

# GAMMEL LÆGEKUNST RUSTER IKKE

## TRADITIONEL KINESISK MEDICIN OG AKUPUNKTUR

En række klinikker, der behandler patienterne med „Traditionel Kinesisk Medicin“ og akupunktur, er dukket op i Danmark i de senere år. Mange af klinikkerne drives af herboende kinesere. Kinabladet har besøgt en af disse klinikker, som har akupunktur og traditionel kinesisk medicin på programmet.

Af Henrik Strube

En berømt scene fra den klassiske kinesiske roman „Beretningen om De Tre Kongeriger“. Hua Tuo – den af Kinas første læger – undersøger general Guan Yu, der er blevet ramt af en forgiftet pil i armen. Hua Tuo opererer derefter generalen uden bedøvelse, hvor han skærer direkte ind til benet for at fjerne det betændte kød.



Klinikken hedder „Hua Tuo Center“ og drives af ægteparret Qunyi Hong og Jingyao Wang. Da jeg kommer ind på klinikken i Hørsholm i Nordsjælland – der er også en afdeling i Vanløse ved København – bliver jeg beværtet med en kop kinesisk te. Det bliver indledningen til et par timers snak om, hvorfor ægteparret kom til Danmark, hvordan de har fået opbygget deres klinikker, og hvad deres brug af kinesisk lægekunst byder på.

Samtalen foregår under billederne af Kinas to store personligheder inden for kinesisk lægekunst. Den ene er den legendariske „Den Gule Kejser“ (Huang Di – 2698-2589 f.v.t.), der tilskrives verdens ældste klassiske værk om medicin, „Den Gule Kejsers Klassiker Om Indre Medicin“. I lærebogen er der en nøje lokalisering af akupunkturpunkter. På videnskabeligt grundlag kan man nu vise, at de svarer til Den Gule Kejsers beskrivelse. Dette værk refereres der stadig til i medicinske grundbøger og i uddannelsen inden for traditionel kinesisk medicin.

Den anden er lægen Hua Tuo (ca. 110-207), som er en af de første læger, der er omtalt i den kinesiske historie.

Hua Tuo var en berømt kirurg, der som den første læge i historien under en operation brugte bedøvende midler, der bestod af narkotisk urteafkog. Hua Tuo var ikke blot en dygtig kirurg, men også meget optaget af krigskunsten og urtemedicinen. Han udviklede en række terapeutiske kungfu-øvelser, der kaldes wuqinxi (fem dyreøvelser) og er baseret på de rytmiske bevægelser hos hjorten, bjørnen, tigreren, aben og tranen. Disse bevægelser ordinerede han som middel til at stimulere kredsløbet og åndedrættet, lette forstoppelse og smidiggøre leddene. Disse øvelser påvirker og styrker også de indre organer. Hua Tuo er legendarisk inden for kinesisk lægekunst, så ægteparret har opkaldt deres klinik efter ham.

Kom til Danmark som træner  
Om årsagen til, at de valgte at komme til Danmark, fortæller Jingyao Wang, at han i 1988 fik en invitation

fra Dansk Gymnastik Forbund til at komme til Danmark for at træne det danske gymnastiklandshold. Baggrunden for invitationen var, at Jingyao Wang, der havde taget afgangseksamen fra Beijing Athletic College, havde en over fyrre år lang karriere som idrætsmand, og at han siden 70'erne havde trænet idrætsfolk og behandlet idrætsskader. Det var denne færdighed i at kombinere undervisning og behandling, Dansk Gymnastik Forbund kunne bruge.

I 1997 åbnede Jingyao Wang sin egen klinik i København for idrætsskader. Ud over at behandle sports- og arbejdsskader har Jingyao Wang specialiseret sig i postoperative følger tilstande, der med forskellige øvelser er en vejledning i, hvordan man genfinder sin energi og genopbygger sit helbred efter en operation.

### Mennesket en helhed

Qunyi Hong, der er uddannet læge i Kina, fortæller, at Traditionel Kinesisk Medicin (med den engelske forkortelse TCM) er en helbredsproces, der fremmer og stimulerer vores system, således at vi kan blive raske, når vi er syge, og sundere, end vi var før.

Traditionel Kinesisk Medicin er, forklarer Qunyi Hong, også læren om de indre organfunktioner, om meridianerne og om akupunkturpunkterne. Inden for Traditionel Kinesisk Medicin betragtes mennesket som en helhed, der bør være i balance, fysisk og psykisk samt i forhold til sine omgivelser. Forskubbes denne balance af en eller flere grunde opstår ubalance, der kan resultere i sygdom.

Qunyi Hong fortæller, at hun i starten hjalp sin mand på klinikken med massage, da hendes danskundskaber ikke var gode nok til, at hun kunne arbejde som akupunktør. Da hun gerne ville bruge sin kinesiske uddannelse og sine erfaringer inden for TCM, begyndte hun sammen med sin mand på et intensivt danskursus, og i 1999 kunne hun så åbne sin egen praksis, Hua Tuo Center.

Qunyi Hong fortæller om sin uddannelse, at hun tog afgangseksamen

hedder på kinesisk, bygger på teorien om, at kroppen har en række akupunkturpunkter, som kan påvirkes ved en særlig behandling. De fleste punkter ligger på meridianerne, der løber på langs i kroppen og er forbundet med hinanden i et indre kredsløb, der igen har forgreninger til

muskler og indre organer. Ved sygdom er livsenergien *qi* blokeret eller i uligevægt, og der opstår en ubalance mellem organerne. I den klassiske akupunktur bruges behandlingen med nåle til at ophæve blokeringer og til at afbalancere energien i meridianerne. Behandlingen består i, at

der stikkes nåle i de akupunkturpunkter, som kan genoprette kroppens energibalance. I alt findes der ca. 1000 punkter langs med de 12-14 meridianer. Nålene er meget tynde, og eventuel smerte er minimal. I alt benyttes 4-15 nåle, som alt efter indstikssted føres 1/2-2 cm. ind. Nålene skal sidde i 20-25 minutter. I nogle tilfælde stimulerer man nålen svagt, fx ved at dreje den i punktet.

*Hovedbundsakupunktur* er en speciel metode, hvor nålene sættes i bestemte områder af hovedbunden. Disse områder er via meridianerne forbundet med kroppens organer. Metoden er med til at styrke immunforsvaret og påvirker nervesystemet. Den kan også anvendes ved lænd- og bensmerter og andre nervesmerter.

*Øreakupunktur* er en variation af akupunkturen, hvor nålene placeres i punkter af det ydre øre. Det ydre øre gengiver et billede af kroppen, idet hvert organ og hvert kropsområde har sin specielle zone i øret. Ørepunkterne har en direkte forbindelse til lillehjernen, som formidler informationer mellem kropsdelen og øret. I følge denne form for akupunktur findes der over 200 punkter på øret. Belastede områder i kroppen vil vise sig som ømme områder på de tilhørende zoner på øret. De behandles med nåle, der således får effekt på sygdomstilstande i denne del.

*Akupressur* eller akutryk er en variant af akupunktur, hvor man via tryk-massage af akupunkterne opnår den samme effekt. Sædvanligvis bruges fingre, knoer og tommer til at trykke mellem 3-10 sekunder på de samme punkter, som bruges i akupunktur. Hensigten er at afbalancere kroppens naturlige energigennemstrømning og dermed forstærke kroppens naturlige livskræfter. Det, der sker, er, at man løsner op for blokeringer i meridianerne, således at energiophobning et sted i kroppen og energiunderskud et andet kan udlignes.

*Øreakupressur* er en metode, hvor man anvender akupressur på øret. Ved denne metode anvendes små kugler, som er fremstillet af kinesiske urter, på bestemte akupunkter

Ægteparret Qunyi Hong (tv) og Jingyao Wang fortalte under billederne af deres store idoler, Den Gule Kejser (tv) og Hua Tuo, om deres virke i Danmark og om den kinesiske lægekunst. (Foto: Henrik Strube).



i Traditionel Kinesisk Medicin fra Harbin Medical School for Staff and Workers i det nordlige Kina efter fire års medicinstudium. Hun har arbejdet med flere kendte TCM-læger ved seks af de største hospitaler i Beijing og Harbin. Herved fik hun godt ti års erfaringer med klinisk akupunkturbehandling.

## Supplement til lægebehandling

Traditionel Kinesisk Medicin, der også omfatter akupunktur, har sine rødder årtusinder tilbage og bliver i dag stadig praktiseret i hele Kina. Hele TCM-behandlingen spiller en stor rolle i det kinesiske sundhedssystem, fortæller Qunyi Hong. Akupunktoren har skabt større opmærksomhed her i Vesten, og i Danmark er akupunktur genstand for en stigende interesse, der for blot en kort årrække tilbage forekom utænkelig.

„Hvis vi går en snes år tilbage, hvor akupunktur begyndte at vinde indpas her i landet, mente mange danske læger, at de af deres kolleger, der brugte akupunktur som behandling, burde ekskluderes fra lægeforeningen. Men akupunktur-behandlingen blev mere og mere udbredt og var åbenbart kommet for at blive. Akupunktur blev for alvor taget i brug efter en landsretsdom i 1987, der stadfæstede, at personer uden lægeuddannelse kan praktisere akupunktur, når der foreligger en supervisionsaftale (dvs. at en læge står bag behandlingen)“, siger Qunyi Hong.

Hun er medlem af Praktiserende Akupunktører, den største danske sammenslutning af akupunktører.

Ud over at behandle almindelige sygdomme er Qunyi Hong også ekspert i behandling af flere kroniske sygdomme.

TCM er gennem akupunkturbehandling nu blevet så udbredt, at man i lægekredse ikke længere betragter den som alternativ til det gængse sundhedssystem, men som et supplement. TCM er en helhedsbehandling, hvor man går efter årsagen og ikke selve sygdommen.

Qunyi Hong fortæller, at hun får flere henvisninger af patienter fra læ-

ger, bl.a. fra Rigshospitalet. Og, understreger hun, „det er meget vigtigt, at patienterne fortæller, hvis de er i behandling hos deres egen læge, og hvad de får af medicin, da der ellers kan opstå modsat virkning med TCM“. Qunyi Hong henviser også patienter til læger, hvor enten TCM ikke kan behandle sygdommen, eller TCM skal bruges som et supplement til en lægebehandling.

## Qi – menneskets livsenergi

Ægteparret forklarer, at akupunktur kun er en gren af TCM, som er et årtusindgammelt diagnose- og behandlingssystem, hvor man har mere end 4000 år gamle lægevidenskabelige kilder. TCM bygger på „qi“, et begreb man anvender i kinesisk medicin, og som ikke direkte kan oversættes til dansk, men det kan måske forenklet kaldes „livsenergi“. Den består af positive *yin*- og *yang*-energier, der skal være i balance.

Uden qi ville vi ikke være levende. For at et menneske kan have et godt helbred, skal qi kunne flyde frit og uhindret gennem kroppen. Hvis det ikke gør det, vil ubalancer og dermed sygdom opstå. Qi flyder i baner, som kaldes meridianer. Disse meridianer forbinder de forskellige dele af kroppen og løber, både på den ydre og den indvendige side af kroppen, ind til de forskellige organer. Sygdom ligesåledes i en blokeret eller en svag qi, og er vores qi svag, svækkes immunforsvaret automatisk, de indre organer mangler styrke i deres mangfoldige funktioner.

Det er på meridianerne, at man finder de akupunkter (blokeret qi), som man vil stimulere med akupunktur, akupressur, urter og diæter samt kropsovelser og massage. En person er sund og rask, når qi er i balance og flyder jævnt, og der er tilstrækkeligt af den.

## Diagnosen

Ægteparret fortæller, at når de skal stille en diagnose, laver de først en grundig undersøgelse, hvor de benytter sig af de fire grundlæggende diagnostiske metoder: Sygehistorien, iagttagelse, lytning og palpation (fø-

ling).

*Sygehistorien* er en omfattende og detaljeret samtale mellem behandleren og patienten. I samtalen udspørges der om sygdommens dominerende symptomer samt de faktorer, fx vedrørende livsstil, der kan have bidraget til sygdommens udvikling.

*lagttagelsen* er en traditionel kinesisk metode, som skal klarlægge den dybere årsdag til helbredsproblemerne og omfatter observation af kropsholdning, ansigtsfarve, stemme og udseendet af slimhinderne. *lagttagelsen* omfatter også hudens farve og konsistens samt puls-, tunge- og øre-diagnose. Pulsens rolle er også meget væsentlig: inden for TCM er der beskrevet mere end 20 pulskvaliteter. Man interesserer sig ikke alene for, om pulsen er langsom, hurtig eller uregelmæssig, men også for, om den føles overfladisk, dyb, glat eller spændt. Tungens rolle er en væsentlig del af TCM – det siges, at de indre organer afspejler sig på tungen. Og man behøver ikke se mange tunger, førend man finder ud af, hvor forskelligartet en tunge kan se ud. Ved at undersøge øret kan der stilles en diagnose, idet sygdomme og ubalancer i kroppen kan vise sig i forskellige punkter i ørerne.

*Lytning* går ud på at lytte til patientens åndedræt.

*Palpation* drejer sig om at føle (med hænder og fingre). Patienten undersøges for såkaldte palpationsømme punkter i nakke, skulder, arm og håndled.

Ved at sammenholde oplysningerne fra disse fire undersøgelser kan behandleren danne sig et nøjagtigt billede af sygdommen, om det er slim-, vædske-, føde-, varme- og kulde-blokeringer, og dermed nå frem til en behandling af ubalancen med en eller flere af TCM-behandlingerne.

## Flere slags behandlinger

Ægteparret fortæller, at deres behandlingsmetoder omfatter akupunktur, hovedbundsakupunktur, øreakupunktur, moxa-behandling, akupressur, sugekopper samt hovedmassage, massage og urtemedicin.

*Akupunktur* eller *Zhen-Jiu*, som det

på øret. Øreakupressur kan ofte med fordel anvendes sammen med klassisk akupunktur og moxabehandling.

*Moxabehandling* (varmebehandling af akupunkterne) udføres med en moxarulle. Moxa er en blanding af tørrede lægeurter, specielt artemisia vulgaris, som er i slægt med vores gråbynke. Moxa-blandingerne er ældgamle recepter fra Kina. Moxa-behandling foregår ved, at man antænder en moxarulle eller en lille top af løs moxa, der holdes i en bestemt afstand fra huden ud for det punkt, der skal behandles. Der sker ingen skade på huden, men patienten oplever en behagelig varme. Ved afbrændingen giver moxarullen en meget kraftig og gennemtrængende varme. Denne varme kan udnyttes terapeutisk til at stimulere akupunkturpunkter, muskler og led. Moxa skal næsten altid bruges, hvis der er under-skud af yang-energi. Den er også god til at drive kulde og fugt ud af kroppen. Denne behandling anvendes også tit, når der er et problem med muskler og led, fx en musearm, hold i nakken, forstuvninger osv.

*Sugekopper* er også en traditionel metode. Der benyttes en speciel sugekop, hvori der skabes et undertryk, så koppen suges fast til kroppen. Dette undertryk skaber en forøget cirkulation af blod og qi i det lokale område. På den måde kan det opløse lokale stagnationer og blokeringer og dermed forbedre blodcirkulationen samt regulere yin- og yang-balancen. Sugekoppen afhjælper på samme måde som moxa-behandlingen.

*Kinesisk Massage* er en kombination af massage og akupressur. Gennem strøg og tryk på kroppens meridianer og akupunkturpunkter medfører denne massage et fysisk og psykisk velvære. Behandlingen virker på flere måder. Den forbedrer den anatomiske tilstand, forbedrer blodcirkulationen ved at udvide årerne, fremme genopbygning af karsystemet, genoprette karvæggenes elasticitet og reducere blodviskositeten (et måltal for, hvor tyktflydende blodet er), og forbedrer de indre organers funktioner.

Der er ingen medicinske bivirk-

ninger ved denne behandling, forsikrer ægteparret og tilføjer, at den virker særdeles godt, især ved kombinationen med akupunktur og moxabehandling.

*Urtebehandlingen.* Gennem årtusinder har kinesiske læger studeret og afprøvet en mængde forskellige urters påvirkning af kroppen. Man har udviklet særlige recepter på urteblandinger, der helbreder forskellige sygdomme. Urtebehandlingen er en vigtig del af TCM-behandlingen. Den kinesiske urtemedicins fundamentale virkning er at trænge ind i kroppens energier for på den måde, via meridianerne, at nå hvert enkelt organ. Kinas farmakopé (registrerede lægeurter) rummer tusinder af planter og mineraler. Mange af disse har i de senere år gennemgået nøje videnskabelig forskning, således at deres terapeutiske virkning er videnskabeligt dokumenteret, understreger ægteparret.

Når der er brug for urtemedicin, tages der som regel udgangspunkt i en af de utallige gennemprøvede grundrecepter, som enten bruges uændret eller afpasses efter i forhold til den enkelte patients behov. Kinesiske urtelæger følger stadig de gamle råd, hvor urterne beskrives i forhold til varme og kulde – varme sygdomme må afkøles, mens kolde må varmes.

### Kinesisk urtete

„Kunne du tænke dig en tedrik, der udover smagen også gavner dit helbred?“ spurgte ægteparret mig, da den tepotte, vi havde forsynet os fra under samtalen, var blevet tømt. Således kom vi med teen tilbage til udgangspunktet for samtalen, der har ført os igennem den kinesiske lægekunst.

Ægteparret fortæller, at de selv importerer forskellige typer af urtete fra flere områder i Kina, samt de helt traditionelle kinateer, nemlig grøn te, oolong te m.m.

Med disse ord blev jeg belæst med forskellige slags te og urtete. Dermed var jeg beredt til at imødegå adskillige lidelser, for teen vil kunne regulere organernes funktion, forbedre stofskiftet, bringe kroppen i balan-

ce og genoprette livskraften. Desuden er urtete virksom mod for højt eller lavt blodtryk, for højt kolesteroltal, betændelse, feber, afføringsproblemer, blodsukker, nedsat immunforsvar, fysisk svaghed, overvægt samt endnu flere lidelser.

Det er måske ikke uden grund, at Huo Tuo blev 107 år gammel.

