



Geir Magne Andersen (bildet) har arbeidet med alternative behandlingsteknikker med urtemedisin og kosthold som spesialfelt. De siste 16 årene har han holdt over 2000 forelesninger i Skandinavia. Han deler sine erfaringer med Ringsakers lesere. I denne utgaven skriver han om urtemedisin i Kina - filosofi og prinsipper.

Geir Magne Andersen
Ki-Terapeut - Foreleser

Urtemedisinens status i Kina

Å oppsøke en kinesisk urtelege kan for oss i Vesten være en spesiell opplevelse, og mange sider ved konsultasjonen skiller seg på flere områder mye fra det en vestlig lege foretar seg. For å skjønne hva som skjer, bør man ha litt forhåndskunnskap om filosofien bak kinesisk medisin.

I 1949 overtok kommunistene i Kina og etter dette har det vært en voldsom vekst og interesse for å ivareta den urtemedisinske tradisjon. Urtemedisin er i dag en fullt ut akseptert behandlingssystem på samme nivå som den vestlige skolemedisin. I Kina og andre land i regionen har urtemedisin stor betydning, og den urtemedisinske kunnskap brukes i stor grad alene, men også i kombinasjon med vestlig skolemedisin. Ofte er det slik at urter foretrekkes ved kroniske lidelser mens ved akutte og alvorlige lidelser benyttes vestlig medisin alene og i kombinasjon med urtemedisin. På Kinesiske universiteter brukes det i dag store midler på forskning og undervisning i urtemedisin. De siste 30 årene har urtemedisin opplevd stor anerkjennelse også på verdensbasis.

Det kan fort bli en spesiell og underlig opplevelse og besøke en kinesisk urtelege dersom du ikke kjenner filosofien og har kunnskap om hva som skal skje under utredningen. Hva som skjer skiller seg mye fra hva vi er vant til når vi oppsøker en vestlig lege og dette kan være vanskelig å forstå.

Årsaker til sykdom

I den kinesiske medisin er filosofien at alle sykdommer skyldes ubalanse mellom yin og yang, som er den filosofiske forståelse av uni-

Tradisjonell kinesisk medisin TKM

Den naturlige diagnose og årsaksbehandling

versets tosidighet. Eks. hun og han, lyst og mørkt, opp og ned, kald og varm etc. Ubalanser med overskudd eller underskudd i denne tosidigheten (yin / yang) ses derfor som sykdommens årsak. De mest vanlige ubalanser som gir sykdom er misforhold mellom varme/kulde og fuktighet og tørrhet. Betennelser og rødhet vises ved overskudd av varme og kan gi sår, kviser og hudinfeksjoner, mens for mye kulde kan gi dårlig blodstrømning, fordøyelse og diare.

I den kinesiske medisin kommer revmatisme av innvendig fuktighet. Denne fuktigheten kan også for eksempel være årsak til eksem og soppinfeksjoner, mens for mye tørke kan for eksempel være årsak til forstoppelse, hoste og tørr hud. Urtelegens utfordring er å gjenopprette naturlig balanse mellom yin og yang i både omgivelsene og i pasientens kropp.

Mat og urter har i TKM er spesiell dynamisk kraft. På denne måten kan legen påvirke energien ved å øke, minske, rette behandlinger utover eller innover.

Smakene søt, sur, bitter eller skarp assosierer urtene til blodet, livsenergien (qi) og kroppens energimeridiane og plantenes temperatur og smak blir relatert til den terapeutiske effekt. Eksempel på ordinerer kan være å bruke urter med søt smak til å bløtgjøre, harmonisere og styrke, mens bitre urter anbefales fjerne overskudd av fuktighet, drenerer og tørke ut. Planter med kalde smaker benyttes til å behandle varme og overskudds tilstander mens de med varme smaker på kalde lidelser.

Femelements teorien er et annet viktig prinsipp i den kinesiske medisin. Naturens elementer tre, ild, jord og vann settes i sammenheng med andre begreper som kroppsdeler, følelser og årstider. Begreper er satt sammen i et uendelig mønster der hvert av elementene gir liv til det neste. På denne måten kan systemet på en annen måte beskrives som de fem stadier som representerer livets stadige endring og bevegelse. I den kinesiske urtemedisin spiller fem elementene en sentral rolle i hvordan planter sorteres etter smak og effekt på kroppen.

Filosofi og prinsipper

Den Gule Keisers medisinske klassiker beskriver det slik at for å behandle en sykdom, må man

kjenne årsaken og det beskrives at det bestandig er to sider av alle sykdommer, den indre årsaken og de ytre symptomene. Pasientens vitalenergi og alvorligheten på symptomene avhenger av hva som skal prioriteres og behandles

tens hudens farge, tilstand og lukt samt, fremtoning, oppførsel (nervøs, døsig, deprimert etc.). Summen viser hvordan kroppen fungerer og helheten vurderes og settes sammen til en årsaks diagnose. Som eksempel kan nevnes analyse av tungen som i enkle

lansje og god helse. Legen vil så ta pulsen på nytt for å bekrefte eller justere diagnosen.

Det legges stor vekt også på hva pasienten spiser, hvordan magen og fordøyelsen fungerer og om pasienten svetter eller er tørr.

Urtemedisin

Etter at legen har funnet sykdommens natur og konkludert stilles diagnosen, og ut fra dette bestemmes hvilken ingredienser urtemedisinen skal inneholde. Pasientens bestemte konstitusjon og kompleks av symptomer bestemmer den videre urtebehandling. Som oftest inneholder urteblandingen fra 5 til 20 forskjellige ingredienser

Den Tradisjonelle kinesiske medisin bruker i de fleste tilfeller styrkende blandinger og faste urteblandinger som etter hundrer av år har vist seg å være effektive mot bestemte sykdommer og lidelser. Blandingene selges oftest fritt i Kina og brukes av millioner av mennesker verden over med gode resultater. Det er mange hundre faste blandinger og ett eksempel er en av de mest kjente "fire-ting-suppe", som virker styrkende regulerer menstruasjonsrytmen og styrke kjønnsorganene.

Det å sette sammen effektive urteblandinger er et stort fag og en meget lang utdannelse i den kinesiske medisin. Herba Plus i Moelv har over 20 års erfaring med slike blandinger som er tilpasset den vestlige kultur og menneskets fysiologi.



først. Det å forstå og fastslå den grunnleggende årsaken anses å være svært viktig da samme sykdom kan ha forskjellige symptomer og motsatt. Litteraturen beskriver også at symptomene forandrer seg gjennom sykdomsforløpet. Forståelse av dette er viktig for at den kinesiske legen kan foreskrive riktig urtemedisin for å behandle og balansere årsaken. Behandlingen går da i korhet ut på å på å fylle på mer der det er for lite av noe, eller å dempe der det er for mye.

Kinesisk diagnose og analyse av årsaker

For å avdekke årsakene bruker den kinesiske legen både indre og ytre metoder. Dette kan være alt fra ansiktsanalyse, tungediagnose, irlsanalyse og pulsdigose i tillegg til masse spørsmål og aktiv lytting til hvordan pasienten selv opplever tilstanden. I denne prosessen studerer også legen pasien-

trekk går ut på å vurdere størrelse, form, farge, belegg og fuktighet, noe som gir viktig informasjon. Ved pulsdigose vurderes den generelle tilstand og karakteristikk for pulsen som tas 6 plasser på hvert håndledd der hvert av disse 12 punktene har naturlig og direkte korrespondanse med hvert sitt indre organ. Mye er skrevet om kinesisk pulsdigose og de klassiske verkene beskriver 120 ulike former for puls og det skiller normalt mellom 28 forskjellige typer puls der det er tre dominerende karakterpar som sakte eller rask dyp eller flytende, og svak eller bølgende.

Legen kan ut i fra disse opplysningene vurdere pasientens ubalanser, hvilke organer som fungerer for sterkt eller for svakt, hvordan oppleves vitalenergien og tilstanden til blodet. På denne måten avgjøres hvor energien skal reduseres eller økes for å rette opp tilstanden og gjenskape ba-

■ FAKTA

Informasjon

Ønsker du mer informasjon om kosttilskudd, treningsprogrammer, forebygging av høy hvilepuls og utvikling av livsstilssykdommer ta kontakt med vår informasjonstelefon så får du vite hvem som er din lokale Ki-Terapeut med gode erfaringer om treningsprogrammer og helse.

Vil du vite mer om hvordan du kan utdanne deg som naturterapeut, ta kontakt for nærmere informasjon og studieplan. Utdannelsen foregår lokalt i Ringsaker.

Informasjonstelefon:

62 34 41 44

Telefaks: 62 34 41 45

E-Post:

firmapost@herbaplus.no