



Hintergrundinformation

Burnout-Syndrom zeigt sich auch im Körperlichen

Chinesische Medizin bezieht Körper und Seele gleichermaßen ein

August 2015. Ausgebrannt sein, emotionale Erschöpfung und reduzierte Leistungsfähigkeit – mit diesen Attributen wird das Burnout-Syndrom oft gleichgesetzt. Ursachen sehen Mediziner in beruflicher oder privater Überlastung bei der Lebensbewältigung. Doch wer sich näher mit der Erkrankung befasst, kommt schnell zu dem Schluss, dass es auch eine körperliche Komponente der Krankheit gibt. Für die chinesische Medizin – als naturheilkundliche Methode per se mit ganzheitlicher Betrachtungsweise – rückt die körperlichen Ursachen ebenso in den Mittelpunkt der Therapie wie die seelischen. Eine erfolgreiche Genesung ist aus Sicht der alternativen Heilmethode zudem nur dann möglich, wenn sie den Patienten auch auf die nötige Neuorientierung im beruflichen Umfeld vorbereitet.

„Zu dem latenten Erschöpfungsgefühl zeigen sich bei Burnout begleitend oder später oft deutliche körperliche Symptome“, erklärt Dr. Christian Schmincke, Allgemeinmediziner, TCM-Experte und Leiter der Klinik am Steigerwald. „Funktionelle Magen-Darmbeschwerden, Rücken- und Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Probleme mit der Temperatur-Regulation wie vermehrtes Schwitzen oder dauerndes Frieren treten häufig auf.“ Oft melden sich auch frühere Krankheiten wie Ekzeme, Infekte, Gelenk- oder Zahnschmerzen wieder. Die Chinesische Medizin ordnet diese Beschwerde-Entwicklungen zusammen mit der psychovegetativen Erschöpfung zu einem umfassenden Störungsmuster, das den chinesischen Therapiemethoden zugänglich ist. So helfen beispielsweise spezielle Massageformen wie Tuina oder Shiatsu aber auch Akupunktur-Sitzungen dabei, Energieblockaden, die sich häufig durch Rückenschmerzen oder Nackenverspannungen sowie Schlaflosigkeit

Pressekontakt

komm | public! - Romy Robst - Ahornallee 7a - 31303 Ramlingen/Burgdorf
robst@komm-public.de - fon: 05085-98 171-02 - fax: 05085-98 171-02

Direktkontakt

Klinik am Steigerwald - Bettina Meinnert, Michael Brehm - Waldesruh - 97447 Gerolzhofen
pr@tcmklinik.de - fon: 09382-949-203 - fax: 09382-949-209



Hintergrundinformation

äußern, wieder aufzulösen. „Zudem versetzt die chinesische Medizin den Körper wieder in die Lage zu einer grundlegenden Regeneration“, beschreibt Dr. Schmincke.

Im zweiten Schritt geht es vor allem um die Stärkung des Mitteorgans des Körpers, dem Bauch. Aus Sicht der chinesischen Medizin verarbeitet er nämlich nicht nur Nahrung, sondern auch Gefühle und soziale Herausforderungen. „Wir stellen nach ausführlicher Anamnese bei Burnout-Betroffenen fast immer eine Überforderung der Sortier- und Klärfunktion des Mitteorgans fest“, verdeutlicht Dr. Schmincke. Chinesische Arzneien, die Patienten als Abkochung zu sich nehmen, stärken den Organismus, damit sie den vitalen Rhythmus von Verausgabung und Erholung wieder leben können. „Wenn unter der chinesischen Arzneitherapie sozusagen die Lebensgeister wieder erwachen, gewinnt der Mensch auch genug Abstand zur vom Burnout gekennzeichneten Lebensphase“, beschreibt Dr. Schmincke seine Beobachtungen. „Patienten wird klar, was in den vergangenen Monaten und Jahren schief gelaufen ist.“ Diese Erkenntnisse werden in den dann notwendigen therapiebegleitenden Gesprächen und den regelmäßigen Psychotherapiesitzungen aufgearbeitet und für zukünftige Veränderungen und Entscheidungen fruchtbar gemacht. „Eine Behandlung würde auf halber Strecke stehen bleiben, wenn sie nicht eine Neuorientierung des Menschen in seinem beruflichen Umfeld vorbereitet“, schließt Dr. Schmincke.

Weitere Informationen unter www.tcmklinik.de

Pressekontakt

komm | public! - Romy Robst - Ahornallee 7a - 31303 Ramlingen/Burgdorf
robst@komm-public.de - fon: 05085-98 171-02 - fax: 05085-98 171-02

Direktkontakt

Klinik am Steigerwald - Bettina Meinnert, Michael Brehm - Waldesruh - 97447 Gerolzhofen
pr@tcmklinik.de - fon: 09382-949-203 - fax: 09382-949-209