

Grundlagen von Akupunktur und verwandten Verfahren

Zungendiagnostik – Was die Zunge uns „sagt“

Susanne Krefl

Ohne großen Aufwand ist jedem Arzt die Inspektion der Zunge möglich. Deren Zustand liefert wertvolle Hinweise auf Störungen im Regulationssystem und in den einzelnen Funktionskreisen und kann somit relativ einfach in die Gesamtbetrachtung miteinbezogen werden. Die daraus abzuleitenden Aussagen über grundlegende Disharmonien zwischen Leere und Fülle oder Hitze und Kälte und andere pathogene Faktoren bilden die Grundlage für ein ganzheitliches Therapiekonzept.

Zungen- und Pulsdiagnose sind neben der ausführlichen Anamnese wichtige Aspekte der Chinesischen Medizin (CM), um exakte Syndrom-Diagnosen zu erstellen. Es gibt hier folgende wichtige Bezüge zwischen der Zunge und den *Fünf Elementen*. Die Zunge ist in zweierlei Hinsicht Mittler zwischen der Außen- und Innenwelt.

- Die Zunge ist der Öffner des Funktionskreises *Herz*. Hier wird die Zunge als Organ der Kommunikation im Sinne von „sprechen“ oder „mitteilen“ gesehen und stellt die Verbindung zwischen Innen- und Außenwelt des Menschen her.
- Die Zunge hat direkte Verbindungen zu den inneren Organen.
- Die Milz ist Sitz des Geschmackssinns und hat somit besondere Beziehung zum Funktionskreis *Milz*. Durch Transformation der Nahrung entstehen Qi und Blut-XUE, bei Störungen Muster mit Qi- und/oder Blut-XUE-Mangel. Oder es kommt zu einer unzureichenden Verarbeitung der Nahrung, die zur Ansammlung von Nässe führt. Dies hat Bezug zur Farbe und Form der Zunge.
- Der Magen ist die Quelle der Flüssigkeiten und hat Bezug zur Feuchtigkeit und damit zum Zungenbelag. Über den Zungenbelag gibt es Rückschlüsse von außen auf das Innere.
- Folgende Leitbahnen berühren die Zunge oder die Zungenwurzel: Niere, Leber, Milz, Herz. Ein innerer Ast der Milz-Leitbahn zieht zur Zunge und verteilt sich an deren Unterseite. Die Nieren-Leitbahn endet in der Zungenwurzel. Die Luo-Gefäße der Herz-Leitbahn ziehen ebenfalls direkt zur Zungenwurzel. Weiterhin gibt es Verbindungen zur Leber-Leitbahn.

Im Hinblick der Zunge (Zungenkörper und Zungenform) spiegeln sich der energetische Gesamtzustand, die Qualität der Produktion und Zirkulation von Qi, Blut-XUE und den Körperflüssigkeiten sowie die Auseinandersetzung mit pathogenen Faktoren wider. Der Zungenkörper entspricht dabei dem YIN. Beurteilt werden Farbe und Form, Strukturen und Bewegung.

- Zungenfarbe und -form sind sehr eng miteinander verbunden und geben Hinweise auf den Zustand von Qi, Blut und den Körpersäften.
- Die Farbe (blassrosa, rot, blass, violett) gibt Auskunft über den Zustand von YIN, YANG, Qi und Blut. Sie kann sich eher im Verlauf von Tagen, Wochen oder wenigen Monaten ändern und ist wichtig für die Einschätzung des Therapieverlaufes.
- Die Form (normal, geschwollen, dünn) ändert sich eher langsam, wenn ein pathogener Faktor über längere Zeit anhält, das Qi schwächt und zu einer Behinderung der Zirkulation von Blut und Körpersäften führt. Sie lässt Aussagen über die Grundkonstitution und über die Schwere und Dauer einer chronischen Erkrankung zu.

- Strukturen wie Risse, sowohl in der Zungenmitte als auch über die ganze Zunge verteilt, zeigen Störungen an, die mit Hitze und/oder Trockenheit einhergehen.
- Fehlende Elastizität und Geschmeidigkeit des Zungenkörpers können die Bewegungen starr und rigide werden lassen.

Der Zungenbelag repräsentiert den Zustand des YANG. Beurteilt werden Dicke, Farbe und Lokalisation. Insbesondere das YANG des Magens kann sich innerhalb von Stunden verändern.

- Der Belag hat Bezug zur Lokalisation der Erkrankung, Dicke oder Fehlen des Belags zu Fülle- oder Leerezustand des Patienten. Farbe und Beschaffenheit des Zungenbelags zeigen an, ob Hitze- oder Kältesyndrome oder andere pathogene Faktoren vorliegen.
- Während der Zungenkörper eher die Grundkonstitution und die Dauer und Schwere einer Erkrankung beschreibt und sich eher langsam oder kaum über die Jahre verändert, entsteht oder verändert sich der Zungenbelag über Wochen und Monate und ist auch besser für die Beurteilung des Therapieverlaufes geeignet.

Der normale Zungenbefund spiegelt einen harmonischen Zustand von Qi, Blut-XUE und den Körpersäften wider und kann wie folgt beschrieben werden: Die Zungenfarbe ist blassrosa, der normale Zungenkörper weder zu dick noch zu dünn. Der Zungenbelag ist dünn und zudem weiß. Die Unterzungenvenen sind nicht gestaut (Abb 1).

Alle Funktionskreise sind im Sinne einer Somatotopie auf der Zunge angeordnet. So gibt die Lokalisation bestimmter Befunde Hinweise auf den betroffenen Funktionskreis (Abb. 2).

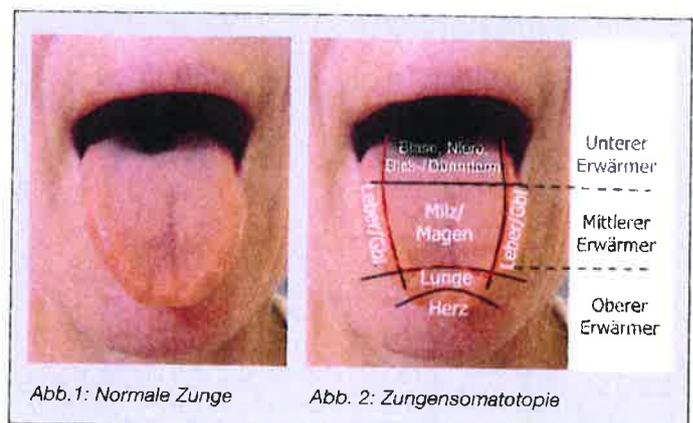


Abb. 1: Normale Zunge

Abb. 2: Zungensomatotopie

Praxis der Zungendiagnostik

Im Folgenden werden typische Disharmoniemuster mit ihren möglichen Zungenbefunden vorgestellt und besprochen.

Bsp. 1: Blasser Zungenkörper, geschwollen, eventuell Zahneindrücke seitlich

Die Milz ist verantwortlich für die Transformation der zugeführten Nahrung. Zum einen ist dies für die Bereitstellung von Qi und Blut wichtig und zum anderen für eine optimale Umwandlung der Nahrung. Eine blasse, geschwollene Zunge kennzeichnet eine Schwäche im Milz-Funktionskreis und ist sehr häufig in der Praxis anzutreffen. Vielfach liegen hier Belastungen der Mitte zugrunde, die in der Lebens- und Ernährungsweise ihre Ursachen haben. Ein Übermaß an kalten Nahrungsmitteln (Salate, viel Wasser trinken, Joghurt, Südfrüchte) und ein Übermaß an Gedanken (Gedankenkarussell, Sorgen, Grübeln) schwächen das YANG-Qi der Milz, die dann nicht mehr in der Lage ist, die Nahrung vollständig und adäquat zu transformieren. Dies führt zu einer Ansammlung von Nässe (geschwollene Zunge). Weiterhin sind die Produktion und der Transport des Blutes zur Zunge gestört (blasser Zunge). Sehr typisch sind auch die seitlichen Zahneindrücke, die je nach Tiefe die Schwere des Milz-YANG-Mangels kennzeichnen. Eine häufige Einnahme von Antibiotika (wichtig bei Kindern, die von Natur aus noch eine schwache Mitte haben) und Protonen-Pumpen-Blocker wirken im Übrigen auch kalt oder kühlend auf die Mitte.

Bsp. 2: Viele kleine Risse, Zunge eher trocken, rot

Der Magen ist die Quelle der Flüssigkeiten. Zusammen mit der Niere sind sie beide für das YIN im Körper verantwortlich. YIN hat die Aufgabe zu kühlen und zu befeuchten. Nach Transformation der Nahrung durch die Milz entstehen unreine Substanzen, die vom

Magen weiterverarbeitet und weitertransportiert werden. Ein Teil davon steigt zur Zunge auf und bildet den Zungenbelag. Ist die Funktion des Magen-Qi gestört (etwa durch zu scharfe und heiße Nahrungsmittel), kommt es zu einem YIN-Mangel (trockene Zunge) und einem Übermaß an Hitze (rote Zunge) und weiterhin können kleine Risse entstehen. Dies gilt als Zeichen für einen Mangel an Körpersäften.

Bsp. 3: Tiefe Furche in der Mitte, ohne Belag

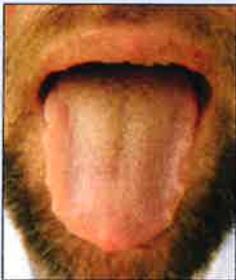
In diesem Fall ist besonders das Magen-YIN betroffen und vermindert. Die Magen-Hitze führt zu einer Verminderung der Säfte im Magen. Diese können nicht aufsteigen und so fehlt der Belag in der Mitte. Typische Symptome unseres Alltags sind Sodbrennen, Reflux und saures Aufstoßen. Ursachen sind hier in einer unregelmäßigen oder hektischen Nahrungsaufnahme, sehr scharfen Nahrungsmitteln, einem übermäßigen Kaffee- und Alkoholgenuss und psychischen Unruhe- und Spannungszuständen zu finden.

Bsp. 4: Zungenbelag dick, Zungenkörper geschwollen

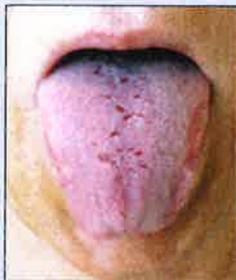
Wenn aufgrund der Schwäche der Milz und des Qi die Feuchtigkeit sich zu Schleim umwandelt, entsteht ein dicker, zum Teil klebriger Zungenbelag. „Schleim wird in der Lunge gespeichert“. Dieser alten chinesischen Weisheit zufolge resultieren daraus Krankheitsbilder wie chronische Bronchitis oder chronische Nasennebenhöhlen-Entzündungen.

Bsp. 5: Zungenkörper rot, Belag trocken, gelb-braun

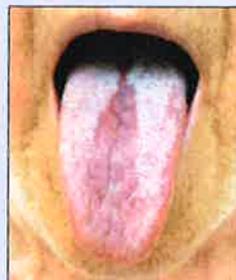
Auch hier gehen Nässe und Hitze in das Krankheitsgeschehen ein, wobei hier der Aspekt der Hitze überwiegt und zu einem trockenen Belag führt.



Bsp. 1: Qi-Mangel mit Zahneindrücken



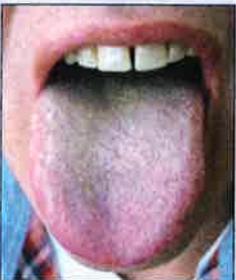
Bsp. 2: Rote Zunge mit horizontalen Rissen



Bsp. 3: Magenfurche, Magenriss



Bsp. 4: Milz-Schwäche, dicker Belag



Bsp. 5: Schleim-Hitze



Bsp. 6: Belag trocken, gelblich



Bsp. 7: Blasser Zunge



Bsp. 8: Rote Zungenränder

Bsp. 6: Gelber, öliger Zungenbelag

Schleim-Hitze ist eines der komplexesten und schwierigsten Muster der Chinesischen Medizin. Die Ursachen dafür sind vielfältig. Häufig liegt hier eine Schwächung der Milz mit den oben genannten Funktionen zugrunde. Sowohl die Ansammlung der Feuchtigkeit, die zu einer Stagnation des Qi führt, als auch zusätzliche pathogene Faktoren (sehr scharfe, schwere, stark gewürzte Nahrung) lassen Hitze entstehen, die wiederum die Flüssigkeiten noch mehr eindickt. Feuchtigkeit/Schleim ist von Natur aus schwer und sinkt nach unten. Krankheitsbilder, die daraus entstehen können, sind feuchte Hitze im Darm (Colitis) oder feuchte Hitze in der Blase (Cystitis).

Bsp. 7: Zungenkörper blass, bläulich

Fülle-Kälte entsteht durch das Eindringen des pathogenen Faktors Kälte. Dies kann im akuten Zustand eine einfache Erkältung sein oder bei chronischen Zuständen die Nieren und die Milz schädigen, sodass nicht mehr ausreichend Yang-Qi für den Wärmehaushalt und die weiteren Funktionen dieser Funktionskreise zur Verfügung steht. Weiterhin führt Kälte zu einer Behinderung des Qi-Flusses. Typische chronische Krankheitsbilder sind Rückenschmerzen, Infektanfälligkeit und Verdauungsprobleme mit Durchfällen.

Bsp. 8: Rote Zungenränder

Die Leber ist in der CM verantwortlich für den freien und harmonischen Fluss des Qi. Sie reagiert sehr empfindlich auf emotionale Spannungen, die zur Qi-Stagnation führen können. Bestehen dieser Spannungszustand und die Qi-Stagnation über längere Zeit, kann wiederum Hitze entstehen, die zum Kopf aufsteigt. Die seitlich roten Ränder der Zunge zeigen eine Hitze im Leber-Funktionskreis an. Als Krankheitsbilder sind Migräne oder auch Tinnitus möglich.

Resümee

Als Arzt jeglicher Fachrichtung ist es für Sie ein Leichtes, einen Blick auf die Zunge zu erhaschen. Manchmal sind Empfehlungen für die Ernährung ausreichend, jedoch des Öfteren benötigt die Therapie weitere Ergänzungen. Bei bestimmten Therapieansätzen ist dringend die Kooperation mit einem ganzheitlich arbeitenden Mediziner anzustreben, um Ausleitungs- und Entgiftungsprozesse zu begleiten, um Mangelsituationen an orthomolekularen Substanzen auszugleichen, um Funktionsstörungen im Stütz- und Bewegungssystem mitzubehandeln und auch, um die psychosozial-emotionale Ebene miteinzubeziehen.

Die in der Praxis erzielten Ergebnisse sprechen dafür, dass die Zungendiagnostik eine wertvolle Ergänzung der ganzheitlichen Diagnostik für Akupunktur und Neuraltherapie darstellt. Diese ist zudem leicht lehrbar, lernbar und reproduzierbar, auf jeden Fall in den Kursen der DGfAN.

Unser Motto: Lust auf Fort- und Weiterbildung?

Autorin:

Dr. med. Susanne Kreft, Fachärztin für Allgemeinmedizin

Akupunktur, Chirotherapie, NHV

Baleckestr. 3

18055 Rostock

E-Mail: susanne.kreft@t-online.de

Literatur

Kirschbaum B: Atlas und Lehrbuch der Chinesischen Zungendiagnostik. Band 1. Verlag für Ganzheitliche Medizin / Dr. Erich Wühr Verlag; 2. überarbeitete Auflage 2002