

## Das Potenzial der TEM als integrative Medizin

Die konventionelle Medizin hat sich in den letzten hundert Jahren zu einer hochspezialisierten und hocheffektiven Struktur von verschiedensten Methoden, pharmakologisch und interventionell, entwickelt. Sie hat sich dabei immer mehr auf die nahen Ursachen der Krankheiten, also die unmittelbare Pathogenese, spezialisiert, und war darin sehr erfolgreich.

Bei Gefäßverengungen am Herzen installieren wir am Herzen einen Stent, bei Diabetes geben wir Blutzucker senkende Medikamente, bei Karzinomen operieren wir den Tumor und zerstören die Reste mit Chemotherapie, bei Depressionen und Angststörungen verabreichen wir Antidepressiva und Tranquilizer.

Die fernen Ursachen von Krankheiten traten dadurch immer mehr in den Hintergrund. Auch bleibt in vielen Fällen die Krankheitsursache bestehen, sie wird nur medikamentös in Schach gehalten. Die hohe Spezialisierung der modernen Medizin auf höchstem Niveau hat allerdings auch ihren Preis. Hochrangige Medizinethiker meinen, diese Form der Medizin kann keine Heilkunst für die Welt darstellen. Sie ist erstens nicht leistbar für alle und zweitens kommt es nur selten zu einer insgesamt gesünderen Bevölkerung.

Nun ist aber die Traditionelle Europäische Medizin, genau auf die fernen Ursachen von Krankheiten spezialisiert. Hier ist das systemische, bzw. das Kontext-Denken im Vordergrund. In der TEM gibt es vier Ebenen, die nicht nur eine systemische Sicht dokumentieren, sondern auch die multifaktorielle Entstehung von Krankheiten voranstellt.

- a) Symptomatische Therapie mit Heilpflanzen
- b) Stärkung der Konstitution
- c) Therapie der Angst, die eine der Hauptfaktoren bei schweren Erkrankungen darstellt
- d) Transzendenz als übergeordnete Wirksamkeit für langfristige Rehabilitation

### Ad a.) Symptomatische Therapie mit Heilpflanzen

Um schnelle Besserung von Symptomen zu erreichen, werden in der konventionellen Medizin in erster Linie Pharmaka als Einzelsubstanzen gegeben. Das hat Vorteile, bringt aber auch eine Reihe von Nebenwirkungen. Es erhöht den Anteil an chemischer Belastung im Körper.

Wir sind ohnehin im Alltag vielen Chemikalien ausgeliefert, man spricht von einem täglichen Konsum von mehreren tausend Schadstoffen. Unserer Meinung nach wäre es klug, die Phytotherapie als rein symptomatische Therapie wieder mehr ins therapeutische Spiel zu bringen.

Mit profundem Wissen darüber wird es uns gelingen, viele Medikamente einzusparen. Die Medizin wird dadurch nicht nur billiger, die Menschen werden insgesamt gesünder.

Wir wissen von vielen Pflanzen, wie sie auch epigenetisch in die Funktionen des Körpers eingreifen. Es kommt zu epigenetischen Reparaturmechanismen. Dies zeigt,

dass solch eine Form der Therapie ein ganzheitlicher Ansatz ist. Gleichzeitig gibt es eine Vielzahl von Pflanzen, die auch in ihrer entgiftenden Form eingesetzt werden können. In diesem Zusammenhang sei an die epigenetischen Veränderungen durch die 1.300 erlaubten Chemikalien alleine als Spritzmitteln auf den Feldern und durch toxische Metalle erinnert.

### Ad b.) Stärkung der Konstitution

Wir haben in der konventionellen Medizin vergessen, dass die alleinige Symptombekämpfung die Menschen noch nicht stärker gegenüber den Umweltbedingungen wie etwa Toxinen, Stress, Klimaschwankungen, Strahlungen, Bakterien und Viren macht.

In der TEM sind wir gewohnt, täglich die Konstitution von Patientinnen und Patienten zu bestimmen und zu kräftigen. Damit ist dies für uns ein wertvolles Tool als Therapie, aber auch als langfristige Maßnahme, um Rezidive zu reduzieren.

Wenn die Patientin und der Patienten in ihrer/seiner Konstitution stärker ist, hat sie/er eine größere Bandbreite im Reaktionsmuster und kippt dadurch nicht so schnell in die Krankheit. Verschiedene Maßnahmen zur Kräftigung der Konstitution sind eines der zentralen Themen in der Ausbildung der TEM.

### Ad. c.) Therapie der Angst, die eine der Hauptfaktoren bei schweren Erkrankungen darstellt

Es gibt eine Vielzahl von Studien, die zeigen, dass eine geschwächte Stressachse mit vegetativem NS, Hypothalamus, Hippocampus, Amygdala und cingulärem Cortex eine der Hauptfaktoren zur Entwicklung von schweren Erkrankungen ist wie Karzinome, Diabetes, Herz-Kreislauferkrankungen, Depressionen, orthopädische Erkrankungen und viele mehr.

Nun haben wir in der TEM traditionell eine ganze Reihe von therapeutischen Eingriffen, die eine direkte Wirkung auf diese Stressachse haben, z. T. emotional, z. T. kognitiv, z. T. akognitiv.

Damit können wir nicht nur direkt angstlösend arbeiten, sondern stärken auch langfristig unsere Patientinnen und Patienten, sodass die Gefahr der Rezidive abnimmt. All das basiert auf vielen wissenschaftlichen Untersuchungen, sie werden in der täglichen Praxis der TEM nachvollzogen.

### Ad d.) Transzendenz als übergeordnete Wirksamkeit für langfristige Rehabilitation

Wie unter anderem Lawrence LeShan nachweisen konnte, ist die Transzendenz, also die Überzeugung, dass ich als Mensch für eine mir übergeordnete Aufgabe geboren bin, zentral in einem Menschenleben. Diese Aufgabe, zu finden und sie zu leben, kann darüber entscheiden, ob wir langfristig gesund bleiben. Sie kann aber auch helfen, uns selbst aus schwersten Krankheiten herauszuziehen.

Wir kennen alle die Untersuchungen zu den Langzeitüberlebenden nach Brustkrebs. Drei Faktoren konnten erkannt werden: Ernährung, Bewegung und soziale Aktivitäten. Doch die sozialen Aktivitäten sind nur eine Form der Transzendenz.

In der TEM werden diese Themen gelehrt. In geschützter Atmosphäre werden die wichtigsten Fragen mit den Patienten geklärt und dann umgesetzt. In Untersuchungen können wir erkennen, dass sich durch Transzendenz nicht nur die Entzündungsparameter verbessern, sondern auch die Stresshormone und die Immunparameter. Langfristig betrachtet kommt es also auch hier zu positiven epigenetischen Veränderungen, die dann an nächste Generationen weitergegeben werden.

Das wären vier wichtige Aspekte, wenn wir von integrativer Medizin sprechen. Diese Methoden aus der TEM können ergänzend, besser noch integriert, bei Patientinnen und Patienten angewendet werden.

In der täglichen Praxis sehen wir, dass nicht nur die Ergebnisse in der Abheilung von Krankheiten besser sind, sondern auch die Langzeitwirkung hin zur Gesundheit gegeben ist.

Damit folgt die TEM genau dem Prinzip der Salutogenese, das in der Medizin derzeit immer wichtiger wird. Die Prinzipien der TEM können überall gut integriert werden, in der täglichen Praxis jeglicher Fachrichtung, im Krankenhaus, in der Rehabilitation und in der Geriatrie.