneration von Körperreserven und Kör-

pergeweben ist die Grundlage für eine sich immer wieder erholende Funktionsfähigkeit. Die Erhaltung ausdauernder Körperfunktionen ist grundsätzlich jedem Organismus möglich, wenn dieser lohnende Erholungsphasen genießt.

Die körperliche Verjüngung des Menschen

Die aus der Medizintheorie der Chinesen übernommene Sprache zur allgemeingültigen Charakterisierung von Alterserscheinungen hilft uns, einen therapeutischen Ansatz zu formulieren. Sogenannte Ungleichgewichte wie Trockenheit, Hitze, Ansammlung, Abbau und Kälte müssen erkannt und sinnvoll behandelt werden. Hier kommt der Einbeziehung der individuellen Lebensweise des Betroffenen zentrale Bedeutung zu. Sie bildet die Basis für eine erfolgreiche Anregung oder Regulation mittels Akupunktur und anderer Methoden. Nur mit der basismedizinischen Optimierung des Lebensweise ist auf eine anhaltende Wirkung jedweder therapeutischer Vorgehensweise zu hoffen.

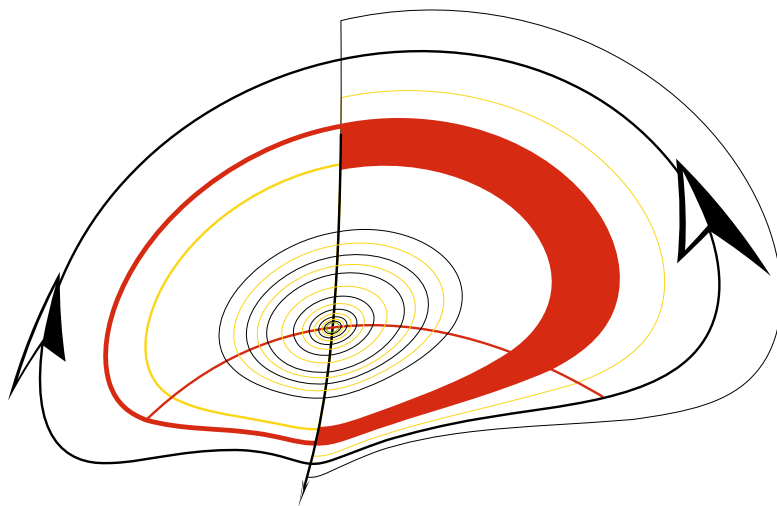


Die allmähliche Austrocknung unseres Körpers im Laufe des Lebens liefert den ersten Ansatzpunkt für ein verjüngendes Vorgehen. Hierzu werden Trockenheitszeichen gesucht. Trockene Haut, brüchiges Haar, brüchige Fingernägel und trockene Schleimhäute sind typische Merkmale von Trockenheit. Für viele Menschen ist das banale Zeichen des Trockenheitsgefühls der Augen nur zu gut bekannt. Dieser Austrocknung wird therapeutisch mit durchblutungsfördernden Methoden begegnet, transportiert doch das Blut die notwendigen Flüssigkeiten. Der Betroffene unterstützt diese Behandlung mit Schutz vor Austrocknung und einer aktiven Befeuchtung seines Organismus. Hierfür sind häufig die Verringerung austrocknender Verhaltensweisen, sowie die Regulation der Wasser- und Salzaufnahme notwendig.

Auftretende Hitze- oder auch Überaktivitätserscheinungen, wie z.B. Schweißausbrüche, Rötungs- oder Entzündungsneigung und erhöhter Blutdruck, werden durch die verbesserte Versorgung des Körpers mit Flüssigkeiten reduziert. Durch sogenannte „hitzeausleitende“ Behandlung unterstützt der Therapeut die Abkühlung besonders der oberen Körperbereiche des Menschen. Er selbst kann Aufregung und Stress durch das Einhalten von Ruhepausen und die Vermeidung zu stark anregender Genußmittel ergänzen.

Ödeme, d.h. Schwellungen, werden in der Chinesischen Medizin als Ansammlung dickflüssiger Stoffe interpretiert. Diese Ansammlung hat zwei Komponenten, die Verlangsamung von Verteilungs- und Verbrennungsvorgängen und die Vermehrung nährstoffreicher Körperflüssigkeiten - darunter besonders der Lymphe. Beidem kann durch die An-

regung von Körperfunktionen begegnet werden. Akupunktur spielt hier die Hauptrolle in der Behandlung. Massagen können unterstützend eingesetzt werden. Bewegung, Licht, frische Luft und die Anpassung der Ernährungsgewohnheiten spielen auf seiten des betroffenen Menschen eine wichtige Rolle.



Der Abbau funktioneller Gewebe bildet, wie oben beschrieben, den zentralen Punkt in der Betrachtung der altersbedingten Makuladegeneration. Er wird in der Literatur als Abbau, gelegentlich auch als Blutmangel, bezeichnet. Eine Neigung zur Blutarmut, welche eine natürliche Erscheinung der Alterung ist, entspricht diesem Zustand. Man könnte sagen, je weniger Blut der Körper für die Versorgung der Gewebe zur Verfügung hat, desto schwieriger werden Regenerationsprozesse. Anders-

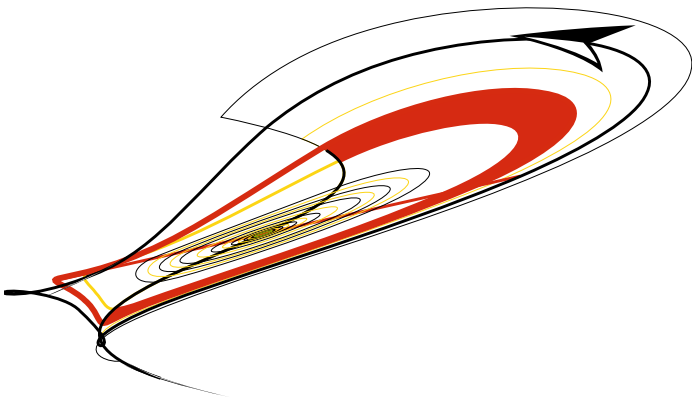
herum wird ein Schuh daraus. Je besser die Versorgung des Organismus mit lebensspendendem Blut ist, desto leichter können Erholungsvorgänge ablaufen. Genau das ist bei der AMD besonders wünschenswert. Allein durchblutungsfördernde Behandlungsmethoden reichen dazu nicht aus, ist doch das Potenzial bereits verringert. Also muß der Mensch in seinen blutaufbauenden Funktionen unterstützt werden. Spezielle Akupunkturpunkte und Kräuter helfen dabei. Allerdings ist gerade für den Aufbau von Blut und funktionellen Geweben die basismedinische Optimierung der Lebensweise unerlässlich. Da die stärkste Re-

generationsphase des Menschen in der Nacht liegt, ist ein erholsamer Schlaf wichtig. Um diesen zu optimieren, sind einfache Hilfsmittel wie Wärmeanwendungen und die Zufuhr bestimmter Nahrungsmittel sehr sinnvoll. Den zweiten Schritt kann eine Verlängerung der Schlafdauer bilden.

Kälte stellt aus chinesischer Sicht die Folge der vorgenannten Ungleichgewichte dar. Kälte Hände und Füße deuten auf einen Reservezustand des Organismus, der zum Schutze wichtigerer Körperbereiche

die Durchblutung drosselt. Infolgedessen reicht Wärme zur Behandlung dieser Kälte nicht aus. Vielmehr ist die Behandlung von Trockenheit, Hitze, Ansammlung und Abbau der einzige Weg zur dauerhaften Verbesserung der Blutversorgung aller Körperregionen. Nur so werden alle Gewebe von warmen, nahrhaften und zugleich reinigenden Blut durchströmt. Oberstes Gebot muß also sein:

*Den Kopf halt kühl, die Füße warm!
(Das macht den besten Doktor arm.)*



Die Behandlung

Eine individuell angepaßte Behandlung der altersbedingten Makuladegeneration ergibt sich also aus der Dosierung der beschriebenen Vorgehensweisen. Eine Akupunktur kann die körperliche Verjüngung oder Gesundheit beschleunigen. Sie wird am Kopf, um die Augen herum, an Armen und Beinen angewendet, um Körperfunktionen anzuregen. Massagen im Bereich des Gesichtes können mit der Stimulation von schwer zugänglichen Akupunkturpunkten mittels Softlaserbehandlung unterstützt werden. Doch die basismedinische Optimierung der Lebensweise des betroffenen Menschen ist die Grundlage für einen anhaltenden Erfolg. Je nach Zustand der Erkrankung und durchführbarer Dosierung der Basismedizin wird die Häufigkeit der Akupunkturbehandlung angepaßt. Heutzutage ist auf Grund der privat zu entrichtenden Kosten für eine solche Therapie die anfängliche Wiederholung der Akupunktur ein- bis zweimal in der Woche, später einmal im Monat realistisch. Die kontinuierliche Weiterbetreuung durch den eigenen Augenarzt legt eine gute Grundlage für eine sichere Durchführung solch einer unterstützenden Behandlung. Dieser ist am besten in der Lage, den Verlauf zu beurteilen und Veränderungen zu bestimmen und zu messen. Eine Zusammenarbeit zwischen Akupunkteur und Augenarzt ist also im Sinne des betroffenen Menschen äußerst wünschenswert!

*Dr. med. Thomas Weiberlenn
Traditionelle Chinesische Medizin*

*Bahnhofstrasse 12
30159 Hannover
Tel. 0511-3068955
Fax. 0511-3068954*

