

DER PERSÖNLICHE FRAGEBOGEN

Frage an Zhaoping Fan, Therapeutin akupunkturMED Bümpliz

Wie wirkt Akupunktur?

1 Sie sind Therapeutin für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM). In welchen Lebenslagen kann die TCM helfen? TCM ist insbesondere für chronische Krankheiten und Funktionsstörungen des Körpers geeignet. Vorsorgende und ausgleichende Massnahmen sorgen dafür, dass Körper, Geist und Seele möglichst in jeder Lebenslage im Einklang bleiben. Das Immunsystem wird gestärkt und Krankheiten vorgebeugt.

2 TCM versteht sich als ganzheitliche Therapie. Was genau bedeutet das?

In der TCM bildet der menschliche Körper eine Einheit. Alle Körperteile und Organe sind durch Energiebahnen (Meridiane) miteinander verbunden. Glücklicherweise und gesund, also in Harmonie mit sich und seiner Umwelt, ist der Mensch dann, wenn die Lebensenergie (Qi) ungehindert fließen kann. Ursache einer Erkrankung ist immer ein Ungleichgewicht im Energiefluss zwischen Yin und Yang. Äussere Einflüsse wie Hitze oder Kälte – aber auch innere wie Stress oder ungesunde Ernährung – bringen den Körper aus der Balance.

3 Aus der TCM ist insbesondere die Akupunktur – eine Behandlung mit feinen Nadeln – bekannt. Wie wirkt diese Form der Therapie?

Mit den feinen Nadeln werden Akupunkturpunkte, die entlang der Meridiane liegen, durch einen sanften Reiz aktiviert. Die Akupunkturpunkte stehen mit einzel-

nen Organen und Organbereichen in Beziehung. Durch den Reiz werden die zugeordneten Organe mittels Regulierung der Lebensenergie (Qi) zur Selbstheilung angeregt. Akupunktur wirkt u. a. schmerzlindernd, abschwellend, durchblutungsfördernd, vegetativ regulierend und psychisch ausgleichend.

4 Was für andere Behandlungsansätze bieten Sie nebst der Akupunktur noch alles an?

Ich biete noch Phytotherapie, Tuina-Massage, Schröpfen und Moxibustion an. Mehr Informationen zu diesen Behandlungsansätzen finden Sie auf unserer Webseite: www.akupunkturmed.ch.

5 Wie stellen Sie eine Diagnose?

Ich beobachte den Patienten und befrage ihn nach seinen Gewohnheiten und Beschwerden. Zusammen mit der Beschaffenheit der Zunge und aus der Pulsqualität kann ich mir ein Bild über Richtung und Kraft der Energien seines Körpers und den dabei auftretenden Fließhindernissen machen. Je nach Krankheitsbild behandle ich den Patienten anschliessend an den entsprechenden Akupunkturpunkten.

6 Wie sind Sie zur Traditionellen Chinesischen Medizin gekommen?

Meine Mutter war eine TCM-Ärztin in einem Dorf in Nordchina. Schon als kleines Mädchen habe ich mich für diesen Beruf interessiert.



KOLUMNE



Zu viele Informationen

Frühmorgens im Postauto zur Arbeit. Welches Privileg, sich von einem erfahrenen Chauffeur, der keine noch so schlechten Strassenverhältnisse scheut, in die Stadt fahren zu lassen. Ein halbe Stunde Zeit, um sich auf den Arbeitsalltag einzustimmen, seinen Gedanken freien Lauf zu lassen, etwas zu dösen, sich zu unterhalten oder einfach die Stille zu geniessen. Nichts denken, einfach nur sein. Dieser Zustand wird inzwischen in jedem «Work-Life-Balance – Kurs» als erstrebenswert angepriesen. Die Achtsamkeit im Alltag einbauen, statt gestresst über Mittag in einen Spannungskurs zu eilen – das wäre die Lösung! Doch leider ist im Alltag genau diese Qualität des «Seins» oft nur schwer zu erlangen. Mein Blick wandert unweigerlich, wie magisch angezogen, zu den Anzeigetafeln, die an der Decke des Postautos befestigt sind. Informationen, Wetterberichte, Unfälle, Werbung – im ständigen Wechsel. Noch gibt es einen Ausweg: Ich setze mich mit dem Rücken zur Fahrtrichtung! Wie lange diese Lösung wohl noch Bestand haben mag? Kürzlich habe ich gelesen, dass in den öffentlichen Verkehrsmitteln der Ausbau der Werbemöglichkeiten geprüft wird... Informationen zu Hauf! Und wir wundern uns, dass wir oft überfordert sind. Auch die (unnötige) Informationsflut, die ungefragt auf uns einwirkt, hat einen Einfluss auf unser Wohlbefinden – Ich wünsche uns allen viel mehr «Informationslücken»!

ZUR PERSON

Zhaoping Fan (47) wurde in Nordchina geboren und lebt seit 2016 in Bümpliz. Die TCM-Spezialistin geht in der Freizeit gerne schwimmen, unternimmt Reisen oder entspannt bei einer guten Lektüre. Aktuell steht ausserdem Deutsch lernen auf dem Programm. Zhaoping Fan ist verheiratet.

AKTION BIS ZUM 23. FEBRUAR

Gratis Diagnose nach Traditioneller Chinesischer Medizin bei akupunktur MED TCM
Bottigenstrasse 2 in Bümpliz
Anmeldung unter 031 992 22 88
www.akupunkturmed.ch

7 Allgemeine Fragen: Welcher Versuchung im Alltag können Sie nicht widerstehen?

Gutes Essen und schöne Landschaften.

8 Was ist Ihnen zutiefst wider?

Krieg und aggressives Verhalten.

9 Was bringt Sie garantiert zum Lachen?

Witzige Geschichten oder Anekdoten.

10 Ihr Lieblingsessen?

Chinesischer Feuertopf (Huo Guo), hier bekannt als Fondue chinoise.

11 Mit wem oder was möchten Sie einen Tag lang das Leben tauschen – und warum?

Mit Bian Que, einer der ältesten chinesischen Ärzte (ca. 400 v. Chr.). Er ist einer der Begründer der Diagnostik in der traditionellen chinesischen Medizin.

12 Wie würden Sie sich selbst charakterisieren?

Gutmütig, gesetzt, fleissig.

13 Was tun Sie abends vor dem Einschlafen?

Ein warmes Fussbad nehmen und ein Buch lesen.

14 Ihr Lebensmotto?

Erledige jeden Tag die Sachen, die du dir vornimmst, dann hast du jeden Tag einen kleinen Fortschritt gemacht.

DIE AUTORIN

Silvia Müller ist dipl. Kinesiologin IKBS und bietet im Schloss Bümpliz Einzelberatungen und Leseabende (AusLese) an. Regelmässig äussert Sie sich an dieser Stelle zu Themen rund um unser Wohlbefinden.

Kontakt:

info@silviamueller.ch,
www.silviamueller.ch