

# Kinderkrankheiten pragmatisch und wirksam behandeln mit chinesischer Medizin

Simon Becker

Alltägliche Kinderkrankheiten wie Koliken, Ohrenentzündungen und Husten sind zwar oft nicht besonders gefährlich; dennoch sind sie für das Kind sehr mühsam und für die Eltern Besorgnis erregend. Ein schreiendes Kleinkind mit Koliken jede Nacht oder ein hustendes Kind für zwei oder drei Wochen können für die Eltern zur Zerreisprobe werden. Gut also, dass sich diese Alltagskrankheiten mit chinesischer Medizin dankbar behandeln lassen. Die Therapie der kleinen Patienten ruft jedoch nach einer Kombination verschiedener Methoden sowie nach Flexibilität bei deren Anwendung. Folgender kurzer Überblick soll in die alltägliche, praktische Therapie von Kindern einführen. Der Bericht erläutert nicht die Details der spezifischen Therapie sondern konzentriert sich auf die ebenso wichtigen Rahmenbedingungen. Er soll vor allem praktisch und nicht theoretisch sein. Ein Therapiebeispiel für Husten zeigt die konkrete Anwendung auf.

## Krankheitsmechanismus

Kinder, und insbesondere Kleinkinder, dürfen nicht einfach als „kleine Erwachsene“ behandelt werden. In der chinesischen Medizin gilt: Bei Kindern sind die Organe noch zart und schwach. Besonders empfindlich sind die Organe Lunge, Milz und Leber. Und weiter: Kinder haben eine Yang-Konstitution. Ebenfalls gilt, dass sich Krankheiten bei Kindern schnell entwickeln – aber auch schnell heilen. Dies deshalb, weil die Organe noch rein sind und Qi und Blut ungehindert fließen kann.

Der Krankheitsmechanismus bei kleinen Kindern folgt den obigen Merksätzen und wird unten zusammengefasst und vereinfacht dargestellt. Wichtig ist noch die Anmerkung, dass dieser Mechanismus für viele alltägliche Kinderkrankheiten bis zum Alter von fünf bis sechs Jahren hauptverantwortlich ist. Ab sechs bis sieben Jahren spielen häufig äussere pathogene Faktoren ebenfalls eine wichtige Rolle. Diese müssen bei einer Therapie berücksichtigt werden. Jedoch gilt auch in diesem Alter noch: je stärker ausgeprägt die unten beschriebenen Disharmonien sind, desto anfälliger ist das Kind auf die äusserlichen pathogenen Faktoren.

Das prägende Element bei Kinderkrankheiten ist die Milzschwäche. Bei allen Kindern ist die Milz ungenügend entwickelt, schwach und sehr schnell überfordert. Als Regel gilt, je jünger das Kind, desto schwächer die Milz. Eine schwache Milz kann ihre Umwandlungs- und Bewegungsfunktionen nicht wahrnehmen. Nahrung wird nur ungenügend umgewandelt und es sammeln sich Nahrungsmittelstagnation und Feuchtigkeit an. Daraus entsteht schnell auch Schleim, welcher sich in der Lunge ablagert. Nahrungsstagnation, Feuchtigkeit und Schleim blockieren die freie Zirkulation von Qi und führen zu Stagnation und Hitze. Wie oben beschrieben, haben Kinder eine Yang-Konstitution und neigen zu Hitze. Daher transformiert bei Kindern jede Ansammlung welche den Qi-Fluss blockiert sehr schnell Hitze. Das heisst, die Nahrungsstagnation und die Feuchtigkeit in der Mitte und der Schleim in der Lunge verbinden sich mit der Hitze und es entsteht der häufigste „pathogene Faktor“ bei Kindern: „Schleim-Feuchtigkeit-Nahrungsstagnation-Hitze.“ Die spezielle Schreibweise soll hervorheben, dass diese vier Faktoren sehr schwierig zu trennen sind. Es kann kaum je genau unterschieden werden, ob es sich nun um Nahrungsstagnation oder Feuchtigkeit oder Schleim handelt. Bei Kindern sind das drei unterschiedliche Phasen desselben Pathogens. Die Hitze gehört ebenfalls praktisch immer fest dazu. Ist sie nicht präsent, kann sie sich immer sehr schnell entwickeln und muss deshalb in der Therapie selbst bei Abwesenheit berücksichtigt werden.

Für mich ist auch Leber-Qi-Stagnation kein seltenes Muster bei Kindern. Die Ansicht, dass sich in kleinen Kindern keine Leber-Qi-Stagnation entwickeln kann teile ich gar nicht! Eine elterliche Überkontrolle wie fortwährendes Zurechtweisen und Einengen der Kinder, auch Kleinkinder, führt zu Leber-Qi Stagnation. Die gestaute Leber wird durch Schreien und Tobsuchtsanfälle vielleicht wieder etwas gelöst; trotzdem bleibt eine Schädigung und Beeinflussung der Leber mit einer Leber-Einengung bestehen. Diese verschärft die Tendenz zu Hitze.

Aus diesem Krankheitsmechanismus leitet sich auch die grundlegende Therapie ab. Die Mitte soll gestärkt werden, jedoch ohne weitere Stagnation und Hitze zu produzieren. Das Qi der Mitte soll bewegt werden. Die Nahrungsmittelstagnation und der Schleim soll umgewandelt werden. Die Feuchtigkeit soll ausgeleitet werden. Und die Hitze muss so geklärt werden, dass die Milz nicht weiter geschwächt wird. In praktisch allen Rezepturen und Akupunktur- oder Tuinaprotokollen für die Behandlung von alltäglichen Kinderkrankheiten müssen diese Behandlungsstrategien kombiniert angewendet werden. Nur zu stärken, nur umzuwandeln oder nur zu klären ist nicht wirksam. Die erfolgreiche Behandlung verlangt nach einer Kombination. Zeigen sich zusätzlich Symptome einer Leber-Qi-Stagnation, muss diese ebenfalls gelöst werden.

### Einfache Musterdifferenzierung

Oft heisst es: die Behandlung von Kindern ist einfach. Dies bezieht sich nicht unbedingt auf das Sammeln von Informationen für die Musterdifferenzierung. Bei Kleinkindern ist dieser Schritt oft schwierig und von den Informationen der Eltern abhängig. Aus wenig Information muss schnell ein klares Muster abgeleitet und eine Therapie definiert werden. Bei dieser Definition hilft es sehr, dass die Krankheitsentwicklung bei Kindern so gut abzuschätzen ist. Kennt man die wenigen möglichen und häufigsten Muster einer Krankheit, ist es oft sehr einfach, diese zu unterscheiden. Einige gezielte Fragen führen zum Ziel.

Die Bedingung für diese vereinfachte Musterdifferenzierung sind die Kenntnisse aller „möglichen Mustern“ einer Kinderkrankheit. Folgt man Textbücher wie Bob Flaws' Pädiatriebuch so müsste man davon ausgehen, dass 12 unterschiedliche Husten-Muster differenziert werden müssen. Dieser Ansatz ist vom praktischen Alltag weit entfernt. Meiner Erfahrung nach entsprechen 80-85% aller Kinderhusten ungefähr demselben Muster; die restlichen 15-20% können einem zweiten Muster zugeordnet werden. Die Differenzierung der zwei Hustenmuster ist einfach und relativ eindeutig. Dieses Vorgehen ist gleich bei vielen anderen Krankheiten wie Koliken, Schnupfen, Allergie, etc. Ist man sich den oben aufgezeichneten Krankheitsmechanismus sowie die am häufigsten auftretenden Muster bewusst, dann wird die Musterdifferenzierung – sicherlich einer der schwierigsten Schritte in der chinesischen Medizin – einfacher. Aus der Musterdifferenzierung leitet sich die Therapie dann praktisch automatisch ab.

Bei einer Reduktion der Anzahl der möglichen Muster sind auch die Rezepturen, Punkte und Tuinagriffe einfacher auszuwählen. Vor allem in der chinesischen Arzneimitteltherapie vereinfacht dieser Ansatz die wirksame Therapie stark. Wenige Grundrezepturen genügen und können gezielt mit Einzelmittel-Modulen dem Muster angepasst werden.

### Behandlungsmethoden

In der Behandlung von Kindern sollte eine breite Palette von Behandlungsmethoden angewendet werden. Bei Kindern ab einem Jahr verschreibe ich am liebsten chinesische Kräuter. Diese Therapie ist einfach und sehr wirksam. Das Argument, dass Kinder die „scheusslich schmeckenden Mittel“ ja sowieso nicht einnehmen können, trifft absolut nicht zu. Im Gegenteil: Kinder nehmen Kräuter häufig besser als Erwachsene. Bei ganz kleinen Kindern können die Kräuter mit einer Pipette oder einer kleinen Spritze direkt in den Mund

gespritzt werden. Ältere Kinder trinken die Mittel häufig problemlos; falls nicht, hilft ein wartendes Gummibärchen meist schnell nach. Oft widersteht Kindern jedoch die mehlig Konsistenz von aufgelöstem Granulat. Aus diesem Grund empfiehlt es sich, den Kindern hauptsächlich Rohdrogen zu verschreiben. Der Trick dabei habe ich von TCM-Arzt Silvio Schaller gelernt: man kocht die Rohdrogen, füllt den Absud nach Auskühlung in ein Eiswürfelsack und friert ihn ein. Die Dosierung kann dann leicht über Anzahl Würfel definiert werden. Die Kräutereiswürfel werden geschmolzen durch Aufheizen oder Zugabe von heissem Wasser. Eine Kräuterpackung reicht dabei ca. zehn Tage bis zwei Wochen. Der Aufwand sowie die Kosten sind minimal; der Nutzen und die Wirkung oft maximal. Es entsteht natürlich die Frage, ob das Einfrieren die Kräuter nicht „abkühle“ oder anderweitig verändere. Dies scheint eher ein theoretische Problem. In der Praxis wirken die Mittel meist schnell und wie vorgesehen.

Ebenfalls sehr wirksam und, genau wie Kräuter, auch zu Hause und daher täglich anwendbar ist Kindertuina. Tuinagriffe können den Eltern einfach vorgezeigt werden, so dass diese die Massage zu Hause täglich durchführen können. Gerade bei Indikationen wie Koliken und Husten ist diese Therapiemöglichkeit der Eltern von riesigem Nutzen. Anstelle von hilflosem Zuschauen und Abwarten werden die Eltern aktiv in die Therapie miteinbezogen. Oft beruhigt sich nach einigen Minuten Massage zum Beispiel der Husten oder die Koliken eines Kindes und es schläft wieder ein. Will man den Eltern in die Tuinatherapie miteinbeziehen, so lohnt es sich, Informationsmaterial mit den gezeigten Griffen bereit zu stellen. Ebenfalls müssen die Griffe am Kind vorgeführt werden. Eltern, insbesondere neue Eltern, behandeln sonst oft zu sanft und zu zögerlich.

Bei der Stimulation von Akupunkturpunkten darf man kreativ sein. Nadeln verwende ich bei Kleinkindern nie. Die in der Literatur geäußerte Meinung, Kinder lassen sich gerne und problemlos stechen, teile ich nicht. Meine kleinen Patienten teilen mir häufig unmissverständlich mit, dass sie nicht genadelt werden möchten. Wenn sie es nicht tun, dann meist ihre Eltern. Die Punkte stimulare ich auf drei unterschiedliche Arten: entweder benutze ich einen Softlaser oder ich klebe ein Vaccaria-Samen oder ein Presstack auf den Punkt. Die Vaccariasamen oder Presstacks belasse ich auf dem Punkt und instruiere die Mutter, diese einen bis drei Tage später wieder zu entfernen. Bei den Presstacks hat das Kind zwar auch nicht immer viel Freude beim Setzen, der Schmerz des unangenehmen Ministichleins vergeht jedoch sehr schnell. Bis zum Verlassen der Praxis haben die Kinder die Presstacks meist wieder vergessen.

Die Auswahl der Punkte unterscheidet sich meines Erachtens nicht beträchtlich von der Auswahl bei Erwachsenen und orientiert sich an den Therapieprinzipien. Bei Kindern werden sicherlich häufiger als bei Erwachsenen Punkte für die Milz und gegen Feuchtigkeit und Schleim ausgewählt. Diese sollten bei kleinen Kindern in fast keiner Behandlung fehlen. Ein besonders wirksamer Punkt für Nahrungsmittelstagnation bei Kindern ist der Extrapunkt *lineiting*. Dieser befindet sich direkt gegenüber von *neiting* (Ma 44), also auf der Fusssohle. Gerade bei Koliken von ganz kleinen Kindern zeigt sich dieser Punkt oft überraschend wirksam. Diese Tatsache ist für mich auch mit ein Beweis dafür, dass die allgemeine Meinung kaum stimmt, in Kindern seien die Leitbahnen noch nicht entwickelt und die Körperpunkte deshalb noch nicht wirksam. Ich verwende bei Kindern sehr häufig Punkte distal von Knie und Ellenbogen. Am Torso verwende ich vor allem die Rücken-Shu Punkte. Diese sind einfach zu stimulieren und stark in ihrer Wirkung. Bei einem älteren Kind können Punkte wie *pishu* oder *feishu* auch einmal mit einem kleinen koreanischen Klebemoxa stimuliert werden. Die kurze aber intensive Hitze aktiviert das zugehörige Organ.

Bei den Therapiemethoden darf sicherlich die Ernährung nicht fehlen. Wie oben dargestellt ist bei Krankheiten des Kleinkinds die Nahrung der zentrale Auslöser. Eine richtige Ernährung ist fundamental. Eltern müssen detailliert darüber aufgeklärt werden, am besten mit einem Informationsblatt welches sie zu Hause in aller Ruhe lesen können. Oft muss die Ernährungskorrektur auch gar nicht sehr drastisch sein. Ein mehrheitlicher Verzicht auf

Zucker (Fruchtsäfte eingeschlossen) und Milchprodukte ist in meiner Erfahrung häufig ausreichend. Bei gestillten Babys ist es bedeutungsvoll, dass nicht zu häufig gestillt wird. Das Kind braucht Zeit, um die Mahlzeit zu verdauen. Hat er oder sie diese Möglichkeit nicht, sammelt sich sofort Nahrung, Feuchtigkeit und Schleim an. Auch die Einführung von Nahrungsmitteln muss langsam und sehr kontrolliert erfolgen.

#### Behandlungsbeispiel Husten

In meiner Erfahrung können praktisch alle Kinderhusten in zwei Hauptmuster unterteilt werden. Über 80% entsprechen einer Lungen-Hitze mit relativ wenig Schleim. Die restlichen 20% zeigen sich mit viel Schleim. Der Husten tönt sehr nass und gurgelnd. Häufig zeigt sich das zweite „schleimige“ Muster nach mehreren erfolglosen Antibiotikakuren. Das zweite Hustemuster kann sich auch in sehr stark verschleimten Kindern zeigen. Die Musterdifferenzierung ist also einfach: der „normale“ Kinderhusten welcher sich relativ trocken anhört und sich in einer grossen Mehrheit von Kindern zeigt wird differenziert von einem nassen, gurgelnden Husten bei welchem die Hitzezeichen oft minimal sind.

Für den „normalen“ Kinderhusten kann folgende Grundrezeptur verwendet werden:

Lu Gen (Rhizoma Phragmitis Communis)  
Zi Wan (Radix Asteris Tatarici)  
Bai Bu (Radix Steonae)  
Qian Hu (Radix Peucedani)  
Chen Pi (Pericarpium Citri Reticulatae)  
Jie Geng (Radix Platycodi)  
Gua Lou (Fructus Trichosanthes Kirilowii)  
Bai Shao (Radix Albus Paeoniae Lactiflorae)  
Wu Wei Zi (Fructus Schisandrae)

Für den nassen Kinderhusten kann eine Modifikation von *Su zi jiang qi tang* verwendet werden:

Su Zi (Semen Perillae Frutescentis)  
Hou Po (Cortex Magnoliae Officinalis)  
Ban Xia (Rhizoma Pinelliae Ternatae)  
Chen Pi Pericarpium Citri Reticulatae)  
Jie Geng (Radix Platycodi Grandiflorii)  
Zi Wan (Radix Asteris Tatarici)  
Bai Zhu (Rhizoma Atractylodis Macrocephalae)  
Lian Qiao (Fructus Forsythiae Suspensae)  
Bai Qian (Radix et Rhizoma Cynanchi Baiqian)

Um die Mitte zu regulieren und die Milz bei der Verdauung zu unterstützen, werden zu beiden Rezepturen Nahrungsmittelstagnationsmittel beigegeben. Zum Beispiel: Shen Qu (Massa Medica Fermentata), Shan Zha (Fructus Crataegi), Mai Ya (Hordei Fructus germinantus), Lai Fu Zi (Semen Raphani Sativae).

Um die Husten stoppende Funktion zu verstärken könnte letzteres Mittel (Lai Fu Zi) mit Xing Ren (Armeniacae Amarum Semen) und Che Qian Zi (Semen Plantaginis) kombiniert werden. Diese drei Mittel kennt man als die Drei-Samen-Kombination.

Ebenfalls darf bei beiden oberen Rezepturen die Zugabe von einem oder zwei Wind stoppenden Mittel nicht fehlen. In der modernen chinesischen Medizin werden die „Spasmen“ des Hustens mit Windmittel therapiert. Zu diesen gehören Di Long (Pheretima), Jiang Can (Bombyx Batryticatus), Chan Tui (Cicadae Periostracum), Gou Teng (Uncariae cum Uncis Ramulus), Quan Xie (Scorpio) und Wu Gong (Scolopendro). Da die letzten

beiden stark toxisch sind verwende ich diese bei Kindern kaum. Meist reicht ein, höchstens zwei dieser Windmittel pro Hustenrezeptur. Die Wichtigkeit der Zugabe dieser Windmittel kann nicht genügend hervorgehoben werden! Sie sind für den Therapieerfolg von grosser Bedeutung.

Schlussendlich könnte eine Rezeptur für einen „normalen“ Kinderhusten also folgendermassen aussehen:

Lu Gen (Rhizoma Phragmitis Communis)  
Xing Ren (Armeniacae Amarum Semen)  
Zi Wan (Radix Asteris Tatarici)  
Bai Bu (Radix Steonae)  
Qian Hu (Radix Peucedani)  
Chen Pi (Pericarpium Citri Reticulatae)  
Jie Geng (Radix Platycodi)  
Gua Lou (Fructus Trichosanthes Kirilowii)  
Di Long (Pheretima)  
Bai Shao (Radix Albus Paeoniae Lactiflorae)  
Wu Wei Zi (Fructus Schisandrae)  
Shen Qu (Massa Medica Fermentata)  
Lai Fu Zi (Semen Raphani Sativae)

Akupunktur in Form von Laser- oder einer anderen Punktstimulationstechnik kann an folgenden Punkte durchgeführt werden: feishu (Bl 13), pishu (Bl 20), chize (Lu 5), fenglong (Ma 40), Lieque (Lu 7) und lineiting (Extrapunkt). Im Ohr könnte die Lungenregion mit einem Vaccariasamen stimuliert werden.

Zusätzlich werden die Eltern über die Tuinatherapie bei Husten instruiert. Wichtige Griffe sind folgende:

Feijing (Lungen-Leitbahn) klären  
Feishu (Bl 13) kneten  
Tanzhong (Ren 17) kneten/stimulieren  
Rugen (Ma 18) kneten  
Schulterblätter auseinanderstreichen (entlang des medialen Randes der Skapula)  
Flanken ausstreichen (von Axilla über Rippen nach unten)

Dieses Protokoll oder Teile daraus werden bei Hustenattacken sowie 3-4 mal pro Tag angewendet.

Diese Kombination einer Kräuterrezeptur und Tuina-Massage führt häufig sehr schnell zu einer Linderung und Heilung des Hustens. Besser noch, die Differenzierung ist einfach, die Kräuterrezeptur klar aufgebaut und das Tuina-Protokoll kurz und simple. Die Therapie ist pragmatisch und wirksam.