

Chinesische Medizin bei Infektanfälligkeit im Kindesalter

Rainer Bohlayer

Zusammenfassung

Infekte im Kindesalter sind nichts Außergewöhnliches (🍀 Refresher), ab einer bestimmten Frequenz und Dauer aber durchaus Grund zur Sorge. Welche Dysfunktionsmuster aus Sicht der chinesischen Medizin bestehen können und wie man sie erfolgreich behandelt, lesen Sie hier.

Physiologische Besonderheiten im Kindesalter

Unreife der Zang-Fu-Organen

Vor allem die Funktionen von Milz, Lunge und Leber sind beim Kind bis ins 6. Lebensjahr noch unreif. Die Milzfunktion ist die Grundlage für Wachstum und Gesundheit und die hauptsächliche Quelle des Qi. Deshalb liegt die Wurzel vieler Krankheiten des Kindesalters in einer schwachen Milzfunktion.

Yang-Disposition mit schwachem Yin

Kinder wachsen sehr schnell, sie sind voller Lebenskraft und Aktivität. Deshalb haben Kinder unter 3 Jahren eine reine Yang-Disposition: Yang ist überschießend und Yin noch schwach. Es besteht immer die Gefahr, dass Yang überaktiv wird. Yin und Yang sind noch nicht als ausgeglichenes Ganzes integriert [3].

Aufgrund dieser Konstellation entwickeln Kinder schnell Hitzeerkrankungen mit Fieber oder neigen z.B. zu Fieberkrämpfen. Da der Yang-Aspekt überwiegt, entstehen Symptome schnell und wechseln rasch.

Hitze zehrt das Yin auf, sodass sich die Tendenz zu einem Yin-Mangel mit ernststen Krankheitszuständen verstärkt. Durch den Einsatz von Antibiotika ist dies bei uns seltener geworden.



Langwierige Infekte, Gewichtsabnahme, sich anhaltend schlapp und müde fühlen, sind Warnzeichen für Infektanfälligkeit. © PhotoAlto; nachgestellte Situation.

Geschwächtes Yang

Heute sehen wir weniger Kinder mit ernsthaften Zuständen einer Hitzeerkrankung oder deren Folgen, sondern häufiger mit einem schwachen Yang, besonders nach wiederholten, unkritischen Antibiotikagaben (abkühlende Wirkung) oder bei Fehlernährung mit zu vielen energetisch kalten Nahrungsmitteln, Fastfood etc.

Viele Kinder sind latent krank mit Kältemustern besonders der Milz, z.B. mit Verdauungsproblemen, Infektanfälligkeit und chronischer Verschleimung der Luftwege.

Pathogenetische Grundmuster

Kommt zur Unreife eine Schwächung der Milzfunktion hinzu, ist die Fähigkeit zur Trennung von klaren und trüben Flüssigkeiten eingeschränkt und es stehen weniger reine Säfte zur Qi-Bildung in der Lunge zur Verfügung. Dies führt zu einem allgemeinen Qi- und Abwehr-Qi-Mangel. Äußere pathogene Faktoren wie Wind, Hitze oder Kälte können dann leicht direkt in die Luftwege und den Verdauungstrakt eindringen. Deshalb leiden Kinder häufig an wiederholten Erkrankungen der Atemwege wie Erkältungen, Husten, Allergien oder Asthma. Auch auf ungeeignete Nahrung reagieren Kinder empfindlicher.

Das Abwehrsystem in der chinesischen Medizin

Die Abwehrkraft gegen Infektionen hängt ab von der Stärke des wahren, aufrechten Qi (Zheng-Qi) in der Auseinandersetzung mit den von außen einwirkenden pathogenen Faktoren (Xie-Qi), die auch als schrägläufiges Qi bezeichnet werden. Dabei sind 3 Konstellationen denkbar [4]:

- **Fülle-Muster:** Ein pathogener Faktor trifft auf ein kräftiges aufrechtes Qi.
- **Leere-Muster:** Das aufrechte Qi ist schwach, es ist kein pathogener Faktor anwesend.
- **Fülle-Leere-Muster:** Ein pathogener Faktor trifft auf ein schwaches aufrechtes Qi.

Das eigentliche Abwehr-Qi (Wei-Qi) ist neben dem Nähr-Qi (Ying-Qi) Teil des wahren, aufrechten Qi (Zhen-Qi), das aus dem Nahrungs-Qi (Gu-Qi) und dem Atmungs-Qi (Qing-Qi) gebildet wird. Wei-Qi wird von der Lunge an die Körperoberfläche gebracht, wo es außerhalb der Leitbahnen zirkuliert. Es kontrolliert die Funktion der Poren und schützt so den Körper wie ein Schutzschild vor dem Angriff äußerer pathogener Faktoren. Die außerordentlichen Leitbahnen Du Mai, Ren Mai und Chong Mai, die eng mit der Niere in Zusammenhang stehen, unterstützen die Zirkulation des Wei-Qi. Die Stärke des Wei-Qi ist somit abhängig von der Funktion der Milz, der Lunge und der Niere.

Die Mehrzahl der Krankheiten im Kindesalter betrifft damit Lunge und Milz, wobei die Wurzel der meisten Erkrankungen im Funktionskreis Lunge ebenfalls in der Milz liegt [2].

Störungen im Funktionskreis Milz

Milz-Qi-Leere

Für das Wachstum ist die Aufnahme großer Nahrungsmengen nötig. Deren Transformation beansprucht die Milzfunktion bis an ihre Leistungsgrenze zu einer Zeit, wo sie noch unausgereift ist. Zusätzliche **Belastungen** führen dann rasch zu Störungen der Milzfunktion:

- ungeeignete Ernährung (s. u.),
- überhöhte Lernanforderungen, Schulsorgen, emotionale Anspannung der Eltern,
- Bewegungsmangel,
- Eindringen äußerer pathogener Faktoren wie Kälte und Feuchtigkeit,
- konstitutionelle Nieren-Leere oder der Übergang von stagnierendem Leber-Qi.

Symptome der Milz-Qi-Leere

Die Milz-Qi-Leere ist oft latent, d. h. im gesunden Intervall sind nur bei genauem Hinsehen entsprechende Symptome zu erkennen:

- Blässe (bei gleichzeitiger Nahrungsstagnation keine Blässe)

- phasenweise Kraft- und Lustlosigkeit, schnelle Ermüdbarkeit, Wunsch getragen zu werden
- schlechter Appetit, rezidivierende Nabelbauschmerzen und unregelmäßiger Stuhlgang
- blasse Zunge, seltener als beim Erwachsenen Zahneindrücke
- schwacher Puls

Feuchtigkeit, Schleim und Kälte oder Hitze

Bei einer Milz-Qi-Leere kommt es häufig zu einer Nahrungsstagnation und es sammelt sich Feuchtigkeit im Magen-Darm-Trakt, die zu Schleim eindickt. Wirkt gleichzeitig Kälte als äußerer pathogener Faktor ein (kalte oder energetisch kalte Nahrung, äußere Kälte), verbinden sich Schleim und Kälte zu Schleim-Kälte. Nahrungsstagnation, Feuchtigkeit und Schleim behindern den freien Qi-Fluss. Die Stagnation erzeugt Hitze, die sich mit Schleim zu Schleim-Hitze verbindet.

Störungen im Funktionskreis Lunge

Schleim in der Lunge

Der Schleim aus der Milz lagert sich im Funktionskreis Lunge ab und führt dort zu Störungen. Schleim in der Lunge behindert den freien Fluss des Lungen-Qi und schädigt es auf Dauer. Bei einer Lungen-

Qi-Leere werden Flüssigkeiten ungenügend abwärts geleitet, in der Lunge sammelt sich Feuchtigkeit an und kann sich ebenfalls in Schleim umwandeln.

Symptome bei Schleim in der Lunge und Lungen-Qi-Stagnation

- verstopfte Nase
- Schnupfen
- Husten oder pfeifende Atmung bei Asthma
- rebellierendes Qi führt zu Husten und Niesen
- reichlich weißer Schleim bei Schleim-Kälte
- Entzündungssymptome der Luftwege bei Schleim-Hitze
- Lungen-Yin-Mangel bei länger andauernder Hitze (verbraucht Flüssigkeiten)

Lungen-Qi-Leere und Abwehr-Qi-Mangel

Die bisher beschriebenen Einschränkungen der Milz- und Lungenfunktion verursachen eine mangelhafte Qi- und Blut-Bildung mit der Folge auch einer Lungen-Qi-Leere. Da das Abwehr-Qi bei Kindern generell noch unreif ist, führt eine Lungen-Qi-Leere schnell zu einem Abwehr-Qi-Mangel: äußere pathogene Faktoren (v. a. Wind-Kälte, Wind-Hitze, Feuchtigkeit) können leichter eindringen, die Kinder sind anfälliger für Infekte und Allergien.

Pathogener Restfaktor

Bei einem Infekt gewinnt bei einem kräftigen Kind das Abwehr-Qi die Oberhand und vertreibt den pathogenen Faktor aus dem Körper. Gelingt dies nicht, verweilt ein pathogener Restfaktor latent im Körper. Er setzt sich besonders am Ort der ursprünglichen Infektion fest, wo er lokal das Qi schwächt. Dies begünstigt chronisch-rezidivierende Infekte am selben Ort, z. B. Tonsillen, Bronchien. Es besteht ein mäßiger, aber andauernder Qi-Mangel und der Schleim verweilt eingedickt als sog. dicker Schleim. Dicker Schleim muss nicht sichtbar sein, er kann sich in Form von vergrößerten Lymphdrüsen, Tonsillen und Adenoiden zeigen.

Symptome bei Infektanfälligkeit aufgrund eines pathogenen Restfaktors [6]

- unvollständige Erholung nach einer Krankheit

- rezidivierende Otitis media mit Mukotympanon, Tonsillitis, chronischer Husten (auch ohne pathologische Untersuchungsbefunde), rezidivierende Zystitis
- andauernde mäßige Verschleimung
- milde Symptome wie ein Echo der ursprünglichen Krankheit, z.B. leichter Husten, Ohrenscherzen, Halsscherzen, stärker bei Müdigkeit
- geschwollene Lymphdrüsen, große Tonsillen, Adenoide
- Veränderung im Verhalten, ein abwesender Ausdruck in den Augen
- intermittierende Bauchschmerzen (Schleimansammlung vergrößert die Lymphdrüsen, verlegt die Leitbahnen)
- wiederholt plötzliche Energieeinbrüche (der Körper versucht immer wieder, gegen den pathogenen Restfaktor anzugehen und verbraucht dabei Qi)
- Hitze- oder Kälte-Zeichen je nach Art des eingedrungenen pathogenen Faktors (Wind-Hitze oder Wind-Kälte) und der Behandlung (abkühlende Antibiotika)

Es gibt viele Gründe, warum ein Kind nach einem Infekt sein Qi nicht wieder aufbauen und den pathogenen Faktor endgültig vertreiben kann:

- angeborene schwache Konstitution, feuchte Wohnung, feuchtes Klima
- Milz-Qi-Leere mit nachfolgendem Lungen-Qi- und Abwehr-Qi-Mangel
- zu voreilige Antibiotika-Behandlung: Antibiotika können Hitze beseitigen, nicht aber Schleim und Kälte. Sie können kein Qi aufbauen
- zu frühe Rückkehr in die Belastungen des Alltags
- viele schleimproduzierende Nahrungsmittel

Therapie bei Infektanfälligkeit

Schon im frühen Kindesalter sollten Eltern zur Gesundheitsförderung angeleitet werden. Das heißt: eine gesunde Ernährung, die Vermeidung von Übergewicht, viel frische Luft und kein Passivrauchen. Die Abwehrenenergie kann auch durch abhärtende Maßnahmen über äußere Temperaturreize gesteigert werden. Die Milz ist der zentral betroffene Funktionskreis im Kindes-

alter, im Vordergrund der Therapie steht die Umwandlung und Ausleitung von Feuchtigkeit und Schleim und die Auflösung einer Nahrungsakkumulation. Häufig muss auch Hitze geklärt werden.

Behandlung in der Phase des akuten Infekts

In der 1. Phase einer Infektion befindet sich der von außen eindringende pathogene Faktor (z.B. Wind-Hitze oder Wind-Kälte) in der Körperoberfläche in der Schicht des Wei-Qi bzw. im Tai-Yang. Ziel der Behandlung ist, den pathogenen Faktor zu vertreiben (im Falle eines Fülle-Musters) und anschließend bei einem Fülle-Leere-Muster das Wei-Qi als Teil des aufrechten Qi (Zheng-Qi) zu stärken.

Wind-Kälte

Ursache: Invasion äußerer pathogener Kälte und Wind, häufige Virusinfektionen.

Symptome: Plötzlicher Beginn der Erkrankung mit verlegter oder klar laufender Nase, Halskratzen, Husten, Aversion gegen Kälte, Schüttelfrost und beginnendes Fieber (Tai-Yang-Stadium), Kopf- und Gliederschmerzen, kein Schweiß.

Zunge: Dünner, weißer Belag.

Puls: Oberflächlich, besonders an der Lungenposition.

Therapieprinzip: Wind und Kälte vertreiben, Schwitzen induzieren, die Lunge stärken.

Akupunktur: Lu 7, Di 4, Bl 12, Bl 13, Di 11; lokal: Du 14, Gb 20, Di 20.

Phytotherapie: Jing Fang Bai Du San (Schizonepetae- und Ledebouriella-Pulver zur Überwindung pathogener Einflüsse [1]) mit scharfen und warmen Arzneien befreit die Oberfläche und stärkt die Milz mit dem Ziel, das aufrechte Qi (Zheng-Qi) zu stärken.

Wind-Hitze

Ursache: Invasion äußerer pathogener Hitze und Wind (häufiger bei bakteriellen Infektionen) oder Umwandlung von eingedrungener Wind-Kälte in Wind-Hitze.

Symptome: Verstopfte Nase, starker Husten, hohes Fieber, Kopf- und Halsscherzen, Windaversion, leichtgradiges Schwitzen, wenig gelblich-zähes Sekret.

Zunge: Dünner weißer oder leicht gelblicher Belag.

Dosierungshinweise zur Phytotherapie

Die Arzneitherapie sollte nur von entsprechend ausgebildeten Therapeuten durchgeführt werden. Die Zusammensetzung der Rezeptur muss dem individuellen Fall angepasst werden. Es gelten folgende Dosierungsregeln:

- Säuglinge und Kleinkinder: $\frac{1}{4}$ – $\frac{1}{2}$ der Erwachsenendosierung
- 4–6 Jahre: $\frac{1}{3}$ der Erwachsenendosierung
- 6–12 Jahre: $\frac{2}{3}$ der Erwachsenendosierung
- ab 12 Jahre: wie bei Erwachsenen

(Hinweis: Genaue Zusammensetzungen chinesischer Arzneimittel können z. B. in [7] nachgelesen werden).

Puls: Schnell, oberflächlich.

Therapieprinzip: Wind und Hitze beseitigen, Lungen-Qi stärken, Husten stoppen.

Akupunktur: Du 14, Di 11, Di 4, Lu 5, Lu 7, 3E 5; lokal: Gb 20, Di 20, Bl 2, Dü 19.

Phytotherapie: Sang Ju Yin (Morus- und Chrysanthemen-Dekokt), eine Rezeptur mit scharfen und kühlen Arzneien, öffnet die Oberfläche.

Behandlung im Intervall

Milz-Qi-Leere

Kinder wachsen mit ca. 6 Jahren aus der Milz-Schwäche und der damit verbundenen Infektanfälligkeit heraus, vorausgesetzt, sie werden sinnvoll ernährt.

Therapieprinzip: Die Milz stärken, Feuchtigkeit entfernen, bei Bedarf Schleim auflösen.

Ernährung: Die wichtigste Maßnahme ist eine Milz stärkende und Verschleimung verhindernde Ernährung.

Zu meiden sind:

- Überfütterung
- schwer verdauliche oder ungenügend gekochte Nahrung, Vollwertkost bei Kleinkindern
- schleimproduzierende Nahrungsmittel: Kuhmilch und Kuhmilchprodukte,

zuckerhaltige Nahrung und Getränke, Bananen, Südfrüchte im Übermaß, Erdnüsse, Erdnussbutter, stark fettige und ölige Speisen, Junkfood; auch Fleisch (besonders Schwein) produziert im Übermaß Schleim

- Übermaß an energetisch kühlen Nahrungsmitteln: Rohkost, Salate, Obstsorten mit kalter und kühler Energetik, Zitrusfrüchte
- keine Tiefkühl- und Mikrowellenkost

Zu empfehlen sind:

- regelmäßige Mahlzeiten
- gekochte, gegarte und gedünstete Nahrungsmittel mit süßem und leicht scharfem Geschmack
- alle Nahrungsmittel, die die Milz stärken: besonders Hirse, Reis und Mais tonisieren und wärmen die Milz
- bei Hitze-Schleim: Chicorée, Löwenzahn, Sojamilch, Rettich, Birnen, Weintrauben, Karpfen, Algen, etwas Salz
- bei Kälte-Schleim: in Maßen frischer Ingwer, Lauch, Knoblauch, Kardamom, Kirschen
- gegen die Qi-Stagnation durch Schleim: mäßig scharfer Geschmack durch pikante Gewürze wie Pfeffer, Knoblauch, Ingwer

Akupunktur: Folgende Punkte können bei Kindern regelmäßig verwendet werden und auch vorbeugend mit Akupressur behandelt werden:

- Milz und Magen stärken, bei Kältezeichen auch Moxibustion: Mi 6, Ma 36, Bl 20 und B 21, Ren 6, Ren 12
- bei Bedarf Feuchtigkeit entfernen: zusätzlich Mi 3, Mi 9, Ma 25
- bei Bedarf Schleim auflösen: zusätzlich Ma 40
- bei Nahrungsakkumulation: zusätzlich Ex-AH 10 (Si Feng), Pe 6 und Ma 44
- Lungen-Qi stärken (da meist mit betroffen): Lu 7, Lu 9, Bl 13

Phytotherapie: Eine Basisrezeptur ist Si Jun Zi Tang (Vier-Gentlemen-Dekokt), die je nach den Begleitsymptomen ergänzt wird. Liegen vermehrt Schleim-Feuchtigkeit und Hitze vor, kann eine den Symptomen angepasste Variation von Xiao Chai Hu Tang (kleines Bupleurum-Dekokt) eingesetzt werden [7].

Lebensführung: Die Milz wird durch ausreichend Schlaf und einen regelmäßigen Tagesablauf mit Phasen körperlicher Aktivität und Ruhe gestärkt. Geistige Überforderung und Überstimulation müssen vermieden werden.

Pathogener Restfaktor

Die Behandlung des pathogenen Restfaktors ist langwierig. Hier werden allgemeingültige Hinweise gegeben.

Therapieprinzip: Zunächst Milz und Lunge stärken und den sichtbaren Schleim beseitigen. Dann den oft nicht sichtbaren, „dicken“ Schleim erweichen und damit den pathogenen Restfaktor behandeln.

Akupunktur: Milz und Lunge stärken: Ma 36, Mi 6, Bl 20, Lu 9, Lu 7, B13. Den Schleim beseitigen: Ma 25, Ma 40, Mi 3, Lu 5, Pe 6.

„Dicken Schleim“ erweichen und bewegen [6]: Bl 18, Bl 20 und Ex-KH 15 (Jing Bai Lao).

Phytotherapie: Ein Beispiel ist Wu Sheng Dan (Elixier der Fünf Weisen; [3]), das dicken Schleim bei chronischem Husten mit Kälte-Zeichen umwandelt. Bei Schleim in den Luftwegen mit gleichzeitigem Milz-Qi-Mangel und Bauchbeschwerden ist Liu Jun Zi Tang (Sechs-Gentlemen-Dekokt) geeignet.

Ernährung: Es gelten die gleichen Regeln wie bei der Milz-Qi-Leere.

Lebensweise: Das Kind soll nicht zu früh in die Belastungen des Alltags zurückkehren. Aber die modernen Lebensumstände erlauben es heute kaum mehr, einem erkrankten Kind nach der Entfieberung genügend Zeit zum Wiederaufbau seines Qi zu gewähren.

Zitierte Literatur

- [1] **Bensky D, Barolet R.** Chinesische Arzneimittelrezepte und Behandlungsstrategien. Kötzing: Wühr; 1996
- [2] **Bohlayer R, Hrsg.** Chinesische Medizin für Kinder und Jugendliche. Mit psychosomatischen Aspekten. Stuttgart: Hippokrates; 2008
- [3] **Flaws B.** A Handbook of TCM Pediatrics. Boulder: Blue Poppy Press; 1996
- [4] **Focks C, Hillenbrand N, Hrsg.** Leitfaden Chinesische Medizin. 5. Aufl. München: Elsevier; 2006
- [5] **Ross J.** Zang Fu – Die Organsysteme der traditionellen chinesischen Medizin. 3. Aufl. Uelzen: ML; 1999

- [6] **Scott J, Barlow T.** Akupunktur in der Behandlung von Kindern. Kötzing: Wühr; 2003
- [7] **Suwanda S, Tian L.** Chinesische Arzneimitteltherapie. Stuttgart: Hippokrates; 2005

Weiterführende Literatur

Cao J, Su X. Essentials of traditional Chinese pediatrics. 2nd ed. Beijing: Foreign Languages Press; 1996

Hou J, Geng C, Hrsg. Treatment of paediatric diseases in traditional Chinese medicine. Beijing: Xue Yuan Publishing House; 1995

Kastner J. Propädeutik der Chinesischen Diätetik. Stuttgart: Hippokrates; 2005

Loo M. Pediatric acupuncture. Philadelphia: Churchill Livingstone; 2002

Weiterführende Informationen

www.tcm-ettlingen.de/html/seite_19.html
Netzwerk „Akupunktur und TCM in der Kinder- und Jugendmedizin“: bundesweiter Erfahrungsaustausch zwischen TCM-praktizierenden Kinder- und Jugendärzten



Dr. med. Rainer Bohlayer

Marktstraße 12
76275 Ettlingen
Tel. 07243/6059789
Fax 07243/7669240
bohlayer@tcm-ettlingen.de
www.tcm-ettlingen.de

Rainer Bohlayer, geb. 1953, ist Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin, mit den Zusatzbezeichnungen Psychotherapie, Homöopathie und Akupunktur. Vollausbildung Akupunktur, Zusatzausbildungen in chinesischer Phytotherapie, Ernährungslehre, Lasertherapie und Qigong. Studienaufenthalte in China 1998 und 2002. Seit 2008 Praxis für Chinesische Medizin, Psychotherapie und Homöopathie in Ettlingen, zuvor viele Jahre Kinder- und Jugendärztliche Praxis. Lehrtätigkeit u. a. am Uni-Zentrum Naturheilkunde in Freiburg.