

## Tuina – viel mehr als eine Faszientechnik!

Wenngleich man es im alten China mit Sicherheit nicht so betitelt hätte – Faszientherapie ist seit jeher integraler Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin.

Neben der Akupunktur, Moxibustion, Schröpfen, Qigong und anderen Bewegungstherapien (Daoyin, Taiji), Kräuter- und Ernährungsmedizin, bietet insbesondere die TUINA (von TUI = Schieben, NA = Greifen), die manuelle Therapie der TCM, eine sehr direkte und effektive Möglichkeit, unter anderem die Faszien positiv zu beeinflussen.

Unsere Faszien – mittlerweile als eigenes „Organ“ anerkannt – verbinden alles mit allem. Sehnen, Bänder oder auch das Periost werden zu den Faszien gezählt. Unsere Nerven, Gefäße, Organe, Muskeln – alles ist von Faszien umhüllt und durchzogen, von vorn nach hinten, von innen nach außen und andersherum. Unzählige Fähigkeiten dieses Bindegewebes wurden in jüngster Vergangenheit von Forschern und Medizinern erkannt – die auch für die Ausübenden der traditionellen chinesischen Medizin das eine oder andere „Aha- Erlebnis“ parat halten sollten.

Ähneln da nicht so manche „Faszienzüge“ der Vorstellung der Meridiane? Und selbst beim Pferd fand man millimetergenaue Übereinstimmungen von Akupunkturpunkten mit Innervierungen in den unterschiedlichen Faszien-schichten! Und hat man es einmal mit eigenen Augen gesehen, ist es nicht mehr weiter verwunderlich, dass man über Punkte an den Beinen die Lunge beeinflussen kann oder es einen „Fernpunkt“ für das Genick gibt.

Hier ergänzen sich modernes westliches und altes östliches Wissen wunderbar und helfen besser zu verstehen, warum man bei so vielen unterschiedlichen Erkrankungen sehr gute Behandlungsergebnisse erzielen kann. Denn auch wenn man es vielleicht nicht gleich vermuten würde: Kopfschmerzen, Bauchschmerzen oder Nervosität lassen sich mit der chinesischen Heilmassage genauso effektiv behandeln wie allerlei Zipperlein und Störungen des Bewegungsapparats!

Mit Akupressur und zahlreichen verschiedenen Grifftechniken (von Friktionsgriffen über Schiebegriffe bis hin zu verschiedenen passiven Dehnungen) werden die Gewebe und Meridiane wieder in Harmonie zueinander gebracht, Muskeln und Faszien gelöst, die Durchblutung und Beweglichkeit deutlich verbessert, Yin und Yang ausgeglichen und „Qi“ kann wieder frei fließen.

Nach einer klassischen Anamnese (Puls, Zunge, Einordnung nach 5 Wandlungsphasen und nach den Leitkriterien, ...) stellt man, ähnlich wie bei einer Kräuterrezeptur oder einer Akupunkturbehandlung, die einzelnen Bausteine zusammenstellen, die zur Differentialdiagnose passen.

Dies ist auch die Besonderheit der Tuina im Vergleich zu den meisten anderen manuellen Techniken: Sie ist *wirklich ganzheitlich*, da sie sich nicht willkürlich auf das augenscheinlich vorherrschende Symptom stürzt, sondern versucht die Zusammenhänge und die Wurzel der Probleme zu erkennen und zu regulieren. So kann diese Behandlungsmöglichkeit all jenen

dienlich sein, die gerne vielen Erkrankungen auf eine möglichst ganzheitliche Weise begegnen möchten.

Und auch all denen, die sich der chinesischen Medizin in alle ihren Facetten widmen möchten, um aus einem sehr ausgereiften und über lange Zeit erprobten Repertoire an vielfältigen und ineinandergreifenden Möglichkeiten schöpfen zu können.

Zwar ist Tuina nicht die „eierlegende Wollmilchsau“ der traditionellen chinesischen Medizin, jedoch führt sie bei uns hier im Westen momentan zu Unrecht ein Schattendasein. Als eine der 5 Säulen dieses ganzheitlichen Medizinsystems und unter Berücksichtigung der Möglichkeiten zur direkten Beeinflussung der Faszien, die diese manuelle Technik bietet, sollte man eigentlich neugierig werden!

Und wir haben es hier immerhin mit ein paar tausend Jahren klinischen Erfahrungswerten zu tun ;-)

Artikel von Sarah Schaffner am 14.06.2018