

刮痧

Guā Shā – „nach Cholera schaben“

Guā 刮 bedeutet schaben, wird aber besser mit streichen und pressen übersetzt. Das chinesische Schriftzeichen für Shā 痧 kann übersetzt werden als „rötliche, erhabene, hirseartige Hautausschläge“. Weiger (1965) und Mathews (1931) übersetzen sha als Cholera oder gelegentlich auch als Malaria. Das

Ideogramm für sha ist der Stammvokal für Krankheit 病 bìng, verbunden hat das Radikal/Wurzelzeichen für Sand 沙. In Kurzform bedeutet das Zeichen für Sand, „das was erscheint, wenn das Wasser zurückweicht“ oder „Sediment, Kies oder Sand vom Wasser entblößt“.

Die Cholera trocknet ihre Opfer sehr schnell aus. Sie zeichnet sich charakteristischerweise durch Diarrhö, Erbrechen, Krämpfe, Anurie und Kollaps aus.

McNeill (1989) schreibt: „Radikale Dehydratation bedeutete, dass ein Opfer innerhalb weniger Stunden zu einer verschrunpelten Karikatur seiner selbst wurde, während die geplatzten Kapillaren die Haut veränderten und sie schwarz und blau färbten.“

Das petechiale oder ekchymöse Stadium der Cholera ist natürlich auftretendes Sha. Die Petechien und Ekchymosen zeigen sich „wenn das Wasser zurückweicht“, d.h. wenn es zu einer extremen Dehydratation kommt.

Gua Sha wurde in Asien zur Behandlung von Cholera (Zhao et al. 2008), choleraähnlichen Erkrankungen und im Prinzip bei allen Störungen, bei denen Fieber oder Schmerzen auftraten, eingesetzt. Ausgenommen waren Kontraindikationen wie offene Wunden, Blutungen, Sonnenbrand etc.

Entsprechend wurde auch im Westen starkes Reiben bei Cholera angewandt (Jackson 1806).

Das Prinzip der Gegenwirksamkeit

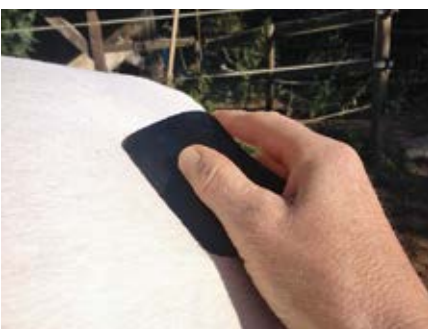
Im Corpus Hippocraticum heißt es, dass „keine zwei Krankheiten, die das Gesamtbefinden beeinflussen, zur selben Zeit und im selben System über eine längere Zeitperiode bestehen können“.

Epps (1832) erklärt dies wie folgt:

„Ein Patient leidet unter keuchendem Atem, Atemnot, Husten, schleimigem Auswurf und ist nicht fähig, in einer horizontalen Position zu liegen, als ein Gichtanfall hinzukommt und al-

le anderen Symptome verschwinden. Der Gichtanfall geht zurück, sogleich kehren die anderen Symptome wieder. Das Asthma selbst wurde durch den Gichtanfall verdrängt und kehrte zurück, als die Gicht-Kolik ver-





schwand. Sehr oft werden ernsthafte Lungenerkrankungen gelindert durch die Ausscheidung von Blut aus Hämmorrhoiden.“

In der Pferdepraxis kennen wir die Patienten, die im Wechsel unter Sommerkezem und Atemwegsproblemen leiden.

Es wurde angenommen, dass im Körper die neu auftretende Krankheit der ursprünglichen Erkrankung „*entgegenwirkt*“. Wenn eine Erkrankung oder ein Zustand von einer anderen Erkrankung oder einem anderen Zustand unterbrochen oder unterdrückt wird, wird dies als natürliche Gegenwirkung bezeichnet. Berichte über Gegenwirkungen, die zufällig auftraten und zu einer Linderung von bereits lange bestehenden Erkrankungen führten, unterstützten die Hypothese, dass „durch das Auslösen einer künstlichen Krise die Auflösung einer Krankheit beschleunigt werden würde“.

Als gegenwirksame Therapien induzieren das westliche Reiben und das Gua Sha des Ostens bei Cholera eine Krise, um die Krankheit zu heilen. Beide lindern Entzündungen und Stauungen von Blut im Inneren, indem sie an der Oberfläche gegenwirken. Beide wärmen. Von Gua Sha wird behauptet, dass es einer Ruptur der Kapillaren, wie sie in fortgeschrittenen Cholerafällen auftritt, zuvor kommen kann.

Kaim (1756) berichtet ähnliche Auswirkungen durch das Reiben: „... *es ist nicht ungewöhnlich, dass der Teil, der durch Reiben irritiert wird, beginnt sich zu röten, anzuschwellen und warm zu werden. Tatsächlich ist dies ein klares Zeichen dafür, dass die Flüssigkeiten mit großer Schnelligkeit ... nach dem Gesetz der Gesundheit hereinfließen*“.

In der traditionellen ostasiatischen Medizin wird das Prinzip der Gegenwirkung bis heute angewendet, weil es mit der traditionellen Auffassung über den Körper übereinstimmt. In der westlichen Medizin wurden die physikalischen Methoden der Gegenwirkung oder Gegenirritation abgelegt oder vom Paradigma der Gegenwirkung abgekoppelt.

Der Begriff Allopathie wird oft fälschlicherweise auf die konventionelle Medizin angewendet, um sie von den traditionellen medizinischen Methoden zu unterscheiden. Aber Allopathie war ein Begriff, der von Hahnemann, dem Gründer der Homöopathie, eingeführt wurde, um die allgemeinen Therapiepraktiken der Gegenwirkung, den Gebrauch des Gegensatzes zur Heilung, vom homöopa-

thischen Prinzip des „Ähnliches heilt Ähnliches“ zu unterscheiden. Die traditionelle ostasiatische Medizin ist allopathisch. Letztendlich ist es wichtig bei der Behandlung einem Denkmodell zu folgen.

Definition von Gua sha

Gua sha ist eine traditionelle ostasiatische Technik, die mit Instrumenten ein Pressen und Streichen auf der (eingelöten) Körperoberfläche einsetzt, um vorübergehende therapeutische Petechien zu erzeugen und so einen Heilungsreiz auszulösen.

Physiologie des Gua sha

Durch das taktmäßige Pressen und Streichen entstehen Petechien in unterschiedlicher Färbung. Diese wird man beim Tier durch die Pigmentierung der Haut und die Behaarung nicht sehen. In der Regel ist der anzuwendende Druck geringer als man denkt. Daher ist das Üben der Technik unter Supervision an Mensch und Tier für Tiertherapeuten wichtig, um ein gutes Gespür für den Druck, die Intensität und die Länge der Behandlung zu bekommen. Also: bitte nicht einfach losschaben!

Was unterscheidet Gua Sha von anderen manuellen Techniken?

Es gibt drei Kriterien, die Gua sha von anderen manuellen Techniken unterscheiden:

1. Schnelles, wiederholtes Streichen in Bewegungsrichtung, mit der Intention in die Faszie zu drücken
2. Anwendung hauptsächlich in Faserichtung des Muskels
3. Beabsichtigte Erzeugung von Petechien

Was bewirkt die Anwendung von Gua sha?

- Steigerung der oberflächlichen Durchblutung
- Direkte Schmerzerleichterung
- Fieber wird gesenkt
- Chronische Entzündungen gemindert
- Allergische Reaktionen werden vermindert (sowohl bei Allergischem Asthma, als auch bei entzündlichen Darmerkrankungen)
- Immunmodulation wird vermutet
- Hochregulation des Enzyms HO-1, mit hepatoprotektiver Wirkung und weitere regulative Eigenschaft auf Leber-

zyme. In China Einsatz bei akuter und chronischer Hepatitis

- Regulative Wirkung auf Blutzuckerspeicherung
- Steigerung der Bewegungsdauer

Energetische Wirkung von Gua sha

- Entstaut Leitbahnen
- Leitet Hitze aus
- Entlastet das Äußere
- Löst Blut-Stase

Was ist ein Sha-Syndrom

Eine Erkrankung, die durch Exposition gegenüber Kälte, Sommerhitze oder Nässe im Sommer oder Herbst auftritt und zu einer Blockade der Meridiane führt. Manifestationen sind Frösteln, Fieber, Spannungsgedühl und Schmerzen im Körper; andere Manifestationen sind Erbrechen und Diarrhö oder Steifheit und Taubheit der Extremitäten. (Ou Ming 1988)

Wir finden in dieser Definition:

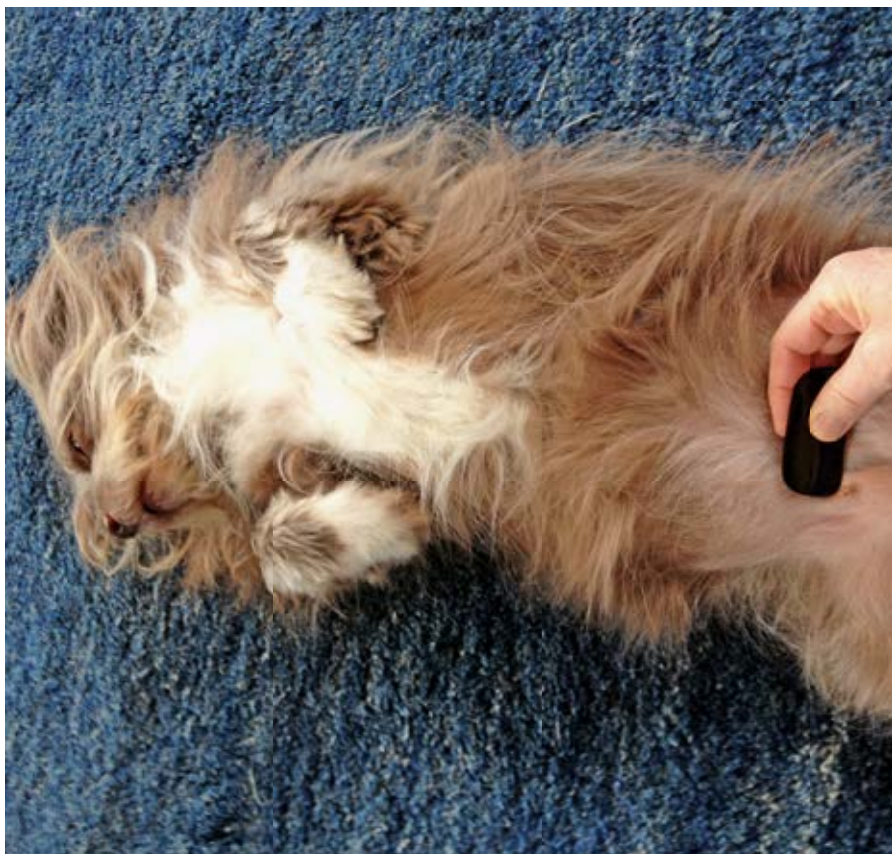
- Pathogene Faktoren
- Indirekt einen Hinweis auf den Zustand des Wei-Qi
- Tiefe des pF über das Modell der Schichten
 - Tai Yang: Frösteln...
 - Shao Yang: Schmerzen, Frösteln, Fieber
 - Yang Ming: Erbrechen, Diarrhö
- Stauung von Qi und Xue: Schmerzen

Wann und wo findet man Sha?

Das oberflächliche Bindegewebe, das cou li ist der Ort, wo sich sha sammeln kann. In der chinesischen Anatomie ist Biao die Oberfläche mit Haut und Körperbehaarung. Direkt unter der Haut findet sich das Cou Li oder Li: die Innenbegrenzung, die den Körper bedeckt und abgrenzt, aber nicht der Haut selbst entspricht. Cou Li wird auch als „Poren“ übersetzt und stellt die Begrenzungsfunktion dar, die das Ein- und Austreten ermöglicht. Das Cou Li oder die Innenbegrenzung befindet sich dort, wo die Leitbahnen verlaufen. Es bildet so die antike Auffassung einer weiterleitenden Physiologie ab, die von modernen Wissenschaftlern dem Bindegewebe zugeordnet wird.

Was passiert, wenn man Sha nicht beachtet

*Xian biao hou li
Behandle zuerst das Äußere,
dann das Innere*



Nicht gelöstes Sha macht den Patienten anfällig für Anspannung, Gewebespannung, Schmerz und Krankheit. Außerdem ist es möglich, dass die Heilung des Patienten sich verzögert und unvollständig bleibt. Blut und Flüssigkeiten, die in der oberflächlichen Membran stagnieren, vermindern die Zirkulation von Wärme und Abwehr-Qi. So wird das Äußere durchlässig für das Eindringen von Kälte oder Wind, und es bildet sich ein Potenzial für chronische Krankheiten oder Müdigkeit. Schmerzen, die das Ergebnis einer Stagnation sind, werden so lange weiter bestehen, bis die Stagnation gelöst ist. Chronische Schmerzen führen zu verminderter Aktivität und Einschränkungen in der Beweglichkeit.

Indikationen für Gua sha

- Erkältung
- Fieber
- Husten, Atemnot, Bronchitis, Asthma, Emphysem
- Hitzeerschöpfung
- Muskel-, Bänder-, Sehnenverletzungen
- Kreislaufschwäche
- Schmerzen, Kopfschmerzen, Neuralgien
- Muskelschmerzen, Fibromyalgie

- Urologische Probleme
- Verdauungsprobleme

Spezielle zusätzliche Indikationen am Tier

- Pferd
 - Hufrehe
 - PSSM, nicht im akuten Schub
 - EMS, ECS
 - Kolik
 - COPD
- Hund, Katze
 - HD, ED, alle Gelenkerkrankungen
 - Spondylose

Kontraindikationen

Gua Sha darf nicht angewendet werden bei:

- Hämophilie
- Frischen Verletzungen
- Offenen Wunden
- Hämatomen
- Petechien
- Sonnenbrand
- Ekzemen
- Pickeln
- Leberflecken
- am Abdomen bei Trächtigkeit



Fotos: Susanne Kirsten

- stark geschwächten Patienten
- Hauttumoren

Achtung

Bei zart gebauten Tieren sollte der ausgeübte Druck eher sanft sein.

Die Gua sha-Behandlung

- Passen Sie den Druck beim Streichen jeweils den Reaktionen des Patienten an.
- Jede zu behandelnde Region sollte frei zugänglich, aber entspannt sein.
- Die Hand des Therapeuten, die das Instrument hält, stellt den Kontakt zum Gewebe her. Der Handkontakt während des Streichens mildert die Wahrnehmung des Instrumentes.
- Halten Sie die Striche in einer Länge von 10-15 cm. Bei kleinen Tieren bis 5 cm.
- Beenden Sie eine Strichlinie, bevor Sie die nächste Linie beginnen.
- Halten Sie die Reihenfolge ein: Beginnend in der Mitte des Körpers arbeiten Sie sich in Strichlinien nach außen.
- Behandeln Sie den Rumpf des Körpers bei allen Problemen der inneren Organe.
- Behandeln Sie zunächst den Rumpf bei Problemen der Extremitäten; dann die Extremitäten selbst.
- Behandeln Sie nicht die Extremitäten,

ohne Sha am Rumpf freigesetzt zu haben.

- Wenden Sie Gua Sha längs der Muskulatur an und nicht quer zu ihr: behandeln Sie die Leitbahnen ausleitend.
- Wenden Sie Gua Sha vollständig an, so dass das Sha gemäß der Regel „Oben, Mitte, Unten“ im Behandlungsgebiet an die Oberfläche kommt.

Die Materialien

Traditionell werden Münzen, chinesische Löffel, Hornteile und abgerundete Jadedstücke verwendet.

Die Vorbereitung

Eine gründliche Palpation gibt Aufschluss über schmerzhafte Areale und die individuelle Empfindlichkeit des Tieres. Die Betrachtung der Zunge lässt pathogene Faktoren und Stase von Qi und Blut erkennen (siehe unten). Es kann vor und nach der Behandlung akupunktiert werden. Eine Gua sha-Behandlung macht das Tier empfänglicher für Akupunktur, beide ergänzen sich.

Die Gua Sha-Behandlung

Bei Menschen wird die Haut leicht eingölt. Das ist bei Tieren meiner Erfah-

rung nach nicht nötig. Bei langhaarigen Hunden sollten kürzere Striche gemacht werden, damit man nicht an den Haaren zieht.

Nach einer ausgiebigen Palpation, bei der die Trigger und a-shi-Punkte ertastet werden, beginnt man mit dem Streichen am oberen Rücken und Nacken. Dabei hält die Hand mit dem Schaber kontinuierlich Kontakt zum Tier. Es wird eine Strichbahn 6-15 Mal behandelt, bevor man die nächste wählt. Je sanfter die Striche ausgeführt werden, desto mehr werden gebraucht, um das Sha rauszubringen. Die Behandlung sollte für den Patienten nicht schmerzhaft sein. Man beginnt immer oberhalb, also kranial der zu behandelnden Stelle, dann geht man zum schmerzhaften Areal und dann wird dahinter weiterbehandelt. Leitbahnen werden ausleitend gestrichen.

Es kann vor und nach der Behandlung eine Akupunkturbehandlung erfolgen, ebenso wie eine leichte Massage des Gewebes.

Nach der Behandlung

Das Tier muss mehrere Stunden warm gehalten werden, da die Oberfläche geöffnet wurde, damit das Sha austritt. Somit können auch pathogene Faktoren in den Körper gelangen. Pralle Sonne, Kälte und Nässe sollten gemieden werden. Es dürfen keine Wasseranwendungen stattfinden und auf Bewegung direkt nach der Anwendung verzichtet werden. Am nächsten Tag können Pferde longiert werden.

Resümee

Mit Gua sha werden sowohl akute als auch chronische Erkrankungen behandelt. Die Akzeptanz bei den Tieren ist hervorragend, auch bei Katzen! Gua sha fördert, in Kombination angewendet, die Wirkung der Akupunktur, kann aber auch alleine angewendet werden. Gua sha bringt eine direkte Entlastung durch sofortige Schmerzminderung. Gua sha verhindert das Vordringen von pathogenen Faktoren in tiefere Schichten. Gua sha ist für jeden TCM-Praktizierenden eine wertvolle Ergänzung seiner Therapiemöglichkeiten.

Literatur und Quellen bei der Autorin.

*Susanne Kirsten
Tierheilpraktikerin
Dozentin für TCM*