

## Heuschnupfen und Asthma: Interview mit Dr. med. Mark Däppen

Dr. med. Mark Däppen ist schulmedizinischer Leiter des MediQi-Zentrums in Chur und Facharzt FMH für Innere Medizin und Lungenkrankheiten mit eigener Praxis.

### Was ist eigentlich Asthma?

Asthma ist eine spezielle Entzündung der Atemwege. Die Erkrankung kann sich mit Husten, Atemnot oder pfeiffender Atmung äussern. Bei der Lungenfunktionsprüfung zeigt sich typischerweise eine Einengung der Bronchien, die sich nach der Inhalation von Medikamenten zurückbildet.

### Kann Heuschnupfen Asthma auslösen?

Die Antwort ist eindeutig ja. Beim Heuschnupfen handelt es sich um eine allergische Entzündung im Bereich der Nasenschleimhaut und der Augen. Bei rund 40% der Patienten ist aber auch eine allergische Entzündung der Bronchien nachweisbar. Dies kann ein Asthma bronchiale auslösen.

### Wie kann man in diesem Fall das Asthma behandeln?

Aus schulmedizinischer Sicht kann die allergische Entzündung mit Medikamenten wie Antihistaminika zurückgedämmt werden. In schweren Fällen ist der Einsatz von systemischen Cortisonpräparaten eine Therapie-Option. Die asthmatische Luftwegsentzündung sollte je nach Schweregrad mit inhalierbaren Cortisonpräparaten und die Einengung der Bronchien mit Beta2-Stimulatoren behandelt werden.

### Gibt es eine Alternative zur schulmedizinischen Behandlung?

Allergische Erkrankungen sind sehr häufig und entsprechend gross ist auch das Angebot in der Komplementärmedizin.

Die Traditionelle Chinesische Medizin hat sich in der Behandlung von Allergien etabliert und die Wirksamkeit ist sehr gut.

### Auf was sollte man bei Kindern besonders achten?

Kinder mit Heuschnupfen sind während der Zeit des entsprechenden Pollenflugs oft müde und auch körperlich nicht leistungsfähig. Zudem leiden sie häufiger an Infekten der Atemwege. Entsprechend ist eine umfassende Behandlung wichtig, die sowohl schul- wie auch komplementärmedizinische Verfahren einschliesst.

### Nehmen Heuschnupfen und Asthma zu?

Verschiedene Studien in Europa belegen, dass die Häufigkeit von Heuschnupfen und Asthma zugenommen hat. Wahrscheinlich sind der «westliche» Lebensstil und verschiedene Umweltfaktoren für diese Entwicklung verantwortlich.

### Sind Heuschnupfen und Asthma in den Städten häufiger?

Die in der Schweiz durchgeführte SAPAL-DIA-Studie hat gezeigt, dass Kinder, die auf dem Bauernhof aufwachsen, weniger häufig Allergien entwickeln als Stadtkinder. Der regelmässige Kontakt mit den diversen Allergenen auf dem Bauernhof scheint tatsächlich einen schützenden Effekt zu haben.

#### MediQi-Zentren:

##### MediQi Aarau

Schachenallee 29, 5000 Aarau  
im alten Kernareal, Hauseingang H  
Telefon +41 62 823 33 33  
aarau@mediqi.ch

##### MediQi Baar

beim Zuger Kantonsspital  
Pflegezentrum Baar  
Landhausstrasse 17, 6340 Baar  
Telefon +41 41 781 55 00  
baar@mediqi.ch

##### MediQi Baden

«Zum Schiff»  
Bäderstrasse 18, 5400 Baden  
Telefon +41 56 222 30 60  
baden@mediqi.ch

##### MediQi Bad Ragaz

Im Medizinischen Zentrum  
7310 Bad Ragaz  
Telefon +41 81 300 46 60  
badragaz@mediqi.ch

##### MediQi Chur

Quaderstrasse 7, 7000 Chur  
Telefon +41 81 250 10 60  
chur@mediqi.ch

##### MediQi Uster

beim Spital Uster  
Wagerenstrasse 1, 8610 Uster  
Telefon +41 43 466 96 60  
uster@mediqi.ch

##### MediQi Zug

Grafenastrasse 15, 6300 Zug  
Telefon +41 41 710 88 88  
zug@mediqi.ch

##### MediQi Zürich

Dufourstrasse 35  
8008 Zürich  
Telefon +41 43 499 10 20  
zuerich@mediqi.ch

#### Impressum

Herausgeber: MediQi AG  
Güggelistrasse 6 · 7000 Chur  
Telefon +41 81 257 11 77  
www.mediqi.ch · info@mediqi.ch

Fragen? Wir nehmen uns gerne  
Zeit für Sie, Tel. 0800 80 33 66.



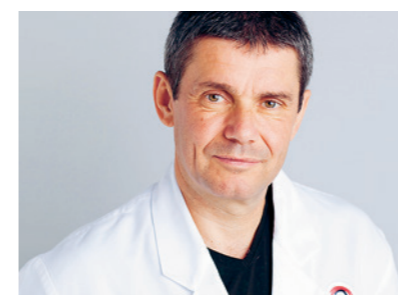
# MediQi Chinesische Medizin

#### Information zum Thema Allergie

Nr. 12



Liu Aihua, Professorin für TCM –  
Allergische Erkrankungen Seite 3



Dr. med. René Ochsenbein  
Allergie: TCM-Behandlungen  
Seite 4



Dr. med. Mark Däppen  
Heuschnupfen und Asthma  
Seite 4

Theorie über Yin und Yang Seite 2

Die fünf TCM-Methoden Seite 5

Akupunktur nur für Spezialisten  
Seite 6

Qi gleich Leben Seite 8



## MediQi hilft bei Allergien

In der Schweiz sind ca. zwei Millionen Menschen in irgendeiner Form von Allergien betroffen. Häufige Allergien sind Heuschnupfen, allergisches Asthma, Ekzem und Neurodermitis, Nahrungsmittelallergien, Insektenallergie oder Hausstaubmilben- und Tierhaarallergie. Die MediQi-Fachärzte für TCM können mit ihrem Behandlungskonzept zur Besserung der allergischen Veranlagung und zur Stärkung der Abwehr gegen Allergene beitragen.

Lassen sie sich von unseren Fachärztinnen und Fachärzten für TCM beraten.

## Konsultations-Gutschein

Anmeldung erforderlich.  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

www.mediqi.ch



Bei diesen gesundheitlichen Problemen erzielt die Traditionelle Chinesische Medizin gute Behandlungserfolge:

#### Schmerzen

- Kopfschmerzen/Migräne
- Gelenkschmerzen
- Rückenschmerzen, Diskushernie
- Arthrose
- Rheuma

#### Allergien/Immunsystem

- Heuschnupfen
- Asthma
- Ekzeme
- Neurodermitis
- Häufige Erkältungen
- Chronische Sinusitis
- Morbus Crohn, Colitis ulcerosa (entzündliche Magen-Darm-Erkrankungen)

#### Funktionelle Magen-Darm-Störungen

- Blähungen
- Durchfall/Verstopfung
- Reizdarm/Reizmagen
- Sodbrennen
- Übelkeit und Erbrechen

#### Beschwerden der Harnwege

- Anfälligkeit auf Blasenentzündungen
- Blasenkrämpfe

#### Frauenbeschwerden

- Zyklusstörungen
- Menopause
- Postmenopause

#### Psychisch/Psychosomatisch

- Angst-/Panikstörungen
- Burn-out
- Schlafstörungen
- Leichte Depressionen

#### Diverse

- Raucherentwöhnung
- Müdigkeit
- Erschöpfungszustände
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Energielosigkeit
- Gestörtes Allgemeinbefinden
- Unterstützung bei Kinderwunsch (kein organisches Leiden)
- Unterstützung bei der Geburtsvorbereitung

#### Kinder-Erkrankungen

- Bettnässen
- Bauchkoliken
- Verstopfung
- Hyperaktivität
- Neurodermitis, Ekzeme

Weitere Indikationen und eine persönliche Beratung unter Telefon 0800 80 33 66 oder [mediqi.ch](http://mediqi.ch).

## TCM-Erkenntnisse: allergische Erkrankungen

Prof. Liu Aihua, Fachärztin für TCM und Chefärztin der TCM bei MediQi

Die Anzahl Menschen der Schweizer Bevölkerung, welche an Allergien leidet, bestätigt, dass uns diese Erscheinung auch in Zukunft noch beschäftigen wird. Wie auch in den Berichten von Dr.med. René Ochsenbein und Dr.med. Mark Däppen erwähnt, können für eine allergische Reaktion mehrere Einflüsse verantwortlich sein.

#### Ursachen aus TCM-Sicht

Aus Sicht der TCM finden sich die Ursachen und Erklärungen für allergische Erkrankungen ausschliesslich im Angriff durch äussere krankmachende Faktoren (Pathogene) und innere Verletzung.

#### Angriff durch äussere Pathogene:

Der Mensch steht in enger Verbindung mit der Natur und dem gesellschaftlichen Umfeld. Ein abrupter Wechsel in der Natur, zu hohe Belastung des Körpers durch negative Einflüsse, Stress bei der Arbeit und im Alltag, übermässiger Druck und Sorgen können allergische Beschwerden an verschiedenen Körperteilen verursachen.

#### Die innere Verletzung wird wie folgt unterschieden:

**Qi-Mangel** (einschliesslich Yang-Mangel): Im Lungen-, Milz- und Nierenfunktionsbereich ist die Abwehr gegen Allergene geschwächt. Nach der TCM-Auffassung haben Pathogene dort ein leichtes Spiel, wo das Qi geschwächt ist.

**Lungen-Qi-Mangel:** Die Körperoberfläche kann vor äusseren negativen Einflüssen nicht mehr geschützt werden. Davon betroffen sind die Öffnungen am Kopf (Nase, Augen, Mund und Ohren) und die Riefen und das Zwischengewebe zwischen der Haut, den Muskeln und den Hohl- und Speicherorganen.

**Milz-Qi-Mangel:** Das klare Yang kann nicht aufsteigen und das trübe Ying nicht absinken, was zur inneren Anhäufung der Schadstoffe führt.

**Nieren-Qi-Mangel:** Die Niere kann ihrer wärmenden und somit auch dämpfenden Funktion nicht nachkommen, was zur inneren Ansammlung von Kälte und Feuchtigkeit führt.

Die Praxis hat gezeigt, dass die TCM-Behandlung zur Besserung der allergischen Veranlagung und zur Stärkung der Abwehr gegen Allergene beitragen kann. Bei der Therapie wird einerseits das positive Qi (die Abwehr) gestärkt und andererseits werden die krankmachenden Faktoren eliminiert. Dafür werden geeignete Behandlungsmethoden ausgewählt, wie Akupunktur, Tui-Na-Massage und chinesische Arzneimittel. Sowohl als Prävention für allergische Beschwerden als auch für deren Behandlung kann die TCM-Therapie einbezogen werden.

#### TCM-Tipps

1. Achten Sie auf einen regelmässigen Schlaf-Wach-Rhythmus. Regelmässige Essenszeiten sollten ebenfalls eingehalten werden. Meiden Sie jedes Übermass an Fett, an Meeressrüchten und an Rindfleisch.
2. Verzichten Sie während einer akuten Phase auf den Beischlaf.
3. Treiben Sie angemessen Sport.
4. Machen Sie selber Akupressur an den Akupunkturpunkten wie Feng-Chi, Qu-Chi, Qi-Hai, Zu-San-Li und San-Yin-Jiao. Auf diese Punkte wird in den Behandlungssitzungen näher eingegangen.



## Allergien: MediQi bietet sinnvolle Behandlungsmethoden

Dr. med. René Ochsenbein ist schulmedizinischer Chefarzt bei den MediQi-Zentren für TCM und Rheumatologie mit eigener Praxis.

In der Schweiz sind ca. zwei Millionen Menschen in irgendeiner Form von Allergien betroffen. Man nimmt an, dass die rasche Zunahme der Häufigkeit über die letzten Jahrzehnte mit der Änderung unseres Lebensstils und neuen, schädlichen Umwelteinflüssen im Zusammenhang steht. Häufige Allergien sind Heuschnupfen, allergisches Asthma, Ekzem und Neurodermitis, Nahrungsmittelallergien, Insektenallergie oder Hausstaubmilben- und Tierhaarallergie. MediQi bietet Allergie-Patienten eine sinnvolle Behandlungsmethode.

Gemäss schulmedizinischem Wissen reagiert bei einer Allergie das Immunsystem überschiessend auf normale harmlose Umweltstoffe wie zum Beispiel Pollen, Tierhaare, Nahrungsmittel oder Medikamente. Die Symptome einer allergischen Reaktion sind abhängig vom auslösenden Stoff (Allergen) und der Art, wie sie mit dem Körper in Kontakt kommen (Atemwege, Haut, Magen-Darm-Trakt).

#### Schulmedizinische Behandlung mit Medikamenten

Die schulmedizinische Behandlung wird in der Regel mit antiallergischen Medikamenten durchgeführt. Dazu gehören antihistaminisch wirkende Salben, Nasentropfen und Tabletten sowie cortisonhaltige Nasensprays und Inhalationsmittel oder auch Cortisontabletten oder -spritzen.

Die Medikamente wirken meist gut, sind jedoch häufig auch mit einigen Nebenwirkungen verbunden.

#### Andere Ursachen in der TCM

Die MediQi-Fachärzte für TCM untersuchen den Allergie-Patienten nicht nach Kriterien der biologisch orientierten Schulmedizin, sondern nach funktionellen Kriterien der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Für die MediQi-Fachärzte für TCM sind Allergien darum nicht einfach abnorme Entzündungsreaktionen. Vielmehr sind sie die Folge eines Ungleichgewichts zwischen krankmachenden Faktoren und den Abwehrkräften des

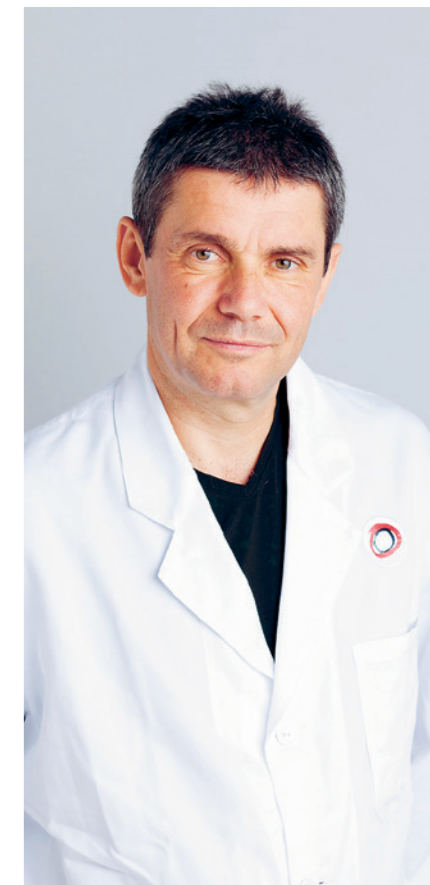
Körpers (Abwehr-Qi). Das Eindringen dieser Faktoren führt zu einer Störung der Energieflüsse in den Meridianen und Organen (siehe Bericht A. Liu, Professorin für TCM).

#### Alternative Behandlung mit TCM

Ziel der Behandlung von Allergien mit TCM ist es, den geschwächten Fluss der Körperenergie Qi wieder zu stärken und zu regulieren. Behandelt werden Allergien in der Traditionellen Chinesischen Medizin meistens mit einer Kombination von Akupunktur, Tui-Na-Massage Ohrakupunktur und chinesischen Arzneimittel. In der Regel sind 10 bis 15 Behandlungssitzungen über einen Zeitraum von ca. 6 Wochen notwendig.

#### Hoher Behandlungserfolg

Nach Abschluss der Therapie geben knapp 73% der wegen Allergien behandelten MediQi-Patienten an, mit dem Resultat der Behandlung sehr zufrieden zu sein. 19% von ihnen bezeichneten sich gar als beschwerdefrei – und das ohne zusätzliche Medikamente (Auswertung Patientenzufriedenheitsmessung 2014/2015).



#### MediQi – das übernimmt die Krankenkasse

Unsere Fachärzte und Therapeuten für TCM sind EMR-, ASCA- und NVS- anerkannt. Das heisst, ihre Leistungen werden mit einer Zusatzversicherung für Komplementärmedizin üblicherweise von den Krankenkassen anteilmässig übernommen. Dasselbe gilt für die verordneten chinesischen Arzneimittel. Die schulmedizinischen Leistungen werden gemäss den kantonale gültigen Tarifen TARMED abgerechnet und von den Krankenkassen gemäss Grundversicherung zurückerstattet.

## Ihr MediQi-Konsultations-Gutschein

In der Konsultation von MediQi wird aufgrund einer Puls-Zungen-Diagnose und eines persönlichen Gesprächs mit der Fachärztin oder dem Facharzt für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) abgeklärt, ob eine Therapie mit TCM sinnvoll ist.

**Termin-Vereinbarung unter 0800 80 33 66**