

## Patienten-Seminar im Düsseldorfer China Center mit chinesischem Essen nach den 5 Elementen

Die Ernährung spielt in der traditionellen chinesischen Medizin eine große Rolle. Nahrung ist für die chinesische Medizin bereits Heilmittel.

Eine falsche Ernährung ist heute oft mitverantwortlich für viele Befindlichkeitsstörungen. Immer mehr Menschen ernähren sich einseitig und ungesund. Richtige Ernährung kann unser Allgemeinbefinden deutlich erhöhen und Erkrankungen vorbeugen. Aus diesem Grund soll das erste, von uns durchgeführte Patienten-Seminar, diesem Thema gewidmet sein. Durchgeführt wird die Veranstaltung im Düsseldorfer China Center (DCC) auf der Königsallee. Das China Center besteht seit 2 Jahren und wurde 2005 gegründet, um den wirt-



schaftlichen und kulturellen Austausch zwischen China und Deutschland zu fördern und auszubauen. Neben einem Restaurant und einem Wellness-Center gibt es auch einen sehr schönen Veranstaltungsbe- reich. Wir möchten Sie einladen zu einer außergewöhnlichen Veranstaltung. **Nach einem Vortrag von Dr. Wlasak über die Bedeutung der Ernährung in der Chinesischen Medizin wird Ihnen ein mehrgängiges Menu serviert. Dieses Menu wird gekocht nach den Regeln der 5 Elemente.** Während des Essens werden zu jedem Gang die Zutaten der einzelnen Speisen und ihre Wirkung auf den Organismus erklärt. Freuen Sie sich auf einen „genußvollen



Nachmittag/Abend“ in gemütlicher Atmosphäre. Die Veranstaltung ist auf 80 Personen begrenzt, wir bitten um frühzeitige Anmeldung.



**Ort:** DCC CHINA CENTER  
Königsallee 106  
40215 Düsseldorf  
[www.d-chinacenter.de](http://www.d-chinacenter.de)  
**Datum:** 27. Februar 2008  
**Uhrzeit:** 17.00 - 21.00 Uhr  
**Preis pro Person:** 80,- Euro

## Anmeldung zum Patientenseminar:

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung. Der Preis beträgt 80,- Euro pro Person und beinhaltet den Vortrag sowie das Menu inklusive aller Getränke.

Die Veranstaltung wird durchgeführt von:  
MedIns (Medizinisches Institut zur Fort- und Weiterbildung)

Anzahl Personen \_\_\_\_\_

Bitte tragen Sie Ihren Namen und Adresse ein und geben Sie die Anzahl der teilnehmenden Personen an. Senden Sie den Coupon dann per Post an:

Praxis Dr. Wlasak  
Abt: MedIns  
Düsseldorfer Strasse 1  
40667 Meerbusch  
oder per Fax an: 0211-659771



MITGLIED DER  
FORSCHUNGSGRUPPE  
AKUPUNKTUR e.V.  
DIPLOM VOLLAUSBILDUNG  
UND KONTINUIERLICHE  
WEITERBILDUNG

# Praxis NEWS



## Fachpraxis für Akupunktur und Chinesische Medizin

Dr. med. Rolf Wlasak, Düsseldorfer Str. 1, 40667 Meerbusch, Tel: 02132-659770

3. Ausgabe

Winter 2007

## Chinesische Medizin erfährt zunehmende Akzeptanz

Ein weiteres spannendes Jahr geht zu Ende. Mit Freude haben wir festgestellt, das die Chinesische Medizin als ganzheitliches Gesundheitssystem in Deutschland eine immer größere Bedeutung und Akzeptanz gewinnt. So ist die Chinesische Medizin heute im Westen neben der Schulmedizin und anderen naturheilkundlichen Methoden

November haben wir den Verein TCM-Initiative e.V. gegründet, in dem ich den Vorstand leiten werde. Unsere vordringlichste Aufgabe sehen wir in der Förderung der Wissenschaft und Lehre auf dem Gebiet der Traditionellen Chinesischen Medizin sowie der Öffentlichkeitsarbeit zu diesem Thema. Weitere Informationen dazu finden Sie unter [www.tcm-initiative.de](http://www.tcm-initiative.de). Bereits seit einigen



Jahren bin ich auch als Dozent für Akupunktur und TCM tätig. Im Sommer diesen Jahres habe ich nun zusammen mit meiner Frau ein eigenes Weiterbildungsinstitut mit Namen - MEDINS - gegründet. Hier wollen wir nicht nur Ärzte fortbilden, sondern auch Veranstaltungen für interessierte Patienten durchführen. Ein erstes Angebot dazu finden Sie auf der letzten Seite. Natürlich stehen Sie - der Patient - nach wie vor im Mittelpunkt all unseres Tuns. Wir möchten, dass Sie sich bei uns wohlfühlen, und dass Sie nach einer Behandlung mit neuer Kraft und Energie in den Alltag gehen. Wir wünschen Ihnen viel Lesespaß!



als umfassendes, ganzheitliches Heilsystem anerkannt.

Immer wichtiger wird daher auch die Qualitätssicherung. Zu diesem Zweck engagiere ich mich bereits seit einiger Zeit zusammen mit Sachverständigen und Experten aus den Fachbereichen der Naturheilverfahren. Anfang



### Heißer Tee für kalte Tage

*Beheizte Räume und wenig Bewegung an der frischen Luft führen zum Austrocknen der Haut und der Schleimhäute. Deshalb sollten Sie gerade in der kalten Jahreszeit sollten Sie viel heißen Tee (z.B. Kräuter-Grün- und Ingwer-Tee) trinken.*

# Akupunktur und TCM als unterstützende Therapie bei Krebs

Die Chinesische Medizin kennt kein Verfahren, bei dem Tumorzellen zerstört oder ihr Wachstum gehemmt wird. Ziel der Chinesischen Medizin ist es, den Körper bei seiner Abwehr der bösartigen Zellen zu stärken.

Auch in China werden westliche Methoden bei der Bekämpfung von Tumoren angewendet. Die Chinesische Medizin kann aber die Schulmedizin ergänzen und unterstützen. Dies gilt insbesondere für die Krankheitsbewältigung, die Nachsorge und die Verhinderung von Rückfällen. Aus Sicht der Chinesischen Medizin wird die Entstehung von Krebs begünstigt durch ein schwaches Immunsystem, Stoffwechsel- und Schleimhautbelastungen (z.B. Fehlernährung, Umweltgifte, chronische Entzündungen) sowie seelische und psychische Traumata.

**Akupunktur hilft Nebenwirkungen lindern**  
Durch eine Akupunkturbehandlung, die unmittelbar vor oder während einer Chemotherapie durchgeführt wird, können unangenehme Neben-



wirkungen wie Übelkeit und Erbrechen deutlich reduziert werden. Narbenschmerzen können durch Akupunktur gelindert werden und die Wundheilung in der Tiefe kann beschleunigt werden.

## Chinesische Kräuter unterstützen die Behandlung

Die Chinesische Medizin kennt etwas 6000 Kräuter. Es gibt zwar keine Kräuter mit direkter Anti-Tumor Wirkung, aber Kräuter können die Widerstandskraft des Organismus gegen Tumorzellen stärken. Die Entstehung von Tumoren ist das Ergebnis einer lang anhaltenden Fehlentwicklung im Körper. Operationen und Bestrahlungen beseitigen zwar die Tumore, aber der Organismus bleibt geschwächt zurück. Kräuter als sinnvolle Tumorprophylaxe helfen den Stoffwechsel zu entlasten und das Immunsystem zu stärken.

## Mit Ernährung und sanfter Bewegung vorbeugen

Je nach Stoffwechselsituation können die Ernährungsempfehlungen variieren, aber generell gilt: Viel frisches Gemüse, wenig tierisches Eiweiß, kaum Milchprodukte essen. Belasteten Lebensmitteln (Konservierungsstoffen, Farbstoffen u.a.) so gut wie möglich meiden und viel warmen Tee trinken. Mit Qigong (das sind bewegte und stille Übungen die zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele führen) gelangt der Körper zu innerer Ruhe und ausgeglichener Atmung. Der Zellrhythmus wird so stabilisiert, das Immunsystem gestärkt.

## Chinesische Weisheiten

*Hier noch ein paar chinesische Weisheiten, die Sie zum Nachdenken und Besinnen einladen sollen.*

Wer sich keine Zeit nimmt, dem entgleitet sie.

Fürchte Dich nicht vor dem langsamen Vorwärtsgehen, fürchte Dich nur vor dem Stehen bleiben.

Der Ozean ist mächtig, weil er auch den kleinsten Strom willkommen heißt.

Solange Du dem Anderen sein Anderssein nicht verzeihen kannst, bist Du noch weit ab vom Wege zur Weisheit.



Initiiert wurde die Studie von einer Arbeitsgruppe um Professor Flachskamp (Erlangen) in Kooperation mit chinesischen Experten, die auch die Akupunktur durchführten.

Insgesamt 160 Hypertoniker mit leicht bis moderat erhöhtem Blutdruck hatten an dieser Studie teilgenommen. Dabei wurden die Patienten in zwei Gruppen aufgeteilt. Die eine Gruppe wurde mit einer fachgerechten Akupunktur nach den Regeln der Chinesischen Medizin behandelt. Die Vergleichsgruppe wurde nur mit Schein-Akupunktur behandelt, d.h. hier wurden die Nadeln außerhalb der traditionel-

# Studie bestätigt: Akupunktur kann den Bluthochdruck senken

Eine Studie der Universität Erlangen hat ergeben: Mit fachgerecht durchgeführter Akupunktur lässt sich bei Patienten mit unkomplizierter Hypertonie der Blutdruck deutlich senken.

len Akupunkturpunkte gesetzt. In 22 halbstündigen Sitzungen im Zeitraum von 6 Wochen wurde die Behandlung durchgeführt.

Das Ergebnis: In der mit fachgerechter Akupunktur behandelten Gruppe sank der Blutdruck im Schnitt um 5,4 mmHG systolisch und 3 mmHG diastolisch. In der Vergleichsgruppe mit Schein-Akupunktur blieben die Werte unverändert. Objektiviert wurde die antihypertensive Wirkung der Akupunktur am Ende des sechswöchigen Behandlungszyklus per ambulanter 24-Stunden Blutdruckmessung.

Fazit: Fachgerecht durchgeführte Akupunktur kann den Blutdruck senken ohne schädliche Nebenwirkungen. Die erzielte Wirkung



hält ca. 3 bis 6 Monate an. Die Behandlungsmethode eignet sich besonders für Patienten, die die blutdrucksenkenden Medikamente schlecht vertragen bzw. eine Aversion gegen die Medikamenteneinnahme haben.

## Hilfe bei Restless-Legs-Syndrom (RLS)



Das Restless-Legs-Syndrom (RLS) bzw. Syndrom der ruhelosen Beine, ist eine neurologische Erkrankung mit Gefühlsstörungen und Bewegungsdrang in den Beinen, oftmals einhergehend mit unwillkürlichen Bewegungen. Das RLS verursacht in Zuständen der Ruhe bzw. Entspannung in den Gliedmaßen ein Ziehen, Spannen,

Kribbeln und Schmerzen. Die Ursachen des Restless-Legs-Syndroms sind bis heute nicht eindeutig geklärt. Eine zentrale Rolle spielt der Neurotransmitter Dopamin. Es wird geschätzt, dass etwa 5–10% der Bevölkerung in Deutschland vom RLS betroffen sind. Es ist damit eine der häufigsten neurologischen Erkrankungen überhaupt.

Patienten berichteten bereits seit langem über gute Kurzzeiterfolge nach der Behandlung mit klassischer Akupunktur. Durch die Anwendung der I-O-A Methode (Implantat-Ohr-Akupunktur) kann das Krankheitsbild jetzt auch dauerhaft therapiert werden:

Bei der Implantat-Akupunktur werden winzige Akupunkturnadeln ins Ohr transplantiert. Diese Implantate verbleiben unsichtbar unter der Haut: Es wird eine langanhaltende Dauerwirkung der Akupunktur erzielt. Durch die Implantat-Akupunktur wird der Ausstoß der Nervenbotenstoffe gehemmt, die für die Übertragung der „unruhigen Beine“ verantwortlich sind. Ca. 70% der Patienten sind nach einer RLS-Therapie mit Implantat-Akupunktur medikamenten- und beschwerdefrei. Zur Dokumentation und weiteren Auswertung führe ich zur Zeit in meiner Praxis eine Studie durch.