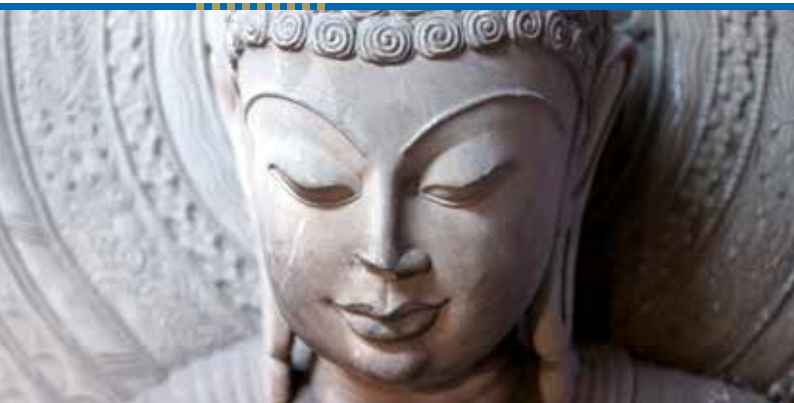




健康长寿

*Traditionelle
Chinesische Medizin (TCM)*

- Gynäkologie
- Schwangerschaft
- Infertilität
- Kinderwunsch



Inhaltsverzeichnis

- Infertilität und Kinderwunsch
- Schwangerschaftsbegleitung
- Stillzeit
- Menstruationsbeschwerden
- Endometriose
- Myome
- Klimakterium / Wechseljahre

中医



Infertilität und Kinderwunsch

Ein unerfüllter Kinderwunsch löst bei einem Paar sehr viele schmerzliche Gefühle aus. Leider ist es in der heutigen Zeit ein zunehmendes Problem, welches nicht nur allein die Frau betrifft.

Wenn dieser Wunsch längere Zeit unerfüllt bleibt, muss sich das Paar entscheiden, welche Art von medizinischer Behandlung es in Anspruch nehmen möchte. Entscheidet es sich für den natürlichen Weg, kann die Lehre der Traditionellen Chinesischen Medizin sehr hilfreich sein. Mittels Akupunktur, chinesischen Kräutern und Ernährungstipps wird das Leiden behandelt. Es wird eine Balance der Hormone erzielt und dem Paar die psychische Belastung und der Stress gemildert. Akupunktur und chinesische Kräuter harmonisieren bei der Frau den Monatszyklus, fördern die Follikelreifung, sorgen für einen regelmässigen Eisprung und verbessern die Durchblutung der Gebärmutter Schleimhaut. Dies kann die Chance für das Entstehen einer natürlichen Schwangerschaft erhöhen.

Beim Mann kann eine Verbesserung der Spermien in Bezug auf Qualität, Quantität und Beweglichkeit erzielt werden. Dazu liegen wissenschaftliche Studien vor, welche dies belegen.



Das Verfahren der TCM stellt auch eine gute Ergänzung zur westlichen Reproduktionsmedizin dar. Akupunktur und Kräutertherapie können die Erfolgsaussichten bei einer künstlichen Befruchtung begünstigen. Die TCM unterstützt die Reproduktionsmedizin, indem sie die Frau vor einer künstlichen Behandlung optimal aufbaut und sie während der ganzen Hormonbehandlung begleitet und die Nebenwirkungen ausgleicht.

Wie läuft eine Behandlung ab?

Zuerst erfolgt ein Gespräch mit beiden Partnern über die sogenannte Anamnese, wobei folgende Punkte angeschaut werden: Lebensweise, Stress, Schlaf, Verdauung. Bei der Frau zusätzlich Monatszyklus, Regelblutung und Hormonwerte (falls vorhanden). Beim Mann das Spermogramm (falls vorhanden).

Aus allen Angaben wird ein Therapiekonzept erstellt, welches genau auf die jeweilige Person individuell zugeschnitten ist. Behandelt wird mit Akupunktur und Kräuterrezepturen.



Wie lange dauert eine Behandlung?

Die Erstbehandlung dauert 90 Minuten, danach wird jeweils wöchentlich eine Behandlung von 60 Minuten durchgeführt. Der Zeitraum beträgt mindestens drei Monate. Bei einer künstlichen Behandlung, wie z. B. einer ICSI oder IVF, wäre es sinnvoll, zwei Monate vor dem Eingriff zu starten plus den Vorgang mit TCM zu begleiten.

Ab wann sollte man etwas unternehmen?

Eine Grundregel besagt, dass, wenn bei einer Frau nach zwölf Monaten ohne Verhütung keine Schwangerschaft erfolgt, die ersten medizinischen Abklärungen gemacht werden sollten. In der Praxis sieht es etwas anders aus, man sollte auf das Alter der Frau achten und bestehende medizinische Probleme wie z. B. eine Endometriose oder eine Zyste im Vorfeld behandeln, um den günstigsten Zeitpunkt nicht zu verpassen. Somit ist es sehr individuell. Die TCM kann als Unterstützung bei einem Kinderwunsch schon von Anfang an, auch bei den oben genannten medizinischen Problemen angewendet werden.



Schwangerschaftsbegleitung

Nach Eintreten einer Schwangerschaft kann die Akupunktur bei Beschwerden wie Übelkeit, Erbrechen, Müdigkeit, Schlaflosigkeit, Unruhe etc. sehr hilfreich sein. Die Symptome können gemildert oder sogar behoben werden. Die Akupunktur unterstützt zudem die natürliche Einnistung und Entwicklung des Fötus.

Bis zur 12. Schwangerschaftswoche wird je nach Beschwerden regelmässig therapiert. Danach ist eine Begleitung mittels Akupunktur alle vier bis fünf Wochen sehr sinnvoll. Durch die Winter- und Schnupfenzeit kann auch mal häufiger therapiert werden. Akupunktur wirkt sehr sanft aber wirkungsvoll bei einer verstopften Nase, Husten oder einer beginnenden Grippe.

Ab der 36. Schwangerschaftswoche wird dann eine Behandlung wöchentlich bis zum Geburtstermin gemacht. Diese Akupunkturbehandlungen bereiten den Körper auf die Geburt vor, bringen das Kind in die richtige Position, machen den Muttermund weich und können den Geburtsverlauf verkürzen.

Falls das Kind sich in einer Steisslage befinden kann versucht werden das Kind zu drehen. Die grössten Chancen bestehen, wenn vor der 36. Schwangerschaftswoche damit begonnen wird. (am besten ab Woche 34)



Stillzeit

Stillprobleme, zu wenig Milch, Stress, Lebensumstellung etc. können zu einem Milchstau führen, welcher sehr schnell in eine Brustentzündung (Mastitis) übergehen kann. Diese ist sehr schmerzhaft und auch nicht ganz ungefährlich. Ein Milchstau lässt sich sehr rasch und gut mit einer Akupunktur beheben. Wichtig ist, dass sehr schnell gehandelt wird. Eine Brustentzündung gehört in die Hände eines Arztes.



Menstruations- und Zyklusbeschwerden

Menstruationsbeschwerden können viele verschiedene Beschwerdebilder beinhalten. Zuerst wäre da der unregelmässige Zyklus. Das heisst, dass die einzelnen Zyklen unterschiedlich lang dauern. Normalerweise beträgt die Dauer eines Zyklus circa 28 Tage. Mit der Dysmenorrhoe bezeichnet man eine schmerzhaft Blutung. Häufig ist die Blutung auch verstärkt.

Das prämenstruelle Syndrom (PMS) zeigt sich schon einige Tage vor der Menstruation mit leichten Schmerzen oder Ziehen im Unterleib und / oder im Rücken. Auch kann ein Brustspannen, Stimmungsschwankungen Gereiztheit, Kopfschmerzen und / oder Migräne auftreten. Eine sehr starke Blutung, welche auch über mehr als sieben Tage dauert, nennt man eine Hypermenorrhöe. Diese kann häufig zu einem Blutmangel führen. Sie ist dann das Gegenteil zu einer Hypomenorrhöe, was eine sehr schwache und kurze Blutung bedeutet und nicht länger als zwei Tage dauert.



Diese Hypomenorrhöe kann eine Vorstufe einer sekundären Amenorrhöe sein. Eine Amenorrhöe bezeichnet das Ausbleiben einer Blutung über drei Monate oder mehr, ohne eine daraus resultierende Schwangerschaft.

Auch Zwischenblutungen, kurze Blutungen in Mitten des Zyklus, zählt man zu den Menstruations- oder Zyklusbeschwerden.

Die genaue Analyse der Menstruation (Dauer, Schmerzen, Menstruationsblut etc.) ist in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) für die Diagnose und individuelle Behandlung sehr wichtig.

Mittels Akupunktur und Kräutermedizin können gute Erfolge bei all diesen Beschwerdebilder erzielt werden.



Endometriose

Eine Endometriose ist eine chronische Erkrankung, bei welcher Gebärmutter Schleimhaut ausserhalb der Gebärmutterhöhle vorkommt. Eine Endometriose verursacht starke Schmerzen während der Menstruation, eine stärkere Blutung und kann Grund einer bestehenden Infertilität sein. Eine Endometriose kann von aussen, oder an Hand der Symptome nicht hundertprozentig diagnostiziert werden. Klarheit bringt bis heute allein eine Laparskopie (Bauchspiegelung). Bei einer Laparskopie kann der Arzt auch direkt eine Entfernung der Endometriosenherde vornehmen. Leider gibt es immer wieder Frauen, bei denen es zu einem Rückfall kommt und die Endometriose wieder auftritt. Eine Behandlung mit Akupunktur, chinesischen Kräuterrezepturen und Einläufen können helfen einem erneuten Rückfall vorzubeugen.



Myome

Myome im Uterus können verstärkte und verlängerte Menstruationsblutungen verursachen, diese wiederum können zu einem Blutmangel führen. Wenn ein Myom vom Gynäkologen diagnostiziert wird, sind verschiedene Therapien möglich. Eine davon ist die operative Entfernung.

Es kann jedoch auch einen sanfteren Weg ohne operativen Eingriff geben. Je nach Grösse und Anzahl des Myoms / der Myome kann mittels Akupunktur und Kräuterezepturen versucht werden die Ursache des Myoms, schlechte Durchblutung des Uterus und Ansammlung von Schleim, zu beheben und das Myom zu verkleinern oder gar zu eliminieren.



Klimakterium / Wechseljahre

Mit dem Klimakterium bezeichnet man die Zeit der hormonellen Umstellung vor und nach der Menopause. (Menopause = Zeitpunkt der letzten ovariellen Menstruation). Man nennt das Klimakterium auch die Wechseljahre. Die häufigsten Beschwerden während dieser Zeit sind Hitzewallungen, Nachtschweiß, Schlafstörungen, trockene Vaginalschleimhaut, Schwindel, Palpitationen, Gewichtszunahme, Haarausfall und teilweise auch verstärkte und verlängerte Menstruationsblutung. Die TCM kann bei vielen dieser Beschwerden Hilfe ohne Hormone bieten. Akupunktur und Kräuterrezepturen bieten einen guten Ersatz für andere Medikamente.



Als gelernte TCM-Therapeutin arbeitete ich in den letzten Jahren in einer Praxis in Zürich, welche sich auf Infertilität/Kinderwunsch und gynäkologische Probleme spezialisiert hat. Seit 2011 führe ich meine eigene Praxis in St.Gallen, behandle und begleite täglich Frauen und Paare bei ihrem Wunsch nach einem Kind. Um meine Kinderwunschpatientinnen noch besser unterstützen zu können, bildete ich mich zusätzlich zur «Spezialistin TCM in Reproduktionsmedizin» aus.

Dies erlaubt mir ein tieferes Verständnis der Behandlungsabläufe mittels der Reproduktionsmedizin und ein besseres Abstimmen der Behandlung mit der chinesischen Medizin auf den einzelnen Fall. Meine individuellen Behandlungsmethoden bestehen aus Akupunktur und Verschreibungen von Kräuterrezepturen. Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und Schulmedizin/Reproduktionsmedizin kombiniert, ist aus meiner Erfahrung ein sehr guter Weg zum Erfolg.

Anja Koller

Dipl. Akupunkteurin / TCM-Therapeutin

Dipl. Herbalistin

Spezialist TCM in Reproduktionsmedizin

安雅辛格纳



Traditionelle
Chinesische Medizin

Praxis für TCM
Anja Koller
Vadianstrasse 33
9000 St. Gallen
Telefon 071 220 31 39
praxis@akupunktur-sg.ch
www.akupunktur-sg.ch